



انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

خبرنامه انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

«بهار ۱۴۰۵؛ شماره ۴۳»

نشانی دفتر انجمن: تهران، خیابان استاد نجات‌اللهی
نبش خیابان سپند، ساختمان آموزشی دانشگاه پیام‌نور
واحد تهران جنوب، طبقه ۱۳ اتاق ۳۰۸

تلفن تماس: ۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴ - ۰۹۹۱۳۹۰۵۰۲۶

رایانامه: dabirsocial@yahoo.com

وبسایت: www.iranian-asp.com

کانال بله: https://ble.ir/Iranian_asp

آنچه در شماره بهار ۱۴۰۵ می‌خوانید:

- ❖ به نام استاد دکتر یوسف کریمی نام گذاری شد ۴
- ❖ جایزه استاد دکتر یوسف کریمی ۵
- ❖ تدوین برنامه درسی دکتری روان‌شناسی اجتماعی ۸
- ❖ آغاز به کار «گروه روان‌شناسی کسب‌وکار» ۱۰
- ❖ عدو شود سبب خیر اگر خدا خواهد ۱۱
- ❖ نابرابری در دوران جنگ از منظر روان‌شناسی اجتماعی ۱۳
- ❖ ۶ راهبرد برای تأثیرگذاری مثبت بر هیجان‌های دیگران ۱۹
- ❖ هویت ۲۳
- ❖ کمرویی و اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان دختر ۲۷
- ❖ گروه درمانی: رویکردی جامع و تحول‌آفرین ۲۹
- ❖ تسلیت درگذشت استاد گرانقدر دکتر حسین شکرکن ۳۱
- ❖ معرفی کتاب ۳۲
- ❖ شماره جدید نشریه‌های انجمن ۳۵
- ❖ شرایط و مدارک لازم جهت عضویت در انجمن ۳۹



مدیرمسئول: دکتر مجید صفاری نیا

سر دبیر: دکتر مجتبی دلیر

Majid Saffarinia (Ph. D.)

Mojtaba Dalir (Ph. D. Post Doctorate)

همکاران این شماره:

دکتر ابوالقاسم عیسی مراد

دکتر فاطمه بیان فر

دکتر مهناز مغانلو

دکتر احمد رضا فتوت

مرضیه ساریخانی

ستاره جعفری

سهیلا کریمی

افسانه رحیمی

مرتضی اسدی

Abolghasem Isamorad (Ph.D.)

Fatemeh Bayanfar (Ph.D.)

Mahnaz Moghanloo (Ph.D.)

Ahmadreza Fotorvat (Ph.D.)

Marziyeh Sarikhani (M.A.)

Setareh Jafari (M.A.)

Soheyla Karimi (M.A.)

Afsaneh Rahimi (M.A.)

Morteza Asadi (M.A.)

به نام استاد دکتر یوسف کریمی نام گذاری شد



سالن مطالعه دانشکده روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی به نام دکتر یوسف کریمی استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی و از موسسین و اعضای هیئت مدیره دوره‌های اول تا چهارم انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران نام گرفت. دکتر یوسف کریمی که افتخار شاگردی ایشان برای دانشجویانش مایه مباهات است از پیشکسوتان حوزه روان‌شناسی اجتماعی ایران هستند. همچنین در سال جاری این استاد گرانقدر از استادان ممتاز و پیشکسوت دانشگاه علامه طباطبائی انتخاب و دانشگاه علامه طباطبائی به بنر تصویر ایشان مزین شده است.



جایزه استاد دکتر یوسف کریمی



دکتر فاطمه بیان فر

عضو هیات مدیره انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران برگزار می‌کند:

❖ جایزه دکتر یوسف کریمی ❖

«کتاب برتر در حوزه روان‌شناسی اجتماعی»

📖 کتاب‌های منتشر شده از سال‌های ۱۴۰۰ تا ۱۴۰۳

داوران:

دکتر مجید صفاری نیا

دکتر ابوالقاسم عیسی مراد

دکتر اعظم فرح بیجاری

دکتر شیلر کیخاونی

دکتر مجتبی دلیر

دکتر حسن عماری

دکتر زهره عزیزی

دکتر کامیاب تجاسب

دکتر مهناز مغاللو

دبیر جایزه دکتر یوسف کریمی

«خانم دکتر فاطمه بیان فر» 09125168817

مهلت ارسال: ۳۰ خرداد ۱۴۰۵



علاقه‌مندان می‌توانند آثار خود را به دفتر انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران ارسال و یا به صورت فایل pdf به آدرس زیر ایمیل نمایند

Dabirsocial@yahoo.com

Iranian-asp.com

09913905026 - 09102656144

https://ble.ir/Iranian_asp

گزارش جایزه دکتر کریمی

در تابستان امسال نشست توسط انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران به ریاست جناب آقای دکتر صفاری نیا و دبیری سرکار خانم دکتر بیان فر برای معرفی آثار برتر و کتاب‌های حوزه روان‌شناسی اجتماعی برگزار خواهد شد. مقرر گردید در این مراسم، بهترین کتاب‌های روان‌شناسی اجتماعی معرفی گردد و جایزه‌ای با عنوان جایزه دکتر یوسف کریمی به بهترین کتاب تقدیم شود. تاریخ برگزاری مراسم متعاقباً از طریق رسانه‌های انجمن اعلام خواهد شد.

کتاب‌های روان‌شناسی اجتماعی که کاندید جایزه دکتر یوسف کریمی هستند

۱- روان‌شناسی اجتماعی کاربردی نویسنده آبراهام پی بونک و مارک ون گت ترجمه مجید صفاری نیا و پرستو حسن زاده نشر ویرایش

۲- روان‌شناسی اجتماعی تعلیم و تربیت نویسنده جیکوب دبلیو. گتزلز ترجمه یوسف کریمی نشر ویرایش

۳- روان‌شناسی اجتماعی کاربردی (آگاهی از مسائل اجتماعی) ویراست سوم نویسندگان: جمی گرون، فرانم شنایدر و لاری کوتس ترجمه یحیی سید محمدی نشر روان

۴- مرزهای جدید در علوم اعصاب اجتماعی نویسندگان جین دیسیتی و یاووس کریستین مترجمان: دکتر احمد علیپور، دکتر مجید صفاری نیا، دکتر پرستو حسن زاده و دکتر الهام موسوی و دکتر زهرا رمضان نیا نشر روان

۵- شناخت تنگناهای اجتماعی (روان‌شناسی اجتماعی کاربردی در شهر) نویسنده: ساتوشی فوجی ترجمه: دکتر مجید صفاری نیا و دکتر شیلر کیخاونی نشر: ویرایش

۶- روان‌شناسی اجتماعی کاربردی (درک و مدیریت مسائل اجتماعی) نویسندگان: لیندا استگ و کیز کیزر ترجمه عزیزالله تاجیک اسماعیلی و پرستو حسن زاده نشر ارس باران

۷- روان‌شناسی اجتماعی در عمل (مداخلات مبتنی بر شواهد از نظریه تا عمل) نویسندگان: کای ساسنبرگ و مایکل دبلیو ولیک ترجمه عزیزالله تاجیک اسماعیلی و پرستو حسن زاده نشر روان

۸- علاقه اجتماعی (معنای زندگی) نویسنده آلفرد آدلر ترجمه مهدی خان آبادی و حمید عزیززاده نشر ارسباران

۹- روان‌شناسی اجتماعی (نظریه‌ها، مفاهیم و کاربردها) تالیف: دکتر یوسف کریمی نشر ارسباران

- ۱۰- روان‌شناسی اجتماعی ویراست یازدهم نویسندگان: بارون و بیرن-نایلا برنسکامب ترجمه: دکتر یوسف کریمی نشر روان
- ۱۱- روان‌شناسی اجتماعی ویراست دهم نویسندگان: الیوت آرونسون، تیموتی ویلسون و ساموئل آر. سامرز ترجمه مجید صفاری نیا و پرستو حسن زاده نشر ارس باران
- ۱۲- روان‌شناسی اجتماعی ویراست نهم نویسندگان: الیوت آرونسون، تیموتی ویلسون و ساموئل آر. سامرز ترجمه مجید صفاری نیا و پرستو حسن زاده نشر ارسباران
- ۱۳- روان‌شناسی اجتماعی نویسندگان: توماس هایزنر و ویند گودفرند ترجمه ترجمه یحیی سید محمدی نشر ارسباران

دکتر یوسف کریمی از اساتید برتر روان‌شناسی در سال ۱۳۲۳ و در شهر قزوین متولد شدند و دارای مدرک دکترای روان‌شناسی از دانشگاه ایالتی فلوریدا هستند. دکتر یوسف کریمی در دانشگاه‌های آمریکا با سمت مربی رتبه اول، دارای سابقه تدریس می‌باشند. از پیشینه‌های کاری دکتر یوسف کریمی می‌توان به مدیریت و آموزگاری دبستان روستایی، استادیار روان‌شناسی تربیتی و ریاست دانشگاه ابوریحان، عضویت در انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران، عضویت در انجمن روان‌شناسی آمریکا، عضویت در انجمن ایرانی تعلیم و تربیت، دانشیار و استاد در دانشگاه علامه طباطبائی، مدیریت گروه روان‌شناسی تربیتی و معاونت آموزشی دانشکده روان‌شناسی اشاره کرد. آثار علمی ایشان شامل ۹ عنوان ترجمه و ۱۱ عنوان تألیف است. همچنین در سوابق کارنامه علمی - پژوهشی ایشان ۲ مقاله انگلیسی و ۲۴ مقاله فارسی وجود دارد.



تدوین برنامه درسی دکتری روان‌شناسی اجتماعی



دکتر مهناز مغانلو

عضو هیات مدیره انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

طی جلسات متعددی که با اعضای محترم علمی دانشگاه‌های کشور در حوزه روان‌شناسی اجتماعی در زمینه تدوین برنامه درسی دوره دکتری روان‌شناسی اجتماعی برگزار شد برنامه درسی دکتری به مراحل نهایی تصویب رسید. این جلسات با حضور اساتید محترم عضو هیأت مدیره انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران (آقایان دکتر مجید صفاری نیا، دکتر عیسی مراد و خانم‌ها دکتر اعظم فرح بیجاری و دکتر مهناز مغانلو) و اعضای علمی (آقایان دکتر مسعود آذربایجانی، دکتر رحیمی نژاد، دکتر سالاری فرد، دکتر محمد باقر کجباف) و با هدایت دکتر علی محمدی طی سال اخیر انجام شد.

بر اساس مطالعه و بررسی سرفصل‌های رایج در دانشگاه‌های دنیا، سرفصل‌های رایج دکتری روان‌شناسی اجتماعی در آمریکا مشتمل بر ۱. نظریه‌های پیشرفته روان‌شناسی اجتماعی (نظریه‌های کلاسیک و معاصر، شناخت اجتماعی، نگرش و اقناع، هویت فردی و جمعی، روابط بین فردی، روان‌شناسی گروه‌ها، هیجان و رفتار اجتماعی، خود، تصمیم‌گیری اجتماعی). ۲. روش تحقیق و آمار پیشرفته (طراحی آزمایش، مدل‌سازی معادلات ساختاری، تحلیل چندسطحی، تحلیل طولی، متاآنالیز، روان‌سنجی، روش‌های کیفی و ترکیبی، برنامه‌نویسی آماری. ۳. حوزه‌های تخصصی نوین (روان‌شناسی سیاسی، افکار عمومی، قطبی‌شدن اجتماعی، رفتار رأی‌دهی، روان‌شناسی سلامت اجتماعی، استرس اجتماعی، حمایت اجتماعی، نابرابری سلامت، فرهنگ و هویت، مهاجرت، چندفرهنگی، قومیت و تبعیض، رسانه و فناوری، شبکه‌های اجتماعی، تعامل انسان و هوش مصنوعی، چت‌بات‌ها و رفتار اجتماعی دیجیتال). ۴. سمینارهای پژوهشی سرفصل‌های این رشته بعد از نقد و بررسی‌ها طی جلسات مختلف تدوین و تصویب شد. سرفصل‌های تصویب شده با توجه به بافت فرهنگی ایران بومی سازی و دروس زیر نهایی شد.

