انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران

خبرنامهٔ انجمن روان شناسی اجتماعی ایران

«تابستان ۱۴۰۵؛ شمارهٔ ۴۴»

نشانی دفتر انجمن: تهران، خیابان استاد نجات‌اللهی نبش خیابان سپند، ساختمان آموزشی دانشگاه پیام‌نور واحد تهران جنوب، طبقهٔ ۳ اتاق ۳۰۸

تلفن تماس: ۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴ - ۰۹۹۱۳۹۰۵۰۲۶

رایانامه: dabirsocial@yahoo.com

وب‌سایت: www.iranian-asp.com

کانال بله: https://ble.ir/Iranian_asp

آنچه در شمارهٔ تابستان ۱۴۰۵ می‌خوانید:

- اولین کنگره ملی روان شناسی و هوش مصنوعی ۴
- پیش‌نشست کنگره ملی روان‌شناسی و هوش مصنوعی ۵
- گزارش داوری آثار ارسال شده برای جایزه دکتر کریمی ۷
- فراخوان رصد و تحلیل پدیده‌های اجتماعی ۸
- مسابقهٔ علمی ۱۰
- قراردادهای کوتاه مدت کاری در سازمان‌ها ۱۱
- وقتی همیشه عجله داریم؛ زمان، ذهن و روابط اجتماعی ۱۴
- راز پنهان اختلاف اخلاقی میان چپ و راست ۱۷
- تبریک ۲۱
- معرفی کتاب ۲۲
- شمارهٔ جدید نشریه های انجمن ۲۵
- شرایط و مدارک لازم جهت عضویت در انجمن ۲۸

مدیرمسئول: دکتر مجیدصفاری‌نیا Majid Saffarinia (Ph. D.)
سردبیر: دکتر مجتبی دلیر Mojtaba Dalir(Ph. D. Post Doctorate)

همکاران این شماره:

زهره اسکندریون Zohreh Skandarioun (M.A.)
مرضیه ساریخانی Marziyeh Sarikhani (M.A.)
ستاره جعفری Setareh Jafari (M.A.)
سید پارسا هویدا مرعشی Sayad Parsa Hoveyda Marashi

اولین کنگره ملی روان شناسی و هوش مصنوعی



اولین کنگره ملی روان شناسی و هوش مصنوعی به ریاست دکتر احمد علی پور و دبیری علمی دکتر مجید صفاری نیا و دبیری اجرایی دکتر فاطمه بیان فر در مورخ ۲۵ آبان ۱۴۰۵ توسط دانشگاه پیام نور و با همکاری انجمن روان شناسی اجتماعی برگزار خواهد شد. خواشمند است مقالات ارزشمند خود را برای این کنگره ارسال بفرمایید. این کنگره مجوز ISC اخذ کرده است و مقالات پذیرفته شده در سیلویکا نمایه می گردد.

پیش‌نشست کنگره ملی روان‌شناسی و هوش مصنوعی



زهره اسکندریون

عضو انجمن روان شناسی اجتماعی ایران

این نشست با هدف فراهم‌کردن زمینه‌های علمی و تخصصی برای بررسی ظرفیت‌ها، فرصت‌ها و چالش‌های هوش مصنوعی در حوزه روان‌شناسی و ترسیم مسیرهای نوین پژوهش و کاربرد در این عرصه برگزار گردید.

اساتید حاضر در نخستین پیش‌نشست:

- دکتر احمد علیپور — رئیس کنگره، استاد تمام روان‌شناسی دانشگاه پیام نور
- دکتر مجید صفاری‌نیا — دبیر علمی کنگره، استاد تمام روان‌شناسی دانشگاه پیام نور
- دکتر حسین زارع — استاد تمام روانشناسی دانشگاه پیام نور
- دکتر فاطمه بیان‌فر — دبیر اجرایی کنگره، دانشیار روان‌شناسی دانشگاه پیام نور
- دکتر ابوالقاسم عیسی‌مراد — استاد تمام روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبایی
- دکتر محمدرضا کنگاوری — دانشیار مهندسی کامپیوتر دانشگاه علم و صنعت
- دکتر علی‌اکبر ارجمندنیا — استاد تمام روان‌شناسی دانشگاه تهران
- دکتر محسن شاه‌حسینی — دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهر قدس
- دکتر محمد تاری — استادیار مهندسی کامپیوتر دانشگاه پیام نور
- دکتر محمدمهدی پسندیده — دانشیار روان‌شناسی دانشگاه پیام نور
- دکتر امیرهوشنگ تاجفر — استادیار مهندسی کامپیوتر دانشگاه پیام نور
- دکتر حمیدرضا حسن‌آبادی — دانشیار روان‌شناسی دانشگاه خوارزمی
- دکتر جواد خلعتبری — دانشیار روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن

