

هوش معنوی و خوشبینی
در
بیماران ام اس

شهربانو گودرزی

دکتر نسرین باقری



انتشارات آثار فکر

تهران - ۱۳۹۵



شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۹۲-۴۴-۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۲۳۳۸۳۷
عنوان و نام پدیدآور	: هوش معنوی و خوش بینی در بیماران ام اس/ شهربانو گودرزی، نسرين باقری.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات آثار فکر، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۶ص: جدول، نمودار؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۱۳۸]-۱۴۵.
موضوع	: هوش معنوی -- ایران -- تهران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Case studies -- Spiritual intelligence -- Iran -- Tehran
موضوع	: خوش بینی -- نمونه پژوهی
موضوع	: Optimism -- Case studies
موضوع	: ام. اس. (بیماری) -- ایران -- تهران -- بیماران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Multiple sclerosis -- Patients -- Iran -- Tehran -- Case studies
رده بندی دیویی	: ۱۵۳/۹
رده بندی کنگره	: /۹۹۹۱۳۹۵۴۳۱BF
سرشناسه	: گودرزی، شهربانو، ۱۳۵۹ -
شناسه افزوده	: باقری، نسرين، ۱۳۴۷ -
وضعیت فهرست نویسی	: قیبا

تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

هوش معنوی و خوش بینی در بیماران ام اس



تالیف: شهربانو گودرزی - دکتر نسرين باقری

ناشر: انتشارات آثار فکر

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۹۲-۴۴-۴

قیمت ۹۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات	۷
فصل دوم: ادبیات پژوهش	۱۹
فصل سوم: روش شناسی	۹۳
فصل چهارم: یافته‌ها	۱۰۳
فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری	۱۲۵
منابع	۱۳۷

مقدمه

روان‌شناسی جدید سعی دارد توجه خود را صرفاً به مشکلات روانی معطوف ن سازند و بیشتر بر جنبه‌های مثبت زندگی تاکید کند. همزمان با گسترش جنبش روان‌شناسی مثبت نگر^۱ در دهه‌های اخیر روی آوردن به کنش‌وری‌های مثبت، تجربه‌های مثبت و نیرومندی‌های سازش یافته انسانی مانند: خوش بینی، شادکامی، شوخ طبعی و غیره به طور فزاینده‌ای در حال گسترش است (سلیگمن، استین، پارک و پیترسون^۲، ۲۰۰۵). محققان خوش‌بینی را انتظار وقوع اتفاق خوب و مثبت در آینده می‌دانند. مارتین سلیگمن (۱۹۹۰) خوش‌بینی را در شیوه‌ای می‌داند که افراد، موفقیت‌ها و شکست‌های خود را برای خودشان تعریف می‌کنند. از منظر هوش هیجانی، خوش‌بینی نگرشی است که افراد را در برابر رویدادهای سخت زندگی، نومیدی، بی تفاوتی و افسردگی مقاوم می‌کند و با کارکرد مثبت و سازگاری در زندگی رابطه مستقیم دارد (سلیگمن، استین، پارک و پیترسون، ۲۰۰۵). خوش‌بینی یکی از خصوصیات مثبت انسان است که طی دو دهه گذشته توجه ویژه‌ای را در روان‌شناسی و علوم اجتماعی به خود جلب کرده است. خوش‌بینی به مواردی اشاره دارد که در آن معمولاً پیامدهای مثبت مورد انتظارند و این پیامدها به عنوان عوامل ثابت، کلی و درونی در نظر گرفته می‌شوند. خوش‌بینی و به طور کلی، باورهای مثبت بر بیماری و سلامت روانی و جسمانی انسان تاثیر زیادی می‌گذارند (سلیگمن، استین، پارک و پیترسون، ۲۰۰۵). افراد خوش بین شکست‌های خود را در زندگی قابل جبران می‌دانند و خود را بر تغییر شرایط توانا می‌یابند در حالی که افراد بدبین معمولاً دچار اضطراب انتظاری هستند و همواره نگران هستند که حادثه ناخوشایندی در راه است. تحقیقات نشان می‌دهند که افراد خوش بین به طور کلی کارایی بیشتری در زندگی فردی و اجتماعی خود دارند و از لحاظ جسمی و ذهنی سالم‌تر از افراد بدبین هستند (سلیگمن، استین، پارک و پیترسون، ۲۰۰۵).

^۱ Positive psychology

^۲ Seligman, Stein, Park, Peterson