دروس الزامی:

روش‌های تحقیق کمی و کیفی در روان‌شناسی اجتماعی، آمار پیشرفته، نظریه‌های نوین در روان‌شناسی اجتماعی، شناخت اجتماعی، کاربرد روان‌شناسی اجتماعی در فرهنگ و جامعه بومی ایران، تمرین عملی ۱ و ۲ کارورزی در روان‌شناسی اجتماعی با تاکید بر حل مسایل اجتماعی

دروس اختیاری:

آسیب‌شناسی اجتماعی، روان‌شناسی اجتماعی سلامت، روان‌شناسی شخصیت، فرهنگ و روان‌شناسی، روان‌شناسی رفتار مصرف‌کننده، روان‌شناسی رسانه و تبلیغات، علوم اعصاب اجتماعی، روان‌شناسی محیطی و شهری، بحران‌های روانی، اجتماعی و فرهنگی در ایران، روان‌شناسی سیاسی، روان‌شناسی اجتماعی فضای مجازی، روان‌شناسی اجتماعی دین، روان‌شناسی اجتماعی بالینی، روانشناسی اجتماعی در تعلیم و تربیت



آغاز به کار «گروه روان‌شناسی کسب‌وکار»



دکتر احمد رضا فتوت

مدیر گروه روان‌شناسی کسب‌وکار

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

گروه روان‌شناسی کسب‌وکار با هدف پل زدن میان دانش روان‌شناسی و نیازهای فوری و حیاتی کسب‌وکارهای ایرانی تأسیس شده و تاکنون دو جلسه این کارگروه با حضور چهره‌های برجسته‌ای از هیئت مدیره انجمن و خبرگان حوزه روان‌شناسی از جمله دکتر صفاری‌نیا، دکتر فتوت، دکتر عریضی، دکتر انصاری، دکتر آتش‌پور، و خانم دکتر براتی برگزار شده است و مقرر است در ماه‌های آینده فعالیت‌هایی از جمله برگزاری وبینار سراسری در اوایل تیرماه انجام شود.

عدو شود سبب خیر اگر خدا خواهد انسجام ملی اوجب واجبات کشور



دکتر ابوالقاسم عیسی مراد

نائب رئیس انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

ضرب المثل قدیمی و عقلانی، حکایت زمانه ما را به خوبی تحلیل و تفسیر و نمایه می‌کند. بی‌تردید اگر خدا بخواهد - که می‌خواهد که اگر ما بخواهیم او که کریمانه می‌خواهد - دشمن هم برای پیروزی کاری می‌کند که پیروزی قطعی برای دوست حداکثری می‌شود اگر متوکل به حق و در لشکر حق بمانیم. باز دوصد البته اگر دوست باشیم و به جای نابرداری‌ها برادری‌ها را حفظ کنیم که شعار "انما المومنون الاخوه" برای گام عملی ما است نه یک شعار برای زینت کلام. اکنون در زمانه‌ای که جنگ تحمیلی جبهه باطل آمریکایی - صهیونی بر علیه ایران قهرمان و حق‌طلب، ما را با این حقیقت مواجه می‌کند که تمامت حق در مقابل تمامت باطل صف کشیده‌اند و وحدت کشور را هدف قرار داده و بی‌مقداران بی‌هویت را بر ما احاله می‌دهند و البته دو چندان تاکید دموکراسی را نشخوار می‌کنند. الان فرصتی ایجاد شد و شاید هتاکی عدو بود تا مردم به خیابان‌ها بیایند و توطئه‌ها را خنثی و مرزها محکم‌تر شود و اهدافی که سال‌ها ایران عزیز بعد ۴۷ سال لحظه شماری می‌کرد تا شکار کند اتفاق افتاد و با شهادت رهبری انقلاب، انسجام را با انتقامی که به غیرت ایرانی‌ها برخورد عملی‌تر کرد و جولانش را در جهان دیدیم و شنیدیم و پیام دادیم. بی‌شک و دوصد البته حقایق و واقعیات روشن‌تر و ملموس‌تر نمایان شد و همه به خوبی درک کردیم.

نگارنده دعبش همیشه بر انسجام ملی و دینی و هویتی بوده و بر چنین مشی جانانه‌ای بی‌شمار بر تذکار و تکرار ایده‌اش بی‌هر سوگیری جناح بازی و بی‌طرفی بر طرف‌داری افراطی و بر مشی بما هو اعتدال معنادار

قلم زده و گفته است و توصیه‌ی امر به معروف و نهی از منکر از جنس عقلانیت اشاره مستقیم و غیر مستقیم داشته است و دارد. بنابر این حجتش را پیش خدای خویش ملموس بیان کرده است و حتی گاه دیگران بی استدلال به سود و زیانشان تفسیر می‌کنند و نویسنده را بی‌مهابا می‌آزارند و بر خدای حواله می‌دهم که حق‌گرایی تاوان دارد و به زعم تلبس‌ایثار به جان خریداریم و بس.

خطابم به آنان است که طعم انقلاب را شنیده و زعم وحدت در سر می‌پروراند و بر مشی اعتدال انقلاب و جمهوری اسلامی بر طریق طریقت دین اسلام گام بر می‌دارند و دو صد البته دیگرانی که یا احوال بدی دارند و یا نقدهای دلسوزانه دارند بر خویشتن انقلاب قرب دهند که احسن است.

واقعا وقتی که با خود خودم خلوت می‌کنم و اندیشه‌ای در عمق وجودم دارم خودم را با خودم در آینه بی‌کدورت خویش می‌بینم، باز به تکرار به خودِ خودم می‌گویم آیا واقعا مشی صراط حق و تمیز حق و باطل سخت است که گاه خودم را حق می‌انگارم و دوست و همراه دیروز و امروزم را بر اساس مطلق‌نگری و نگاه قطبیتی دشمن می‌پندارم که استکبار جرات کند بر ما چنان بی‌ادب باشد و بر مشی وحدت ما حمله کند؟ حال ما بنشینیم و بگویم و فریاد و امسلما بلند کنیم که ایها الناس دیدید ما وحدت داریم؟ البته که داریم ولی خودمانی بگوئیم و واقعی، به جاهایی قدری هم با هم اوقات تلخی می‌کنیم و گاه اندکی نداریم.

منظور نگارنده آن قدری که نداریم است که چرا نداریم؟ ملت و آیین و دین و مذهب و ده‌ها مولفه چسبندگی نمی‌تواند قوامان را بیشتر کند؟

به راستی چه شده است که کلام حضرت امام که "وحدت کلمه" هرگز از کلام و عملش فاصله نداشت و نیز رهبر شهید بر "جذب حداکثری و دفع حداقلی" کرارا تاکید داشتند و همه مادرانه‌های انقلاب بی‌تصاحب مطلق جمهوری اسلامی جا را گاه بر نامادرانه‌های آن خلوت کرده‌اند.

به گمان نویسنده دشمن نیز بی‌تردید بر ما حجیت را اتمام کرده و نیک می‌دانیم که چسان باید عمل کنیم و بر طریق دلسوزانه برای ایران عزتمند گام بر داریم.

بارها به تاکید اشاره داشته‌ام که دشمن دشمن است انتظار دوستی محال است. اولاً ما دوستان احوالمان چگونه است و به کجا می‌رسد؟

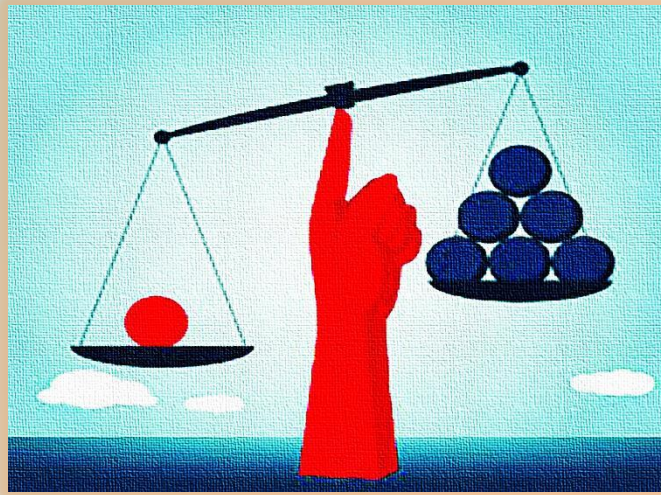
به زعم نگارنده در این مختصر مقال شاید که

بنمایاند حدودی از خط مشی واقعی جمهوری اسلامی بی‌تعصب بر اصول و اصلاح می‌توان انسجام ایجاد کرد که اگر کم تجربه را بر پر تجربه‌ها و مادرانه‌ها را بر نامادرانه‌ها غلبه ندهیم بی‌شک بر مشی انسجام و فائق شدن بر عدو کارساز تر آید که "العبد تدبر والله یقدر".

خدای را ناظر بگیریم و فرصت سوزی‌ها بر تمهید فرصت‌سازی عیان کنیم شاید رحمت حق بر ما ره بنمایاند و بر طریق حق گام بر داریم و بر عدو غالب تر شویم.

از نگاه توحیدی گاه و شاید بیشتر عدو می‌تواند نقش شیطان را در مسیر یابی حیات حقانیت بر ما منت حق گردد که راه کمال یابی ما بیشینه و راه بی‌هدف کمینه‌تر.

ادراک نابرابری در دوران جنگ از منظر روان‌شناسی اجتماعی: خوانشی اگزستانسیال - پدیدارشناختی زمینه‌گرا



مرضیه ساریخانی

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

چکیده

جنگ یکی از بنیادی‌ترین موقعیت‌های تاریخی - اجتماعی است که نه تنها ساختارهای عینی زندگی، بلکه شیوه تجربه، تفسیر و معنادهی انسان به جهان را دگرگون می‌سازد. در چنین شرایطی، نابرابری صرفاً به مثابه تفاوت در دسترسی به منابع، امنیت یا فرصت‌ها فهم نمی‌شود، بلکه به صورت تجربه‌ای زیسته، بدنی، رابطه‌ای و هستی‌شناختی ظهور می‌یابد. این مقاله با بهره‌گیری از مفاهیم کلیدی روان‌شناسی اجتماعی و با اتکا به رویکردی اگزستانسیال - پدیدارشناختی زمینه‌گرا، می‌کوشد نشان دهد که ادراک نابرابری در دوران جنگ چگونه از خلال مقایسه اجتماعی، محرومیت نسبی، هویت جمعی، فروپاشی افق آینده و تهدید کرامت انسانی شکل می‌گیرد. در این چارچوب، نابرابری نه یک واقعیت صرفاً عینی، بلکه پدیده‌ای تفسیری و وابسته به بستر است که آثار عمیقی بر سلامت روان، همبستگی اجتماعی و تجربه معنا برجای می‌گذارد. در پایان، دلالت‌های نظری و کاربردی این دیدگاه برای مداخلات روان‌شناختی و بازسازی اجتماعی پس از جنگ بررسی می‌شود.