- دکتر مهرداد ثابت — دانشیار روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن
- دکتر اعظم فرح‌بیجاری — دانشیار روان‌شناسی دانشگاه الزهرا





حضور هم‌زمان متخصصان روان‌شناسی و مهندسی کامپیوتر در این نشست، گامی ارزشمند در جهت شکل‌گیری تعاملات بین‌رشته‌ای و بهره‌گیری هدفمند از ظرفیت‌های هوش مصنوعی برای آینده علم و عمل روان‌شناسی است.

از حضور ارزشمند و مشارکت علمی تمامی اساتید و صاحب‌نظران گرامی که در برگزاری این پیش‌نشست همراه بودند، صمیمانه قدردانی می‌شود.

منشی جلسه: خانم زهره اسکندریون، کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی دانشگاه پیام نور

گزارش داوری آثار ارسال شده برای جایزه دکتر کریمی



در جلسه نهایی ارزیابی و داوری کتاب های ارسال شده برای جایزه دکتر کریمی به اتفاق آرا کتاب روان شناسی اجتماعی آرونسون ویراست دهم ۲۰۲۱ ترجمه دکتر صفاری نیا و خانم دکتر حسن زاده ناشر ارسباران با میانگین ۱۸,۶۰ رتبه اول را کسب کرد.

کتاب روان شناسی اجتماعی بارون ویراست یازدهم ۲۰۰۶ ترجمه دکتر یوسف کریمی نشر روان با میانگین ۱۸,۵۵ رتبه دوم را کسب کرد.

کتاب روان شناسی اجتماعی کاربردی جمی گرون ترجمه یحیی سید محمدی نشر روان با میانگین ۱۸,۲۱ رتبه سوم را کسب کرد.

بزودی طی مراسمی از ناشران ارسباران و روان و از مترجمان دکتر صفاری نیا .دکتر پرستو حسن زاده .دکتر یوسف کریمی و آقای یحیی سید محمدی تقدیر و تشکر خواهد شد.

فراخوان رصد و تحلیل پدیده‌های اجتماعی



انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران از اعضا، دانشجویان، پژوهشگران و علاقه‌مندان دعوت می‌کند مشاهدات خود از پدیده‌ها و موقعیت‌های اجتماعیِ قابل‌تأمل را برای انجمن ارسال کنند.

منظور از «رصد» در این فراخوان، مشاهده و ثبت موقعیت‌ها، رفتارها و پدیده‌های اجتماعی در زندگی روزمره است؛ موقعیت‌هایی که بتوان آن‌ها را از منظر روان‌شناسی اجتماعی بررسی و تحلیل کرد. هدف این فراخوان صرفاً بازنشر اتفاقات روزمره نیست، بلکه جلب توجه دقیق‌تر به مسائل اجتماعی و فراهم کردن زمینه‌ای برای گفت‌وگوی علمی درباره آن‌هاست.

موضوعات ارسالی می‌توانند شامل هنجارها و ناهنجاری‌های اجتماعی، روابط بین‌فردی، طرد و برچسب‌زنی، قضاوت و تبعیض، مسئولیت‌پذیری یا بی‌تفاوتی اجتماعی، رفتارهای یاری‌گرانه و واکنش‌های جمعی باشند.

برای ارسال، کافی است شرح کوتاهی از موقعیت یا ماجرا، زمان و مکان مشاهده، و در صورت امکان عکس یا فیلم مرتبط را برای انجمن بفرستید. در صورت تمایل، می‌توانید برداشت یا تحلیل اولیه خود را نیز اضافه کنید.