کلیدواژه‌ها: نابرابری، جنگ، روان‌شناسی اجتماعی، پدیدارشناسی، اگزستانسیالیسم، زمینه‌گرایی، عدالت اجتماعی، هویت جمعی

مقدمه

جنگ را می‌توان یکی از عمیق‌ترین و ویرانگرترین اشکال گسست در نظم زندگی انسانی دانست؛ گسستی که فراتر از تخریب فیزیکی و اقتصادی، بنیان‌های روانی، اجتماعی و نمادین زیست انسان را متزلزل می‌سازد. در وضعیت جنگی، انسان نه تنها با تهدید مرگ و فقدان مواجه است، بلکه با فروپاشی حس امنیت،

پیش‌بینی‌پذیری، تعلق و کرامت نیز روبه‌رو می‌شود. از این منظر، جنگ صرفاً یک رویداد نظامی نیست، بلکه وضعیتی اجتماعی - هستی‌شناختی است که روابط میان‌فردی، بین‌گروهی و نهادی را بازآرایی می‌کند و در نتیجه، تجربه نابرابری را تشدید و پیچیده‌تر می‌سازد.

در روان‌شناسی اجتماعی، نابرابری عموماً در پیوند با مقایسه اجتماعی، عدالت توزیعی، محرومیت نسبی و روابط بین‌گروهی بررسی شده است (Tajfel & Turner, 1979; Festinger, 1954). این رویکردها نشان می‌دهند که انسان‌ها نه تنها به توزیع عینی منابع، بلکه به مقایسه موقعیت خویش با دیگران حساس‌اند و همین مقایسه‌ها می‌توانند احساس بی‌عدالتی، خشم و کناره‌گیری اجتماعی را برانگیزند. باین حال، در شرایط جنگی، این تجربه نابرابری از سطح صرفاً شناختی یا توزیعی فراتر می‌رود و به سطحی عمیق‌تر، یعنی تجربه زیسته بودن در جهان، گره می‌خورد.

رویکرد پدیدارشناختی - اگزیستانسیال امکان می‌دهد تا نابرابری نه فقط به‌عنوان داده‌ای بیرونی، بلکه به‌مثابه امری که در افق تجربه فرد و گروه معنا می‌یابد، فهم شود (Spinelli, Merleau-Ponty, 2012). از سوی دیگر، اگزیستانسیالیسم بر مواجهه انسان با اضطراب، مرگ، آزادی، مسئولیت، تنهایی و جست‌وجوی معنا تأکید می‌کند (Yalom, 1980). بنابراین، ادراک نابرابری در دوران جنگ را باید در نسبت با این ابعاد بنیادین هستی انسان بررسی کرد. افزون بر این، رویکرد زمینه‌گرا یادآور می‌شود که هر تجربه‌ای در بستر تاریخی، فرهنگی، سیاسی و رابطه‌ای خاصی شکل می‌گیرد (Spinelli, 2007).

هدف این مقاله آن است که با تلفیق این سه افق نظری، نشان دهد نابرابری در دوران جنگ چگونه از یک واقعیت توزیعی به تجربه‌ای اگزیستانسیال و جمعی بدل می‌شود. ابتدا مفاهیم اصلی روان‌شناسی اجتماعی در باب نابرابری مرور می‌شود، سپس ابعاد پدیدارشناختی و اگزیستانسیال این تجربه در بستر جنگ تحلیل می‌گردد و در نهایت، پیامدهای روان‌شناختی و اجتماعی آن بررسی می‌شود.

نابرابری در روان‌شناسی اجتماعی

در روان‌شناسی اجتماعی، نابرابری غالباً به‌عنوان تفاوت ادراک‌شده در دسترسی به منابع، قدرت، منزلت و فرصت‌ها تعریف می‌شود. نظریه مقایسه اجتماعی بیان می‌کند که افراد برای ارزیابی خود، موقعیت خویش را با دیگران مقایسه می‌کنند (Festinger, 1954). در شرایط عادی، این مقایسه‌ها ممکن است به احساس رضایت یا نارضایتی بینجامد؛ اما در بستر جنگ، به‌دلیل افزایش ناامنی، کمبود و عدم قطعیت، شدت و برجستگی بیشتری می‌یابد. در چنین وضعی، افراد به‌طور فزاینده‌ای نسبت به دسترسی متفاوت دیگران به غذا، پناه، درمان، امنیت و حمایت اجتماعی حساس می‌شوند.

مفهوم محرومیت نسبی در این زمینه بسیار مهم است. محرومیت نسبی به فاصله میان آنچه فرد دارد و آنچه شایسته خود می‌داند اشاره دارد (Runciman, 1966). در جنگ، این فاصله اغلب به شدت افزایش می‌یابد؛ زیرا افراد شاهد آن‌اند که برخی گروه‌ها یا مناطق از امنیت، حمایت یا منابع بیشتری برخوردارند، در حالی که خود از ابتدایی‌ترین امکانات محروم مانده‌اند. در نتیجه، نابرابری تنها در سطح عینی وجود ندارد، بلکه به صورت احساس عمیق بی‌عدالتی تجربه می‌شود.

از سوی دیگر، نظریه‌های عدالت توزیعی نیز نشان می‌دهند که انسان‌ها نسبت به انصاف در توزیع منابع و فرصت‌ها حساس‌اند (Deutsch, 1975). در جنگ، این حساسیت به‌ویژه در مورد دسترسی به خدمات ضروری و منابع بقا تشدید می‌شود. بنابراین، نابرابری در دوران جنگ باید هم در سطح ساختاری و هم در سطح ادراکی و عاطفی بررسی شود. با این حال، فهم کامل این پدیده مستلزم توجه به معنای زیسته آن برای فرد است؛ امری که روان‌شناسی اجتماعی، در صورت تلفیق با پدیدارشناسی، بهتر می‌تواند به آن دست یابد.

جنگ و دگرگونی افق تجربه

از منظر پدیدارشناختی، تجربه انسانی همواره در «جهان‌زیست» یا همان افق زیسته فرد شکل می‌گیرد؛ افقی که شامل بدن، زمان، فضا، روابط و معناست (Merleau-Ponty, 2012). در این چارچوب، نابرابری در جنگ نباید صرفاً به‌عنوان متغیری بیرونی دیده شود، بلکه باید آن را پدیده‌ای دانست که در بافت تجربه روزمره و بدن‌مند انسان ظهور می‌کند.

جنگ، ساختار زمان‌مندی تجربه را به‌طور اساسی مختل می‌کند. آینده که در زندگی عادی افق برنامه‌ریزی، امید و کنش هدفمند است، در جنگ به افقی مبهم، متزلزل و تهدیدآمیز تبدیل می‌شود. این اختلال زمانی، نابرابری را تشدید می‌کند؛ زیرا برخی افراد هنوز امکان تصور آینده را دارند، اما برخی دیگر در وضعیت صرفاً بقا گرفتار می‌شوند. در این معنا، نابرابری فقط به تفاوت در منابع مربوط نیست، بلکه به تفاوت در امکان داشتن آینده نیز مربوط است.

همچنین، جنگ بدن را به کانون تجربه نابرابری بدل می‌سازد. بدن گرسنه، مجروح، خسته، ترسان یا بی‌پناه، نابرابری را به‌طور مستقیم و ملموس تجربه می‌کند. بدین ترتیب، نابرابری در جنگ صرفاً مفهومی انتزاعی نیست، بلکه تجربه‌ای بدنی و عاطفی است که در سطح حس، درد و فرسودگی درک می‌شود.

از دیدگاه زمینه‌گرا، این تجربه‌ها باید در بستر خاص تاریخی و فرهنگی هر جامعه فهم شوند. معنای «خانه»، «پناه»، «کمک»، «رهاشدگی» یا «بقا» در هر زمینه فرهنگی شکل خاصی دارد. بنابراین، تفسیر نابرابری در دوران جنگ نیازمند حساسیت به بافت و پرهیز از تعمیم‌های شتاب‌زده است (Spinelli, 2007).

رویکرد اگزستانسیال: نابرابری، کرامت و معنا

رویکرد اگزستانسیال بر تجربه‌های بنیادین انسان از رنج، مرگ، آزادی، مسئولیت و جست‌وجوی معنا تأکید دارد (Yalom, 1980). در دوران جنگ، این ابعاد با شدت بیشتری ظهور می‌یابند. نابرابری در این بستر، تنها به معنای نداشتن منابع نیست، بلکه می‌تواند تهدیدی برای کرامت انسانی و ارزشمندی وجودی فرد تلقی شود.

انسان برای حفظ تعادل روانی و هستی‌شناختی خود نیازمند احساس ارزشمندی، دیده‌شدن و حق بودن است. هنگامی که فرد احساس می‌کند رنج او نادیده گرفته می‌شود، زندگی‌اش کم‌اهمیت‌تر از دیگران تلقی می‌گردد یا امکان زیستن او به حاشیه رانده شده است، نابرابری به سطحی اگزستانسیال ارتقا می‌یابد. در این سطح، مسئله فقط بی‌عدالتی مادی نیست، بلکه تجربه تحقیر، بی‌اعتنایی و بی‌معنایی است.

در اینجا مفهوم «به‌رسمیت‌شناسی» اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. انسان نیاز دارد که رنج و وجودش دیده و به رسمیت شناخته شود. اگر رنج یک فرد یا گروه به رسمیت شناخته نشود، نابرابری نه تنها مادی، بلکه اخلاقی و نمادین نیز خواهد بود. از این‌رو، نابرابری در جنگ باید در پیوند با کرامت انسانی فهم شود؛ زیرا سلب کرامت یکی از شدیدترین اشکال آسیب روانی و اجتماعی است.

هویت جمعی و روابط بین‌گروهی

نظریه هویت اجتماعی بیان می‌کند که افراد بخشی از خودپنداره خویش را از عضویت در گروه‌های اجتماعی می‌گیرند (Tajfel & Turner, 1979). در دوران جنگ، مرزهای هویتی برجسته‌تر می‌شوند و تقسیم‌بندی «ما/آنها» شدت می‌یابد. این امر از یک‌سو می‌تواند انسجام درون‌گروهی را افزایش دهد، اما از سوی دیگر، احتمال طرد، تبعیض و احساس بی‌عدالتی بین‌گروهی را بالا می‌برد.

وقتی یک گروه احساس کند رنج او در عرصه سیاسی یا رسانه‌ای نادیده گرفته شده یا در اولویت قرار نگرفته است، نوعی محرومیت جمعی شکل می‌گیرد. این محرومیت می‌تواند با خشم اخلاقی، بی‌اعتمادی و کناره‌گیری اجتماعی همراه شود. از منظر اگزستانسیال، نادیده گرفتن رنج جمعی، تهدیدی برای هویت اعضای آن گروه است؛ زیرا افراد خود را در نگاه اجتماعی باز می‌یابند.

در مقابل، حمایت اجتماعی و شبکه‌های همیاری می‌توانند آثار نابرابری را تعدیل کنند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که حمایت اجتماعی از منابع اصلی تاب‌آوری در شرایط فشار است (Hobfoll, 1989). با این حال، در جنگ حتی این منابع نیز به‌طور نابرابر توزیع می‌شوند. بنابراین، تحلیل نابرابری در جنگ بدون توجه به سطح روابط اجتماعی و سرمایه اجتماعی ناقص خواهد بود.

پیامدهای روان‌شناختی و اجتماعی ادراک نابرابری

ادراک نابرابری در دوران جنگ می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای در سطح فردی، بین فردی و جمعی بر جای گذارد. در سطح فردی، اضطراب، افسردگی، خشم، درماندگی، بی‌حسی هیجانی و فرسودگی روانی از واکنش‌های رایج‌اند. در سطح بین فردی، اعتماد تضعیف می‌شود و پیوندهای حمایتی ممکن است سست شوند. در سطح جمعی نیز همبستگی اجتماعی، احساس تعلق و سرمایه اجتماعی آسیب می‌بیند.

یکی از پیامدهای مهم این وضعیت، درونی‌سازی نابرابری است. هنگامی که بی‌عدالتی به‌عنوان امری عادی یا طبیعی پذیرفته شود، افراد ممکن است به تدریج آن را شایسته یا اجتناب‌ناپذیر تلقی کنند. این فرایند را می‌توان با مفاهیمی مانند «توجیه نظام» توضیح داد (Jost & Banaji, 1994). در چنین شرایطی، نابرابری نه تنها تجربه می‌شود، بلکه بازتولید نیز می‌گردد.

از منظر مداخله روان‌شناختی، این یافته‌ها نشان می‌دهد که کار با جمعیت‌های آسیب‌دیده از جنگ نباید صرفاً بر کاهش نشانه‌های بالینی متمرکز باشد. لازم است بافت اجتماعی، معنای رنج، تجربه تحقیر و حس بی‌عدالتی نیز در فرایند درمان و حمایت لحاظ شود. در رویکرد اگزستانسیال - پدیدارشناختی، درمانگر با شنیدن دقیق و بدون پیش‌داوری، به بازفهمی جهان‌زیست مراجع کمک می‌کند و زمینه بازسازی معنا و کرامت را فراهم می‌سازد (Spinelli, 2005, 2007).

نتیجه‌گیری

نابرابری در دوران جنگ پدیده‌ای چندلایه و وابسته به بستر است که نمی‌توان آن را صرفاً با شاخص‌های اقتصادی یا توزیعی توضیح داد. از منظر روان‌شناسی اجتماعی، این پدیده با مقایسه اجتماعی، محرومیت نسبی و هویت جمعی پیوند دارد؛ اما در سطحی عمیق‌تر، با تجربه زیسته بدن‌مند، زمان‌مند، رابطه‌ای و معنا‌ساز انسان مرتبط است. رویکرد اگزستانسیال - پدیدارشناختی زمینه‌گرا امکان می‌دهد نابرابری جنگی به‌عنوان تجربه‌ای وجودی فهم شود؛ تجربه‌ای که غالباً همراه با تحقیر، بی‌پناهی و تهدید کرامت انسانی است.

بر این اساس، بازسازی پس از جنگ صرفاً به معنای بازسازی زیرساخت‌ها نیست، بلکه مستلزم بازسازی افق‌های معنا، روابط اجتماعی و امکان تجربه کرامت و عدالت است. از این رو، مداخلات روان‌شناختی، اجتماعی و سیاست‌گذارانه باید نه تنها بر کاهش رنج، بلکه بر ایجاد امکان دیده‌شدن، شنیده‌شدن و به رسمیت شناخته‌شدن نیز متمرکز باشند.

منابع فارسی

- دیویس، ج.، و همکاران. (۱۹۸۹). *نظریه‌های عدالت و نابرابری اجتماعی*.
 دویچ، م. (۱۹۷۵). برابری، مساوات و نیاز: چه چیزی تعیین می‌کند کدام ارزش به‌عنوان مبنای عدالت توزیعی استفاده شود؟ *مسائل اجتماعی*، ۳۱*(۳)، ۱۳۷-۱۴۹.

- فستینگر، ل. (۱۹۵۴). نظریه‌ای درباره فرایندهای مقایسه اجتماعی. *روان‌شناسی اجتماعی، ۷*(۲)، ۱۱۷-۱۴۰.
- هافبول، س. ا. (۱۹۸۹). نظریه‌ای تازه برای مفهوم‌سازی استرس: حفاظت از منابع. *روان‌شناس آمریکایی، ۴۴*(۳)، ۵۱۳-۵۲۴.
- جاست، ج. ت.، و بنجی، م. ر. (۱۹۹۴). نقش کلیشه‌سازی در توجیه نظام و تولید آگاهی کاذب. *نشریه بریتانیایی روان‌شناسی اجتماعی، ۳۳*(۱)، ۱-۲۷.
- رونسین، و. جی. (۱۹۶۶). *محرومیت نسبی و عدالت اجتماعی*. کمبریج: انتشارات دانشگاه کمبریج.
- تاجفل، ه.، و ترنر، ج. ک. (۱۹۷۹). نظریه‌ای تلفیقی درباره تعارض بین گروهی. در و. جی. آستین و س. وورچل (ویراستاران)، *روان‌شناسی اجتماعی روابط بین گروهی* (صص. ۳۳-۴۷). بروکس/کول.
- یالوم، ا. د. (۱۹۸۰). *روان‌درمانی اگزیستانسیال*. نیویورک: بیسیک بوکس.
- اسپینلی، ا. (۲۰۰۵). *جهان تفسیر شده: درآمدی بر روان‌شناسی پدیدارشناختی*. لندن: سیج.
- اسپینلی، ا. (۲۰۰۷). *روان‌درمانی اگزیستانسیال به مثابه عمل: جهان رابطه‌ای*. لندن: سیج.
- مرلو-پونتی، م. *پدیدارشناسی ادراک*. ترجمه محمود دریانورد.

References:

- Deutsch, M. (1975). Equity, equality, and need: What determines which value will be used as the basis of distributive justice? *Journal of Social Issues, 31*(3), 137-149.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*(2), 117-140.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist, 44*(3), 513-524.
- Jost, J. T., & Banaji, M. R. (1994). The role of stereotyping in system-justification and the production of false consciousness. *British Journal of Social Psychology, 33*(1), 1-27.
- Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of perception* (D. A. Landes, Trans.). Routledge. (Original work published 1945)
- Runciman, W. G. (1966). *Relative deprivation and social justice: A study of attitudes to social inequality in twentieth-century England*. Routledge & Kegan Paul.
- Spinelli, E. (2005). *The interpreted world: An introduction to phenomenological psychology* (2nd ed.). Sage.
- Spinelli, E. (2007). *Practising existential psychotherapy: The relational world*. Sage.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-47). Brooks/Cole.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

شش راهبرد برای تأثیرگذاری مثبت بر هیجان‌های دیگران



ستاره جعفری

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

چگونه می‌توان با بهره‌گیری از راهبردهای تنظیم بین‌فردی عاطفه، خلق دیگران را بهبود بخشید؟

جرمی اس. نیکلسون

بخش عمده‌ای از تعاملات روزمره انسان‌ها به نحوی با مدیریت و جهت‌دهی هیجان‌های دیگران گره خورده است. افراد نه تنها برای حمایت و مراقبت از اطرافیان خود، بلکه برای تقویت روابط بین‌فردی و ایجاد تبادل حمایتی متقابل، درصدد تأثیرگذاری بر حالات هیجانی دیگران برمی‌آیند. از این منظر، راهبردهایی که افراد برای تغییر یا هدایت هیجان‌های دیگران به کار می‌گیرند – که در ادبیات پژوهشی با عنوان «راهبردهای کنترل‌شده تنظیم بین‌فردی عاطفه (Controlled Interpersonal Affect Regulation Strategies)» شناخته می‌شوند – نقشی تعیین‌کننده در کیفیت تعاملات شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای ایفا می‌کنند. خوشبختانه، پژوهش‌های دو دهه اخیر شناخت نسبتاً دقیقی از این راهبردها و سازوکارهای اثرگذاری آن‌ها فراهم کرده‌اند.

طبقه‌بندی راهبردهای تنظیم بین‌فردی عاطفه

نیون، تاتردل و هولمن (۲۰۰۹) در پژوهشی پیشگامانه به شناسایی و طبقه‌بندی راهبردهایی پرداختند که افراد برای تأثیرگذاری بر حالات هیجانی دیگران به کار می‌برند. این پژوهش با بهره‌گیری از مطالعات مرتبط با مدیریت هیجان، مراقبت‌گری، حمایت اجتماعی و نفوذ بین‌فردی انجام شد.

در مجموع، ۹۵۵ نمونه از رفتارهای تنظیم بین‌فردی عاطفه گردآوری و طبقه‌بندی شد. در سطح کلان، این راهبردها به دو گروه عمده تقسیم شدند:

۱. راهبردهای بهبوددهنده عاطفه (Affect-Improving)

۲. راهبردهای تضعیف‌کننده عاطفه (Affect-Worsening)

راهبردهای بهبوددهنده عاطفه نیز در دو طبقه اصلی و شش زیرطبقه سازمان‌دهی شدند.

راهبردهای پذیرش و انحراف توجه (Acceptance/Diversion)

این راهبردها از طریق منحرف کردن توجه فرد از منبع ناراحتی یا تجربه هیجانی منفی، به صورت غیرمستقیم موجب بهبود خلق می‌شوند.

۱. ارزش‌گذاری (Valuing)

در این راهبرد تلاش می‌شود احساس ارزشمندی، تعلق و اهمیت شخصی در فرد تقویت شود. نمونه‌های این رویکرد عبارت‌اند از:

- وقت‌گذرانی با فرد
 - در دسترس بودن و همراهی عاطفی
 - ابراز علاقه و اهمیت دادن
 - ایجاد احساس پذیرفته‌شدن و مورد توجه بودن
- در واقع، این راهبرد از طریق تقویت پیوند عاطفی میان دو نفر عمل می‌کند.

۲. حواس‌پرتی سازنده (Distracting)

در این شیوه، توجه فرد از تجربه هیجانی منفی به فعالیت‌ها و تعاملات دیگر معطوف می‌شود. از جمله:

- برنامه‌ریزی فعالیت‌های مشترک
 - شرکت در رویدادهای اجتماعی
 - خروج از محیط تنش‌زا
 - تعامل با افراد حمایتگر
- این راهبرد فرصت فاصله‌گیری موقت از افکار و احساسات ناخوشایند را فراهم می‌آورد.

۳. شوخ‌طبعی (Humor)

شوخ‌طبعی یکی از مؤثرترین شیوه‌های تغییر حالت هیجانی است. این راهبرد شامل:

- ایجاد موقعیت‌های خنده‌دار
- تعریف کردن موضوعات طنزآمیز
- ارسال پیام‌های سرگرم‌کننده
- ایجاد فضای شاد و سبک‌تر

استفاده از طنز می‌تواند شدت هیجان‌های منفی را کاهش داده و انعطاف‌پذیری شناختی فرد را افزایش دهد.

راهبردهای درگیری مثبت (Positive Engagement)

برخلاف راهبردهای انحرافی، این دسته از راهبردها فرد را به مواجهه فعال با تجربه هیجانی و موقعیت تنش‌زا تشویق می‌کنند.

۴. درگیری متمرکز بر مسئله (Problem-Focused Engagement)

در این رویکرد، فرد فرصت می‌یابد احساسات خود را بیان، پردازش و سازمان‌دهی کند. نمونه‌های این راهبرد عبارت‌اند از:

- گوش دادن فعال
- فراهم کردن فرصت تخلیه هیجانی
- همدلی و اعتباربخشی به احساسات
- ارائه حمایت عاطفی

این فرایند به فرد کمک می‌کند تجربه هیجانی خود را بهتر درک و تنظیم کند.