مشاهدات دریافتی پس از بررسی اولیه و با رعایت اصول اخلاقی و حفظ حریم خصوصی، می‌توانند در قالب محتوای تحلیلی و آموزشی، پرونده‌های کوتاه اجتماعی، گفت‌وگوهای علمی انجمن و در صورت لزوم تحلیل استادان و متخصصان حوزه روان‌شناسی اجتماعی مورد استفاده قرار گیرند.

لطفاً در ارسال محتوا، حریم خصوصی افراد، شأن انسانی و ملاحظات اخلاقی را رعایت فرمایید و از ارسال تصاویری که هویت افراد را بدون رضایت آن‌ها آشکار می‌کند، خودداری کنید.

با مشارکت شما، امکان آن فراهم می‌شود که تجربه‌های روزمره اجتماعی با نگاهی دقیق‌تر و تحلیلی‌تر مورد بررسی قرار گیرند و به بستری برای تولید دانش، گفت‌وگوی علمی و ارتقای فهم عمومی از مسائل اجتماعی تبدیل شوند.

گزارش ها و مشاهدات خود را از طریق بله و یا تلگرام به شماره زیر ارسال کنید و یا به آدرس زیر ایمیل نمایید: ۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴

مسابقهٔ علمی



اگر قرار بود روان‌شناسی اجتماعی را در فقط ۳ دقیقه برای دیگران توضیح بدهی، چه چیزی را انتخاب می‌کردی؟

یک مفهوم، یک مسئله، یک نظریه یا حتی یک پدیده اجتماعی که همیشه ذهنت را درگیر کرده، انتخاب کن و آن را در قالب یک ویدیوی کوتاه حداکثر سه‌دقیقه‌ای با ما به اشتراک بگذار!

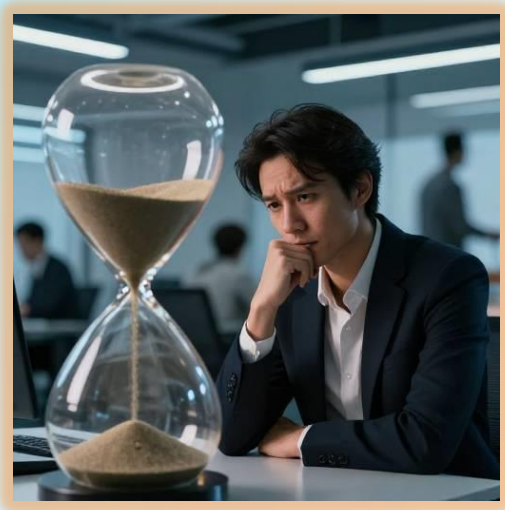
موضوع ویدیو می‌تواند هر یک از مسائل، مفاهیم، نظریه‌ها یا پدیده‌های روان‌شناسی اجتماعی باشد؛ مهم این است که بتوانی آن را کوتاه، روشن و خلاقانه توضیح بدهی. شاید یک مفهوم ساده را طوری بیان کنی که تا مدت‌ها در ذهن مخاطب بماند!

مهلت ارسال آثار: تا پایان آبان ۱۴۰۵

نحوه ارسال: ارسال ویدیو در پیام‌رسان بله به شماره: 09102656144

منتظر نگاه علمی، ایده‌های خلاقانه و روایت متفاوت شما از روان‌شناسی اجتماعی هستیم.

قراردادهای کوتاه مدت کاری در سازمان‌ها و پیامدهای اجتماعی و فردی آن: تحلیلی با رویکرد روان‌شناسی اجتماعی و زمینه‌گرایی پدیدارشناختی



مرضیه ساریخانی

عضو انجمن روان شناسی اجتماعی ایران

گسترش قراردادهای کوتاه‌مدت در ساختار سازمان‌ها ، فراتر از یک تغییر حقوقی، به بازآرایی تجربه زیسته کارکنان منجر شده است. این مقاله با رویکردی تلفیقی، به بررسی پیامدهای ناامنی روانی، تضعیف سرمایه اجتماعی و بروز بحران‌های وجودی (مانند بحران معنا و هویت) ناشی از این نوع قراردادها می‌پردازد. با اتکا به زمینه‌گرایی پدیدارشناختی، نشان داده می‌شود که تجربه ناامنی در بستر روابط روزمره و افق‌های معنایی فرد، به زوال هویت حرفه‌ای و فاصله‌گذاری عاطفی از محیط کار می‌انجامد.

۱. مقدمه و چارچوب نظری

تحول در روابط کار و رواج قراردادهای موقت، از شاخص‌های اصلی بازآرایی تجربه کار در دوران معاصر است. اگرچه این قراردادها پاسخ سازمانی به متغیرهای بازار هستند، اما پیامدهایی عمیق بر امنیت روانی و هویت شغلی افراد بر جای می‌گذارند. برای درک دقیق این پدیده، نباید تنها به تحلیل‌های ساختاری بسنده کرد؛ بلکه بر اساس رویکرد زمینه‌گرایی پدیدارشناختی، باید این تجربه را در بستر زندگی واقعی، روابط روزمره و افق انتظارات فرد مطالعه کرد (کاظمی، ۱۳۹۹). در واقع، قرارداد کوتاه‌مدت نه یک وضعیت اداری، بلکه تجربه‌ای زیسته است که با ترس، ابهام و بازتعریف روابط قدرت در هم تنیده است.

۲. قرارداد کوتاه‌مدت و تجربه ناامنی روانی

قراردادهای کوتاه‌مدت به‌طور مستقیم با پدیده «ناامنی روانی» گره خورده‌اند. ناامنی شغلی در اینجا تنها به معنای احتمال بیکاری نیست، بلکه به معنای تجربه مبهم بودن آینده، شکنندگی حمایت‌های سازمانی و وابسته

شدن ارزشمندی فرد به ارزیابی‌های کوتاه‌مدت است (رضایی و کاظمی، ۱۴۰۰; De Witte, 1999). این وضعیت، نظام پیش‌بینی فرد را مختل کرده و او را در حالت آماده‌باش روانی و اضطراب دائمی قرار می‌دهد. از منظر روان‌شناسی اجتماعی، این ناپایداری منجر به کاهش «اعتماد سیستماتیک» می‌شود (شریفی، ۱۳۹۷). هنگامی که سازمان کارکنان را به‌عنوان منابعی قابل جایگزینی می‌بیند، پیوند عاطفی تضعیف شده و کارکنان به‌جای تمرکز بر خلاقیت، انرژی خود را صرف مدیریت نگرانی و خودسانسوری برای حفظ موقعیت می‌کنند.

۳. پیامدهای اجتماعی: از تضعیف همبستگی تا عادی‌سازی نابرابری

پیامدهای اجتماعی این روند را می‌توان در سه سطح دسته‌بندی کرد:

– تضعیف سرمایه اجتماعی: ناپایداری شغلی باعث ایجاد شکاف میان کارکنان رسمی و قراردادی شده و تمایل به مشارکت جمعی را کاهش می‌دهد. این امر موجب تضعیف همبستگی درون‌سازمانی و دشوار شدن شکل‌گیری اعتماد متقابل می‌شود (محمدی و حسینی، ۱۴۰۱).

– تشدید رقابت فردی: در شرایطی که امنیت شغلی در معرض تهدید است، فرهنگ همکاری جای خود را به رقابت‌های فردی و محافظه‌کاری می‌دهد که در نهایت منجر به فرسایش سرمایه اجتماعی سازمان می‌گردد.

–بازتولید منطق ناامنی: رواج این الگو، ثبات را از یک حق عمومی به یک «امتیاز محدود» تبدیل کرده و به بازتولید نابرابری در جامعه کار می‌انجامد (Sennett, 1998). همچنین، عدم ثبات، توان کنش جمعی و مطالبه‌گری کارکنان را سلب کرده و به عادی‌سازی شرایط ناعادلانه کمک می‌کند.