۵. درگیری متمرکز بر فرد (Target-Focused Engagement)

در این راهبرد، توجه بر منابع درونی، توانمندی‌ها و ویژگی‌های مثبت فرد متمرکز می‌شود. برای مثال:

- برجسته‌سازی نقاط قوت
- یادآوری موفقیت‌های گذشته
- تحسین عملکردها
- ابراز اعتماد به توانایی فرد برای عبور از بحران

این رویکرد با افزایش احساس خودکارآمدی و عزت‌نفس، تاب‌آوری روان‌شناختی فرد را تقویت می‌کند.

۶. درگیری شناختی (Cognitive Engagement)

در این شیوه، تلاش می‌شود چارچوب شناختی فرد نسبت به موقعیت تغییر یابد.

این امر می‌تواند از طریق موارد زیر انجام شود:

- بازچارچوب‌بندی شناختی موقعیت
- ارائه دیدگاه‌های جایگزین
- کمک به حل مسئله
- برجسته کردن فرصت‌های بالقوه
- یادآوری منابع حمایت اجتماعی

این راهبرد شباهت زیادی به فنون بازسازی شناختی در رویکردهای شناختی-رفتاری دارد.

سه گام عملی برای بهبود هیجان‌های دیگران

بر اساس این طبقه‌بندی، می‌توان راهبردهای فوق را در قالب سه مرحله متوالی و مکمل به کار گرفت.

گام نخست: ارزش‌گذاری و تخلیه هیجانی

در آغاز، ضروری است فرد احساس کند دیده می‌شود، مورد پذیرش قرار گرفته و برای دیگری اهمیت دارد.

هم‌زمان باید فضایی فراهم شود تا بتواند احساسات خود را آزادانه بیان کند.

این مرحله بر سه مؤلفه بنیادین روابط یاری‌گرانه استوار است:

- همدلی

- اصالت

- پذیرش گرم و بدون قید و شرط

ایجاد چنین فضایی زمینه لازم برای کاهش تنش هیجانی و شکل‌گیری احساس امنیت روان‌شناختی را فراهم می‌آورد.

گام دوم: حواس‌پرتی و برجسته‌سازی نقاط قوت

چنانچه خلق منفی ادامه یابد، لازم است فرد به‌طور موقت از چرخه نشخوار ذهنی فاصله بگیرد و مجدداً با منابع لذت، ارتباط و موفقیت در زندگی خود تماس پیدا کند. فعالیت‌های اجتماعی، تعامل با دیگران و یادآوری توانمندی‌های شخصی، هم‌زمان احساس تعلق و شایستگی را تقویت می‌کنند.

در نتیجه، انتظارات فرد نسبت به آینده امیدوارانه‌تر شده و اعتماد او به توانایی‌هایش افزایش می‌یابد.

گام سوم: شوخ‌طبعی و بازنگری شناختی

در مرحله پایانی، زمانی که شدت هیجان‌های منفی تا حدودی کاهش یافته است، می‌توان به بازبینی شناختی مسئله پرداخت.

شوخ‌طبعی در این مرحله نقش تسهیل‌کننده دارد؛ زیرا از شدت تنش می‌کاهد و پذیرش دیدگاه‌های جدید را آسان‌تر می‌کند. در ادامه، ارائه راهنمایی، تحلیل واقع‌بینانه موقعیت و کمک به حل مسئله می‌تواند فرد را از الگوهای فکری ناکارآمد خارج سازد.

این فرایند به‌ویژه در کاهش «سوگیری حفظ وضع موجود» و غلبه بر چارچوب ذهنی مبتنی بر فقدان و شکست مؤثر است و فرد را به سمت تصمیم‌گیری سازگارانه‌تر هدایت می‌کند.

در مجموع، بهبود هیجان‌های دیگران صرفاً به معنای دل‌داری دادن یا نصیحت کردن نیست. شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که مؤثرترین مسیر معمولاً با همدلی و پذیرش آغاز می‌شود، با تقویت منابع فردی و اجتماعی ادامه می‌یابد و در نهایت به بازنگری شناختی و حل مسئله منتهی می‌شود.

منبع:

Nicholson, J. S. (2026, June 1). 6 strategies to positively influence other people's emotions: How to improve someone's mood with interpersonal affect regulation strategies. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com>

هویت



سهیلا کریمی

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

چگونه وجهه خود را می‌سازیم و در صورت لزوم از آن محافظت می‌کنیم؟

نگاهی به اینکه دوست داریم دیگران ما را چگونه ببینند

هر یک از ما تصویری ذهنی از خود داریم. این تصویر ممکن است شامل برداشت ما از ویژگی‌های جسمانی، سن، جنسیت، فرهنگ، تجربه‌ها، استعدادها، توانمندی‌ها و محدودیت‌هایمان باشد؛ مجموعه‌ای از مؤلفه‌ها که هویت ما را شکل می‌دهند.

این تصویر از خود همیشه ثابت نیست. گاهی در موقعیت‌های مختلف یا در تعامل با افراد متفاوت، جنبه‌های متفاوتی از هویت ما برجسته می‌شوند. علاوه بر این، ما تنها به داشتن چنین تصویری از خود اکتفا نمی‌کنیم؛ بلکه می‌خواهیم دیگران نیز ما را همان‌گونه ببینند که مایل هستیم.

برای مثال، ممکن است بخواهیم دوستانم مرا فردی دلسوز، حمایتگر، قابل اعتماد و شوخ طبع بدانند. در مقام یک دانشگاهی، تمایل دارم دانشجویان و همکارانم مرا فردی توانمند، قابل اعتماد، مقتدر و در عین حال حمایتگر ببینند. در نقش فرزند نیز دوست دارم والدینم مرا فردی آگاه، مسئولیت‌پذیر و مراقبت‌کننده تلقی کنند.

این برداشت‌های مطلوب از خود، بخشی از هویت ما را تشکیل می‌دهند. از منظر مطالعات ارتباطات، نکته مهم آن است که ارتباطات نقشی اساسی در شکل‌گیری این برداشت‌ها دارند؛ هم در نحوه‌ای که خود را می‌بینیم و هم در شیوه‌ای که دیگران ما را درک می‌کنند.

برای نمونه، ممکن است در محیط کار گزارشی را زودتر از موعد تحویل دهیم تا تعهد خود به سازمان را نشان دهیم. یا هنگامی که با دوستی تماس می‌گیریم تا از او حمایت کنیم، علاوه بر انجام یک رفتار حمایتی، در حال تقویت تصویری از خود به عنوان یک دوست دلسوز نیز هستیم.

در همین حال که دیگران برداشت خود را از ما شکل می‌دهند، ما نیز در حال شکل دادن برداشت خود از آنان هستیم.

وجهه چیست؟

در نظریه‌های ارتباطی، تصویری که مایل هستیم دیگران از ما داشته باشند «وجهه» (Face) نامیده می‌شود. البته گاهی افراد می‌کوشند تصویری غیرواقعی از خود ارائه دهند. برای مثال، فردی که درگیر سوء مصرف الکل است ممکن است تلاش کند در برابر خانواده و دوستانش فردی کاملاً هوشیار به نظر برسد.

با این حال، در بیشتر موارد، مسئله جعل هویت نیست؛ بلکه افراد تصمیم می‌گیرند در یک موقعیت یا رابطه خاص، بر برخی جنبه‌های هویت خود تأکید بیشتری داشته باشند.

وجهه از عوامل متعددی تأثیر می‌پذیرد، از جمله:

- ویژگی‌های فردی (مانند شغل یا ویژگی‌های جسمانی)

- فرهنگ

- شهرت و اعتبار اجتماعی

- تجربه‌های پیشین با افراد خاص

- موقعیت و بافت ارتباطی

- اهدافی که فرد در تعامل دنبال می‌کند

بنابراین، وجهه محصول پیچیده‌ای از هویت فردی و زمینه اجتماعی است.

مدیریت وجهه: چگونه تصویر مطلوب خود را می‌سازیم؟

برای ایجاد و حفظ تصویر مطلوب از خود، افراد به فرایندی دست می‌زنند که «مدیریت وجهه» (Facework) نامیده می‌شود.

این مفهوم نخستین بار توسط جامعه‌شناس مشهور، اروینگ گافمن، مطرح شد. گافمن تعاملات اجتماعی را به اجرای نقش بر روی صحنه تئاتر تشبیه می‌کرد. از دیدگاه او، افراد از طریق آنچه می‌گویند، آنچه انجام می‌دهند و حتی آنچه عمداً از گفتن یا انجام دادنش خودداری می‌کنند، تصویری از خود می‌سازند که مایل‌اند دیگران آن را بپذیرند.

وجهه چیزی نیست که صرفاً از سوی دیگران به ما نسبت داده شود؛ بلکه بازتاب انتخاب آگاهانه ما برای ارائه خود به شیوه‌ای خاص است.

اما ما تنها تولیدکننده وجهه نیستیم. دیگران نیز همواره در حال مدیریت وجهه خود هستند و انتظار دارند برداشت مورد نظرشان از سوی ما پذیرفته و تأیید شود.

به بیان دیگر، تقریباً هر رفتار ارتباطی حامل پیامی درباره هویت و تصویری است که می‌خواهیم از خود ارائه دهیم.

نمونه‌ای از مدیریت وجهه در زندگی روزمره

نویسنده مقاله مثالی شخصی ارائه می‌کند. او هنگام نگارش مقاله متوجه شد که مدارک پزشکی دوستی را که قبلاً برای او از مطب پزشک دریافت کرده بود، فراموش کرده تحویل دهد. این اشتباه می‌توانست تصویری را که از خود به عنوان فردی مسئولیت‌پذیر و مراقبت‌کننده ساخته بود، تهدید کند. بنابراین لازم بود اقدامی انجام دهد تا از آسیب بیشتر به این تصویر جلوگیری کند. او تصمیم گرفت ضمن عذرخواهی، مدارک را برای دوستش ارسال کند. دوستش نیز در پاسخ نوشت:

«تو برای کمک به من حجم زیادی از کارهای اداری را انجام داده‌ای و فوق‌العاده بوده‌ای». این پاسخ نه تنها عذرخواهی او را پذیرفت، بلکه وجهه مطلوبش را نیز تأیید کرد. هنگامی که وجهه تهدید می‌شود

مدیریت وجهه همیشه بدون مشکل پیش نمی‌رود. گاهی اتفاقاتی رخ می‌دهند که تصویر مطلوب ما را در معرض تهدید قرار می‌دهند. در نظریه ارتباطات به این وضعیت «تهدید وجهه» (Face Threat) گفته می‌شود.

افراد معمولاً به دو شیوه با این تهدیدها مقابله می‌کنند.

۱. مدیریت پیشگیرانه وجهه (Preventive Facework)

این راهبرد شامل اقداماتی است که پیش از وقوع تهدید انجام می‌شوند.

در این حالت، فرد آگاهانه درباره این موضوع می‌اندیشد که چگونه می‌خواهد دیده شود و چه رفتارها و پیام‌هایی می‌توانند این تصویر مطلوب را تقویت کنند.

به بیان دیگر، فرد از پیش برای حفظ وجهه خود برنامه‌ریزی می‌کند.

۲. مدیریت ترمیمی وجهه (Corrective Facework)

این راهبرد پس از وقوع تهدید به کار گرفته می‌شود.

هدف آن جبران آسیب واردشده و بازسازی تصویری است که فرد مایل است دیگران از او داشته باشند.