۴. پیامدهای فردی: بحران معنا و گسست هویت

در سطح فردی، پیامدها از اضطراب و تنش مزمن فراتر رفته و به ابعاد وجودی می‌رسد. تداوم ناامنی شغلی می‌تواند منجر به فرسودگی، خستگی روانی و در نهایت «بحران معنا» شود (Sennett, 1998; De Witte, 1999). هنگامی که افق آینده قطع می‌شود، پیوند میان تلاش فرد و نتیجه آن گسسته شده و فرد با پرسش‌هایی بنیادین درباره جایگاه و ارزش خود در سازمان روبرو می‌گردد.

این وضعیت، «بحران هویت حرفه‌ای» را رقم می‌زند؛ جایی که فرد به‌جای تعریف خود از طریق مهارت و دستاورد، خود را در وضعیتی معلق و بی‌ثبات می‌بیند. در نهایت، بسیاری از افراد برای بقای روانی به راهبردهایی نظیر «فاصله‌گذاری عاطفی» یا «کاهش توقعات» روی می‌آورند که اگرچه فشار آنی را کم می‌کند، اما منجر به خاموشی هیجانی و کاهش ظرفیت خلاقانه در بلندمدت می‌شود.

راه عبور از این بحران:

– گذار به بازتعریف خود: برای خروج از این دلسردی، نباید تمام هویت و ارزش خودتان را به سازمان گره بزنید. خودتان را مستقل از سازمان تعریف کنید.

– پذیرش محدودیت‌های ساختار: سازمان‌ها، ماشین‌های تولید سود هستند، نه جایگاه‌های قدردانی از فضیلت‌های اخلاقی. درک اینکه مدیران اغلب «کارگزاران ترس» هستند تا «رهبران اخلاقی»، به شما کمک

می‌کند تا رفتار آن‌ها را نه به عنوان یک قضاوت درباره ارزش وجودی‌تان، بلکه به عنوان نقص در سیستم ادراک کنید.

– بازگرداندن مرکز ثقل به خود: شما در تمام این سال‌ها با استانداردهای اخلاقی خود کار کردید. این «اخلاقِ فردی» متعلق به خودِ شماست، نه سازمان. اینکه سازمان اخلاق‌مداری شما را «نمی‌بیند»، به معنای غیابِ آن نیست؛ بلکه به معنای «نابینایی ساختاری» آن‌هاست.

– راه عبور از این بحران، نه در تغییر نظر سازمان، بلکه در «پذیرشِ اگزیستانسیال» این واقعیت است که هیچ سازمانی، هرچقدر هم که برایش جنگیده باشید، نمی‌تواند به شما «هویتِ بنیادین» بدهد. شما فراتر از یک «عضو شش‌ماهه یا سه ماهه» هستید؛ شما انسانی هستید که در سخت‌ترین شرایط، شرافت حرفه‌ای خود را حفظ کرده‌اید. این حقیقتی است که در هیچ قرارداد شش/سه ماهه‌ای نمی‌گنجد.

۵. نتیجه‌گیری

قراردادهای کوتاه‌مدت، فراتر از یک ابزار مدیریت منابع انسانی، پدیده‌ای است که ساختار روانی و اجتماعی کار را بازتعریف می‌کند. رویکرد پدیدارشناختی نشان می‌دهد که این تجربه‌ها در بستر روابط قدرت و تاریخچه زیسته افراد معنا می‌یابند (کاظمی، ۱۳۹۹). برای مقابله با پیامدهای مخرب این روند، سازمان‌ها و سیاست‌گذاران باید فراتر از اصلاحات حقوقی، به بازسازی حس امنیت، عدالت و معنا در تجربه کاری توجه کنند.

منابع فارسی

– ابراهیمی، ف. (۱۳۹۸). *امنیت شغلی و سلامت روان در محیط‌های کاری. تهران: نشر علم.

– رضایی، م.، و کاظمی، س. (۱۴۰۰). ناامنی شغلی و پیامدهای روان‌شناختی آن در کارکنان قراردادی. فصلنامه روان‌شناسی صنعتی و سازمانی، ۱۲(۲)، ۵۴–۸۶.

– شریفی، ن. (۱۳۹۷). روان‌شناسی اجتماعی کار و سازمان. تهران: انتشارات دانشگاهی.