برای مثال، در ماجرای مدارک پزشکی، نویسنده می‌توانست:

- هیچ توضیحی ندهد؛
- بهانه‌تراشی کند؛
- عذرخواهی کند؛
- یا برای جبران اشتباه خود اقدام عملی انجام دهد.

او عذرخواهی و جبران را انتخاب کرد؛ دو نمونه کلاسیک از مدیریت ترمیمی وجهه.

چرا مدیریت وجهه اهمیت دارد؟

در نهایت، اگر نسبت به روابط انسانی آگاه باشیم، درمی‌یابیم که همه ما دائماً در حال تلاش برای شکل دادن به نحوه ادراک دیگران از خود هستیم؛ همان‌گونه که دیگران نیز همین کار را انجام می‌دهند.

این آگاهی می‌تواند ما را نسبت به رفتارها و پیام‌هایی که ارسال می‌کنیم هشیارتر و هدفمندتر سازد؛ به‌ویژه در روابطی که برایمان اهمیت دارند.

در تعامل با:

- همسر یا شریک عاطفی
- فرزندان
- دوستان
- همکاران
- مراجعان
- اعضای گروه‌ها و سازمان‌ها
- و حتی غریبه‌ها

همواره در حال ساختن تصویری از خود هستیم.

شناخت فرایند مدیریت وجهه به ما یادآوری می‌کند که ارتباطات خود را آگاهانه‌تر هدایت کنیم و به جای آنکه برداشت دیگران را به شانس واگذار کنیم، مسئولانه در شکل‌گیری آن نقش داشته باشیم.

البته افراط در این موضوع نیز می‌تواند مشکل‌ساز باشد. اگر بیش از اندازه نگران وجهه خود باشیم، ممکن است دچار خودآگاهی افراطی شده و از عمل کردن بازمانیم.

با وجود این، هرچند نمی‌توانیم کنترل کاملی بر نحوه ادراک دیگران از خود داشته باشیم، می‌توانیم با صداقت و آگاهی، فرصت بیشتری برای دیده شدن توانمندی‌ها، ارزش‌ها و جنبه‌های مطلوب هویتمان فراهم کنیم.

منبع:

Braithwaite, D. O. (2026, June 3). *How we create face, and save it when we have to: Understanding how we want to be seen by others*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com>

کمرویی و اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان دختر



افسانه رحیمی

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

کمرویی یکی از پدیده‌های رایج اجتماعی است که بخش قابل توجهی از کودکان و نوجوانان را درگیر خود می‌کند و به آن‌ها اجازه نمی‌دهد تا استعدادها و خلاقیت‌هایشان را شکوفا کنند (کامر، ۱۳۸۳، به نقل از حسینیان، ۱۳۸۵). این پدیده به عنوان یک وضعیت پیچیده ذهنی، روانی و اجتماعی تعریف شده که با اضطراب در موقعیت‌های اجتماعی، بازداری اجتماعی یا رفتارهای بین‌فردی ناشی از نگرانی در مورد ارزیابی دیگران مشخص می‌شود. زیملاردو و همکاران (۱۹۸۶) کمرویی را به طور کلی به عنوان ناراحتی و بازداری در حضور دیگران تعریف می‌کنند.

کمرویی و گوشه‌گیری در کودکان و نوجوانان، در تمامی جوامع، یک معضل اجتماعی محسوب می‌شود و پژوهشگران بسیاری را در طی سال‌های گذشته به خود مشغول کرده است (کویدمیر و دمیر، ۲۰۰۸). این مشکل در میان دانش‌آموزان خردسال شایع‌تر از بزرگسالان است. یکی از مشکلات عمده‌ای که توانایی و پویایی کودکان و نوجوانان را تحت تأثیر قرار داده و مانع از شکل‌گیری سالم هویت و شکوفایی استعدادهای فکری و عاطفی آن‌ها می‌شود، مشکل برقراری ارتباط اجتماعی است؛ بسیاری از آن‌ها توانایی برقراری ارتباط صحیح با دیگران را ندارند (گلدفرید و همکاران، ۲۰۰۰).

این پدیده، یک مشکل فردی بی‌سر و صدا و فراگیر است که می‌توان آن را نوعی «بیماری اجتماعی» نامید. کمرویی منجر به اضطراب اجتماعی، هراس اجتماعی (فوبیا اجتماعی)، عدم اعتماد به نفس، نداشتن مهارت‌های اجتماعی و عدم سازگاری با جمع می‌شود. به نظر می‌رسد علائم آن با فویای اجتماعی هم‌پوشانی دارد و تقریباً ۱۸ تا ۴۹ درصد از افراد کمرو معیارهای تشخیصی فویای اجتماعی را دارا هستند (هیسر و همکاران، ۲۰۰۳).

چیک و باس (۲۰۰۶) در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که کمرویی با مردم‌آمیزی پایین یکسان نیست. در حالی که مردم‌آمیزی بالا یک مزیت در مقابل تنهایی است، آن‌ها کمرویی را معادل خودآگاهی از تنش

در حضور دیگران می‌دانند. اضطراب ذهنی و اجتناب از رفتارهای اجتماعی از مهم‌ترین علائم تشخیصی آن به شمار می‌روند. در بسیاری از موارد، کمرویی مانع اصلی شکوفایی قابلیت‌ها، خلاقیت‌ها و ایفای مسئولیت‌ها می‌شود. کیت (۲۰۰۷) معتقد است که افراد کمرو به جنبه‌های منفی شخصیت خود بیش از حد توجه می‌کنند؛ نقاط ضعف را بزرگ و نقاط قوت را بی‌ارزش می‌پندارند. افراد کمرو نه تنها تصویری منفی از خود دارند، بلکه به قضاوت‌های غیرطبیعی درباره خود می‌پردازند و احساس می‌کنند دیگران آن‌ها را قبول ندارند (لیزگیگ و همکاران، ۲۰۰۴).

نظریه‌های بسیاری در مورد علل به وجود آورنده گوشه‌گیری و کمرویی وجود دارد. پژوهشگران شناختی معتقدند که علت کمرویی، اشکالاتی در شناخت‌های افراد است (براش، بلکین، ۲۰۰۱). برای تبیین رشد و تداوم کمرویی از مدل‌های شناختی استفاده می‌شود که بر نقش شناخت‌ها و پاسخ‌های ناسازگارانه در ایجاد این تجربه تأکید دارند (کویدمیر و دمیر، ۲۰۰۸). مسائل دوری کردن از اجتماع و مردم‌گریزی باعث طرد شدن از اجتماع و تکرار یک چرخه معیوب می‌شود.

با توجه به افزایش روزافزون افرادی که در ارتباط با دیگران مشکل دارند، از برخورد اجتماعی می‌ترسند، هنگام ورود به جمع نمی‌دانند چه بگویند یا چگونه رفتار کنند و در تصمیم‌گیری برای مسائل روزمره ناتوان‌اند - که همه این‌ها به شیوع اضطراب، افسردگی و انزوای اجتماعی منجر می‌شود - تحقیق در این زمینه ضروری به نظر می‌رسد.

برای بهبود مشکلات اضطراب اجتماعی و کمرویی، درمان شناختی-رفتاری (CBT) مورد بررسی قرار می‌گیرد. آموزش مهارت‌های مختلف به کودکان، از جمله آموزش جرأت‌ورزی و مسئولیت‌پذیری، می‌تواند در کاهش کمرویی و اضطراب اجتماعی نقش مؤثری ایفا کند.

منابع:

- Brash M A, Belkin D K. attributional style in shyness and depression: Shared and Specific maladaptive Patterns. J cognit Therap Res ۲۰۰۱؛ ۲۵: ۲۴۷-۵۹.
- Cheek, J, M& Buss, A, H. (۲۰۰۶). Shyness and sociability, Journal of personality and social psychology, ۴۱۷۸: ۳۰۰ - ۳۳۹
- Goldfried M, Davison GC. Clinical behavior. Rineh Art ۲۰۰۰؛ ۲۰۱-۲۰: ۲۱۵.
- Heiser NA, Turner SM, Beidel DC. Shyness: Relationship to social phobia and other psychiatric disorders. Behav Res Therap ۲۰۰۳؛ ۴۱-۴۱: ۲۰۹..
- Keith F. Understand individual weaknesses and strengths. J Study Expect Soc Behav Health ۲۰۰۷؛ ۸-۲۱: ۶۳۴.
- Koydemir, S., & Demir, A (۲۰۰۸). Shyness and Cognitions: An Examination of Turkish University Students. The Journal of Psychology, ۱۴۲(۶). ۶۴۴-۶۳۳
- Lizgic F, Akyuz G, Dogan O, Kugu N. Social phobia among university students and its relation to self-esteem and body image. Can J Psychiatry ۲۰۰۴؛ ۴۹: ۴-۴۹: ۶۳۰
- Zimbardo PO. Shyness: What it is what to do about it? Massachusetts: Addison Wesley; ۱۹۷۷. P. ۴۶۷

گروه درمانی: رویکردی جامع و تحول‌آفرین



مرتضی اسدی

عضو انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

گروه درمانی یک روش مؤثر روانشناختی است که در آن فرآیند درمان از طریق تعامل میان چندین عضو و یک یا دو درمانگر شکل می‌گیرد. این رویکرد، برخلاف درمان فردی، یک شبکه از روابط متقابل ایجاد می‌کند که به خودی خود بخشی مهم از فرآیند درمانی است و فرصتی برای مشاهده، تجربه و بازاندیشی الگوهای ارتباطی، هیجانی و دفاعی در یک محیط پویا فراهم می‌سازد.

ریشه گروه درمانی به اوایل قرن بیستم بازمی‌گردد، زمانی که به دلیل محدودیت‌های درمان فردی و نیازهای رو به افزایش مراجعان، درمانگران به پتانسیل درمانی گروه‌ها پی بردند. در ابتدا، گروه‌ها بیشتر جنبه آموزشی و حمایتی داشتند، اما با گسترش نظریه‌های روانشناختی، به یک رویکرد حرفه‌ای و تخصصی با مبانی نظری و فنون مشخص تبدیل شد. امروزه، گروه درمانی در طیف وسیعی از مشکلات روانشناختی از جمله افسردگی، اضطراب، مشکلات بین فردی، اعتیاد، اختلالات شخصیت، سوگ و بحران‌های زندگی کاربرد گسترده‌ای دارد.

اهمیت بنیادی گروه درمانی از ماهیت اجتماعی انسان نشأت می‌گیرد؛ بسیاری از مشکلات روانشناختی در تعامل با دیگران شکل می‌گیرند و اصلاح آن‌ها نیز در بستر روابط اجتماعی کارآمدتر است. گروه به مثابه یک "ریزجهان اجتماعی" عمل می‌کند که در آن اعضا می‌توانند الگوهای رفتاری و هیجانی خود را بازنمایی کرده و از طریق بازخورد واقعی، تغییرات عمیقی را تجربه کنند. سازوکارهای درمانی منحصر به فردی مانند احساس جهان‌شمولی (درک مشترک بودن مشکلات)، کاهش انزوا، یادگیری بین فردی، همدلی و حمایت متقابل، به بهبود اعضا کمک شایانی می‌کنند.

گروه‌ها می‌توانند ساختارهای متفاوتی (باز یا بسته، کوتاه‌مدت یا بلندمدت، همگن یا ناهمگن) داشته باشند و بر اساس رویکردهای نظری مختلفی (مانند شناختی-رفتاری، انسان‌گرایانه، یا روان‌پویشی) هدایت شوند که هر یک بر جنبه‌های خاصی از درمان تأکید دارند. علاوه بر اثربخشی بالینی که در بسیاری از پژوهش‌ها تأیید شده (به ویژه در مشکلات بین فردی که نتایج آن گاهی حتی بهتر از درمان فردی است)، گروه درمانی از نظر اقتصادی نیز مقرون به صرفه است، زیرا امکان ارائه خدمات به چندین نفر را به طور همزمان فراهم می‌کند.

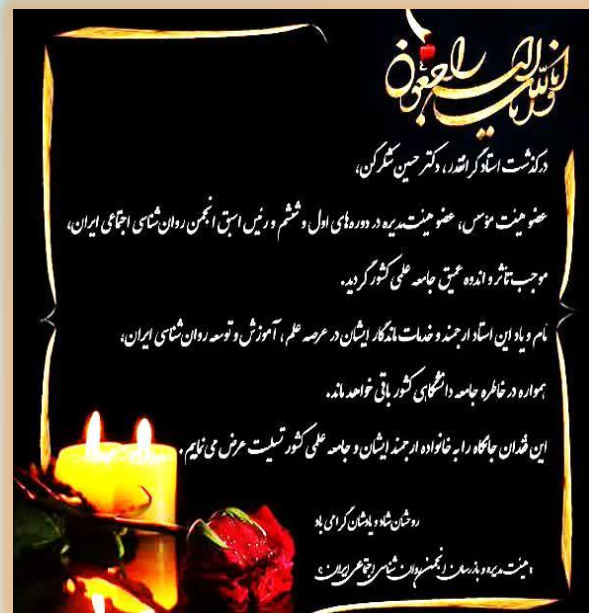
با این حال، هدایت گروه درمانی نیازمند مهارت‌های بالینی پیچیده‌ای از سوی درمانگر است که شامل حساسیت به فرآیندهای آشکار و پنهان، توانایی مدیریت تعارض، حفظ چارچوب درمانی و توجه همزمان به فرد و گروه می‌شود. چالش‌هایی مانند مقاومت گروهی، مشارکت متفاوت اعضا، و کشمکش‌های بین فردی، بخشی از پویایی‌های گروه هستند که مدیریت آن‌ها تخصص ویژه‌ای می‌طلبد.

در نهایت، گروه درمانی رویکردی چندبعدی، رابطه‌محور و تحول‌آفرین است که در آن تغییر نه صرفاً از طریق گفت‌وگو، بلکه از طریق "تجربه کردن" در یک محیط اجتماعی درمانی اتفاق می‌افتد. این روش به افراد کمک می‌کند تا خود و دیگران را آگاهانه‌تر بشناسند، معانی جدیدی به تجربیاتشان ببخشند و الگوهای ناکارآمد را بازسازی کنند. این ویژگی‌ها گروه درمانی را به یکی از مؤثرترین و پویاترین اشکال مداخله روانشناختی تبدیل کرده و بستری مناسب برای تحلیل‌های عمیق‌تر فراهم می‌آورد.

منابع:

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in groups and other papers*. Tavistock.
- Bion, W. R. (2004). *Experiences in groups and other papers*. Routledge. (Original work published 1961)
- Burlingame, G. M., Strauss, B., & Joyce, A. S. (2013). Change mechanisms and effectiveness of small group treatments. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6th ed., pp. 640–689). Wiley.
- Corey, G. (2016). *Theory and practice of group counseling* (9th ed.). Cengage Learning.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Foulkes, S. H. (1964). *Therapeutic group analysis*. George Allen & Unwin.
- Foulkes, S. H. (1993). *Group analytic psychotherapy: Method and principles*. Karnac Books.
- Freud, S. (1955). Group psychology and the analysis of the ego. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 18, pp. 65–144). Hogarth Press. (Original work published 1921)
- Freud, S. (2008). The dynamics of transference. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. Vintage. (Original work published 1912)
- Hinshelwood, R. D. (1991). *A dictionary of Kleinian thought*. Free Association Books.
- Hinshelwood, R. D. (2010). *Bion's sources: The shaping of his paradigms*. Routledge.
- Hooper, E. (2012). *The theory and practice of group psychotherapy*. Routledge.
- Klein, M. (2002). Notes on some schizoid mechanisms. In *Envy and gratitude and other works 1946–1963*. Vintage. (Original work published 1946)
- Lewin, K. (1947). Frontiers in group dynamics. *Human Relations*, 1(2), 143–153.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). Van Nostrand.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy, and sociodrama*. Beacon House.
- Norton, K. (2011). *Group psychotherapy in clinical practice*. American Psychiatric Publishing.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Yalom, I. D. (2015). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). Basic Books.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). Basic Books.

عرض تسلیت درگذشت استاد گرانقدر دکتر حسین شکرکن



درگذشت استاد گرانقدر دکتر حسین شکرکن، عضو هیئت مؤسس، عضو هیئت مدیره در دوره‌های اول و ششم و رئیس اسبق انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران، موجب تأثر و اندوه عمیق جامعه علمی کشور گردید. نام و یاد این استاد ارجمند و خدمات ماندگار ایشان در عرصه علم، آموزش و توسعه روان‌شناسی ایران، همواره در خاطره جامعه دانشگاهی کشور باقی خواهد ماند. این فقدان جانکاه را به خانواده ارجمند ایشان و جامعه علمی کشور تسلیت عرض می‌نمایم.

«هیئت مدیره و بازرسان انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران»



تصاویری از مراسم بزرگداشت مقام علمی زنده یاد دکتر حسین شکرکن که در سال ۱۳۹۲ با حضور خانواده محترم ایشان و به همت انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران برگزار شد.

معرفی کتاب

مددکاری اجتماعی

اصول و الگوها



به انضمام:

- پرسشنامه خودارزیابی کاربرد اصول مددکاری اجتماعی
- سکوت، نشانه چیست؟
- کتاب‌شناسی گزینشی مددکاری اجتماعی

دکتر احمد به پژوه

استاد روان‌شناسی دانشگاه تهران

عنوان: مددکاری اجتماعی: اصول و الگوها

نویسنده: دکتر احمد به پژوه

ناشر: انتشارات آوای نور

سال نشر: ۱۴۰۴

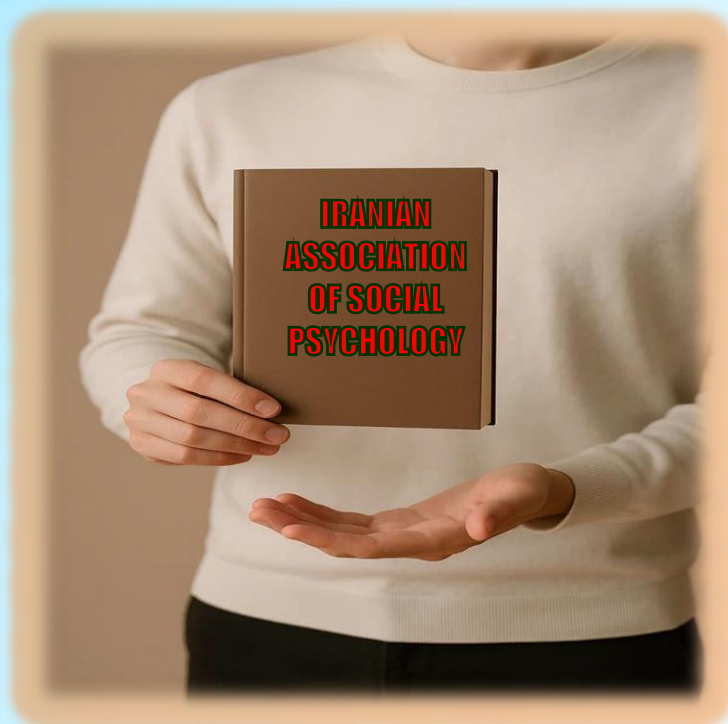
خبرنامه انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

درباره کتاب

مددکاری اجتماعی تخصصی به منزله علم و فن و هنر یاری رساندن به انسان‌ها، در سال‌های گذشته، مانند دیگر رشته‌های علوم اجتماعی و انسانی، در اکثر کشورهای جهان، به ویژه در ایران گسترش بی‌نظیری یافته است. امروزه مددکاران اجتماعی متخصص در اکثر سازمان‌ها و موسسه‌ها حضوری مؤثر و فعال دارند و نقش‌های متعددی را در جهت تحقق رفاه اجتماعی و بهزیستی شهروندان ایفا می‌کنند. نویسنده کتاب مددکاری اجتماعی: اصول و الگوها، تلاش کرده است رهنمودهای بسیار مفیدی را در اختیار مددکاران اجتماعی، مشاوران و دانشجویان قرار دهد تا به آنان کمک شود شناخت درستی از مددکاری اجتماعی کسب کنند. این کتاب حاصل تجربیات بالینی بسیار ارزشمند نویسنده است که با بیانی ساده و کاربردی ارائه شده است. کتاب مددکاری اجتماعی: اصول و الگوها به عنوان یک کتاب درسی و یک کتاب مرجع می‌تواند برای مددکاران اجتماعی شاغل و دانشجویان رشته‌های مددکاری اجتماعی، علوم تربیتی، علوم اجتماعی، مشاوره و روان‌شناسی مورد استفاده قرار گیرد. این کتاب شامل پیش‌گفتار و شش فصل و سه پیوست (پرسشنامه خودارزیابی کاربرد اصول مددکاری اجتماعی؛ سکوت، نشانه چیست؟ و کتاب‌شناسی گزینشی مددکاری اجتماعی) است که امیدواریم مورد توجه خوانندگان گرامی واقع شود.



اثر خود را معرفی کنید



شماره تماس جهت هماهنگی ۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴

همکاران فرهیخته در صورتی که مایل هستید کتاب شما در خبرنامه رسمی و پایگاه اینترنتی انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران معرفی شود لطفاً یک نسخه از اثر خود را به آدرس تهران، خیابان نجات‌اللهی، نبش سپند، ساختمان آموزشی پیام نور تهران جنوب، طبقه سوم، اتاق ۳۰۰ (دفتر انجمن روان‌شناسی اجتماعی) ایران ارسال نمایید.

انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

شماره جدید نشریه‌های انجمن



www.socialpsychology.ir

فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی

شماره ۶۰ فصلنامه علمی - پژوهشی پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی منتشر شده و شماره ۶۱ به‌زودی منتشر خواهد شد. از همه پژوهشگران گرامی دعوت می‌شود تا مقالات پژوهشی خود را (فقط در زمینه‌های مرتبط با روان‌شناسی اجتماعی) به سایت این نشریه به نشانی اینترنتی www.socialpsychology.ir ارسال نمایند.

جهت دریافت رایگان مقالات این فصلنامه به نشانی پایگاه اینترنتی فوق مراجعه فرمایید

خبرنامه انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

عنوان مقالات زمستان ۱۴۰۴ فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی



۱. طراحی بسته آموزشی مبتنی بر نوروپهای آینه ای و تعیین اثربخشی آن بر پر خاشگری فرزندان طلاق
۲. اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت بر خستگی ناشی از دلسوزی و تنظیم هیجان در مربیان مراکز نگهداری از کودکان
بدرپرست و بی‌سرپرست
۳. مقایسه اثربخشی مداخله‌های شناختی-رفتاری و روانی-آموزشی بر تکانشگری و خود-ارزشمندی در دانشجویان
دختر دارای اعتیاد به عشق
۴. رابطه بین ادراک خطر و اعتیاد با میانجی‌گری سلامتی اجتماعی در موتور سواران شهر تهران
۵. تحلیل تأثیر ابعاد مشارکت اجتماعی بر سلامت عمومی و ابعاد آن، علائم جسمانی، اضطراب-بی‌خوابی، اختلال در
کارکرد اجتماعی و افسردگی در دانش‌آموزان پسر
۶. آزمون مدل افکار خودکشی دانشجویان براساس آزاردیدگی هیجانی اولیه و ویژگی‌های تاریک شخصیت: نقش
میانجی‌گری نشخوارگری خشم
۷. فرایند روانشناختی بروز بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال؛ یک نظریه داده‌بنیاد
۸. اثربخشی گروه-درمانی کوتاه-مدت راه-حل-محور بر احساس خودکارآمدی و سبک-های حل مسئله نوجوانان
قربانی قلدری
۹. پیش‌بینی بحران یک چهارم زندگی بر اساس سهل‌انگاری اجتماعی، هویت اجتماعی و نظم‌جویی شناختی هیجانی
با میانجی‌گری حمایت اجتماعی-خانواده

۱۰. مقایسه اثربخشی روش آموزش تاییدخود و آموزش مثبت‌نگر بر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان پسر دارای افت تحصیلی در دوره دوم متوسطه

۱۱. مدل‌یابی علی اعتیاد به اینترنت براساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی: نقش میانجی حمایت اجتماعی

۱۲. بررسی مدل میانجی‌گری همدلی در رابطه بین اقتدارطلبی و ابعاد جهت‌گیری سلطه اجتماعی با گونه‌پرستی

۱۳. مدل-یابی سبک فرزندپروری هلیکوپتری و باورهای غیرمنطقی در اضطراب سخنرانی با میانجی-گری کمال‌گرایی دانش-آموزان

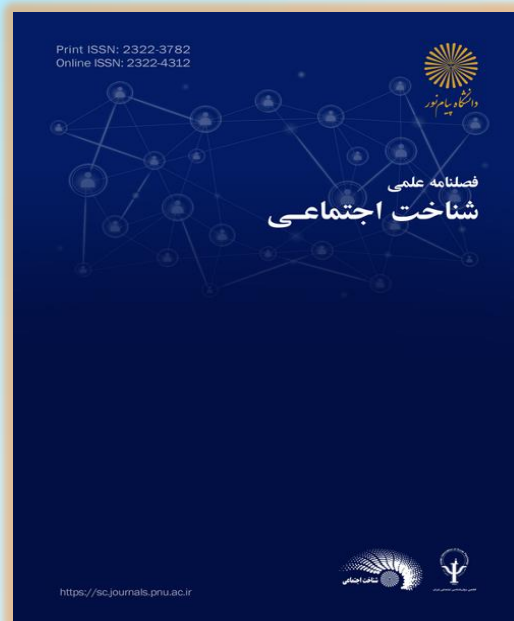
۱۴. اثربخشی آموزش چشم-انداز زمان بر امید و کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به دیابت نوع دو

۱۵. رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی در جوانان: با میانجیگری ترس از در حاشیه ماندن

۱۶. مقایسه اثربخشی آموزش تنظیم هیجان و آموزش مهارت ارتباط بین فردی بر شایستگی روانی-اجتماعی پرستاران شاغل در تبریز



دوفصلنامه شناخت اجتماعی



بیست‌ونهمین شماره دوفصلنامه شناخت اجتماعی (اردیبهشت ۱۴۰۵) نیز با همکاری دانشگاه پیام‌نور و انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران به چاپ رسیده و علاقمندان می‌توانند از مقالات علمی- پژوهشی آن استفاده کنند. نشانی اینترنتی این نشریه جهت ارسال مقاله <http://sc.journals.pnu.ac.ir> است.

شرایط و مدارک لازم جهت عضویت در انجمن

- یک قطعه عکس ۳ در ۴
- تصویر کارت ملی و شناسنامه
- تصویر آخرین مدرک تحصیلی و یا کارت دانشجویی
- تصویر فیش واریزی
- ۵۸۵۹-۸۳۱۱-۳۲۷۲-۱۷۴۶ (بانک تجارت)

شرایط و انواع عضویت

عضویت در این انجمن برای تمامی فارغ‌التحصیلان و دانشجویان رشته‌های روان‌شناسی، روان‌شناسی اجتماعی و رشته‌های مرتبط امکان‌پذیر است.

عضویت دانشجویی: دانشجویان تمامی رشته‌های مرتبط با روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی می‌توانند با پرداخت مبلغ پنجاه هزار تومان به مدت یک سال از عضویت دانشجویی برخوردار شوند.

عضویت وابسته: دارندگان مدرک کارشناسی در رشته روان‌شناسی و رشته‌های مرتبط با این حوزه، با پرداخت مبلغ هفتاد هزار تومان، می‌توانند به عنوان عضو وابسته انجمن فعالیت کنند. عضویت به مدت یک سال اعتبار دارد.

عضویت پیوسته: دارندگان مدرک ارشد یا دکتری در حوزه روان‌شناسی اجتماعی و سایر رشته‌های مرتبط می‌توانند با پرداخت صد هزار تومان به عنوان حق عضویت سالانه، عضو پیوسته انجمن شوند.

با عضویت در انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران، می‌توانید از امکانات متنوعی همچون شرکت در کارگاه‌ها و همایش‌های تخصصی، وینارها و سخنرانی‌ها (با تخفیف ویژه)، دسترسی به منابع علمی و ایجاد ارتباط با همکاران خود بهره‌مند شوید.

نحوه عضویت

جهت عضویت کافی است به وب‌سایت انجمن به آدرس اینترنتی www.iranian-asp.com

مراجعه فرمایید و تصاویر مدارک را بارگزاری و ثبت‌نام کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید با شماره‌های زیر تماس بگیرید:

۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴ (خانم جعفری)

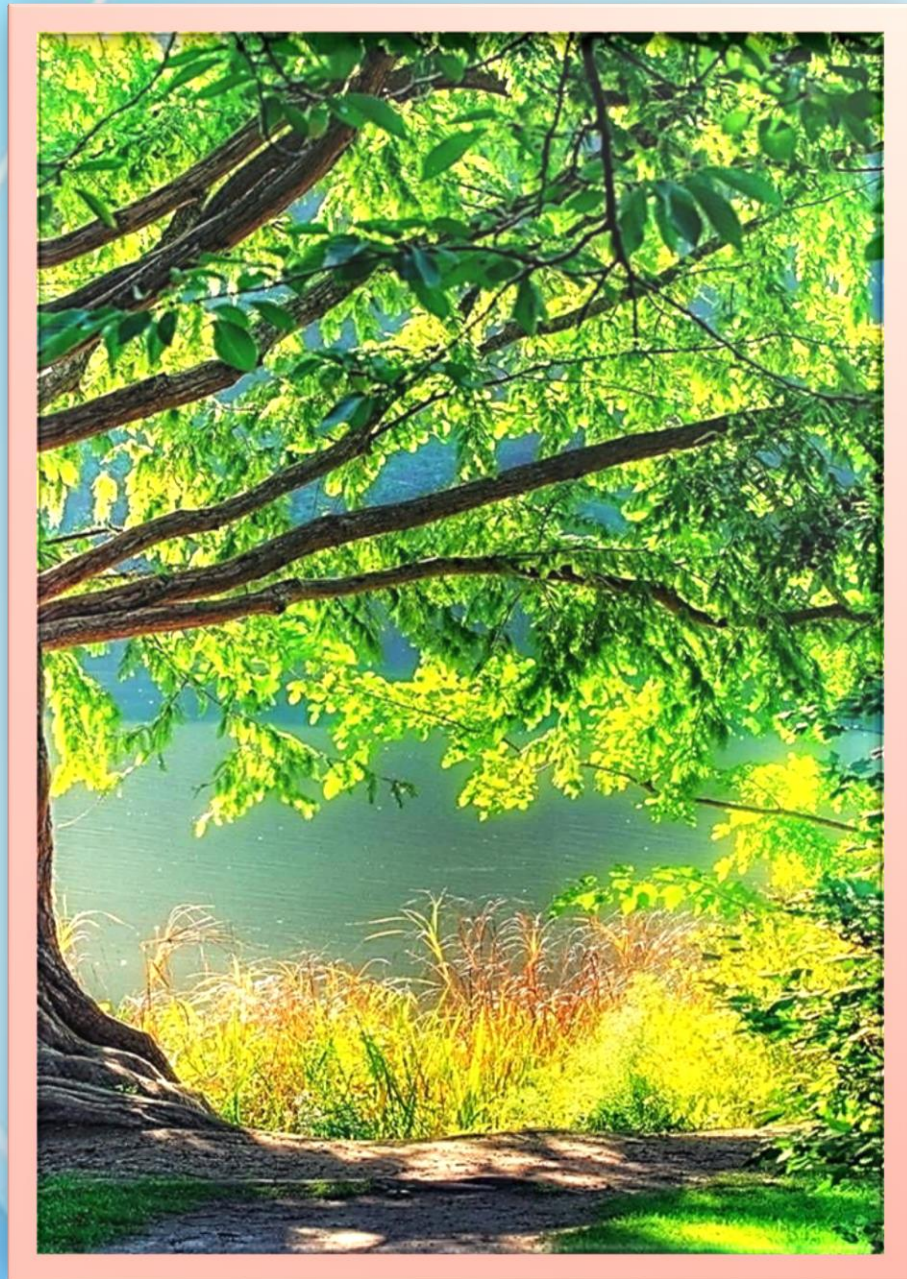
۰۹۹۱۳۹۰۵۰۲۶ (خانم کریمی)

همکاری در تدوین خبرنامه



خبرنامه انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران همانند گذشته در نظر دارد مطالب و اخبار روزآمد در زمینه روان‌شناسی و به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعی ارسال شده توسط شما را با نام خودتان در شمارگان آتی درج نماید، لذا از تمامی اساتید، همکاران، دانشجویان، و سایر علاقمندان دعوت می‌شود مطالب خود را در زمینه‌های زیر به ایمیل انجمن ارسال نمایند.

- ۱- اخبار پژوهش‌های روزآمد روان‌شناسی (به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعی)
 - ۲- اخبار همایش‌ها و کنگره‌های روان‌شناسی (ملی و بین‌المللی)
 - ۳- اخبار چاپ کتاب‌های روان‌شناسی اجتماعی (و حوزه‌های مرتبط)
 - ۴- چکیده پایان‌نامه‌های تحصیلات تکمیلی در حوزه روان‌شناسی اجتماعی
 - ۵- اخبار رویدادهای حرفه‌ای روان‌شناسی (به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعی)
 - ۶- اخبار چاپ نشریه‌های علمی- پژوهشی روان‌شناسی
 - ۷- اخبار نتایج پژوهش‌های نوین ملی و بین‌المللی روان‌شناسی (با تأکید بر حوزه روان‌شناسی اجتماعی)
 - ۸- معرفی نشریه‌های جدید روان‌شناسی (روان‌شناسی اجتماعی و شخصیت)
 - ۹- معرفی سایت‌های علمی در حوزه روان‌شناسی اجتماعی
- و سایر مطالب روزآمد حوزه حرفه‌ای روان‌شناسی (به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعی) که خواستار به اشتراک گذاشتن آن‌ها با دیگر همکاران هستید.



اگر این خبرنامه به نظر تان مفید بود لطفاً در نشر آن سهیم باشید.