– کاظمی، ح. (۱۳۹۹). تجربه زیسته اشتغال موقت در کارکنان اداری: رویکردی پدیدارشناختی. پژوهش‌های کیفی در. (۱۳۹۷). روان‌شناسی اجتماعی کار و سازمان. تهران: انتشارات دانشگاهی.

– کاظمی، ح. (۱۳۹۹). تجربه زیسته اشتغال موقت در کارکنان اداری: رویکردی پدیدارشناختی. پژوهش‌های کیفی در علوم انسانی، ۸

منابع انگلیسی:

–De Witte, H. (1999). Job insecurity and psychological well-being: Review of the literature and exploration of some unresolved issues. European Journal of Work and Organizational Psychology, 8(2), 155–177.

-Rousseau, D. M. (1995). Psychological contracts in organizations: Understanding written and unwritten agreements. Thousand Oaks, CA: Sage.

-Sennett, R. (1998). The corrosion of character: The personal consequences of work in the new capitalism. New York, NY: W. W. Norton & Company.

-Sverke, M., Hellgren, J., & Näswall, K. (2002). No security: A meta-analysis and review of job insecurity and its effects. Journal of Occupational Health Psychology, 7(3), 242–264.

وقتی همیشه عجله داریم؛ زمان، ذهن و روابط اجتماعی



ستاره جعفری

کارشناسی ارشد روان شناسی اجتماعی

«وقت ندارم» شاید یکی از پرتکرارترین جمله‌های زندگی امروز باشد؛ جمله‌ای که در پاسخ به دعوت دوستان، کارهای عقب‌افتاده، استراحت، خواب، مطالعه و حتی در پاسخ به کسانی که دوستشان داریم، به کار می‌بریم.

اما مسئله فقط تعداد ساعت‌های شبانه‌روز نیست. آنچه سلامت روان و کیفیت زندگی ما را بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهد، تجربه مداومِ عقب‌ماندن از زمان و احساس دائمیِ عجله است.

فشار زمانی، نه فقط کمبود زمان

در روان‌شناسی، میان کمبود واقعی زمان و فشار ذهنیِ زمان تفاوت مهمی وجود دارد. ممکن است فردی واقعاً ساعات کافی برای مسئولیت‌هایش نداشته باشد؛ اما فرد دیگری با وجود زمان نسبتاً کافی، دائماً احساس کند از برنامه عقب است.

پژوهش مک‌کیمی و همکاران (۲۰۲۶) روی ۶۴۶ دانشجو نشان داد فشار زمانی با افزایش اضطراب، افسردگی و افت عملکرد تحصیلی همراه است؛ در حالی که صرفِ کمبود زمان، برخلاف انتظار، در برخی تحلیل‌ها حتی با عملکرد بهتر همراه بود.

مطالعه گسترده‌تر اوگدن و همکاران (۲۰۲۵) روی بیش از هفت‌هزار و پانصد بزرگسال اروپایی نیز نشان داد این احساسِ مداومِ شتاب‌زدگی و «نرسیدن»، نه صرفِ آگاهی از کمبود وقت، با نشانه‌های افسردگی، اضطراب و استرس ارتباط دارد.

شاید مسئله فقط این نباشد که چقدر زمان داریم؛ بلکه مهم باشد که زمان را چگونه تجربه می‌کنیم.

وقتی ذهن همیشه در حال دویدن است

وقتی ذهن دائماً در وضعیت «باید برسم» است، حتی فعالیت‌های آرامش‌بخش هم به وظیفه تبدیل می‌شوند: استراحت باید «مفید» باشد، دیدار دوستان نباید «وقت‌تلف‌کردن» باشد، خواب باید هرچه زودتر تمام شود. در چنین حالتی، ذهن به‌جای حضور در لحظه، مشغول محاسبه زمان باقی‌مانده است — و فرد ممکن است در پایان روزی پرمشغله، همچنان احساس کند «هیچ کاری نکرده».

وقتی زمان، جای رابطه را می‌گیرد

یکی از نخستین قربانیان زندگیِ تحت فشار زمانی، روابط اجتماعی است. تماس‌ها به «بعداً» موکول می‌شوند، دیدارها به تعویق می‌افتند، و حتی وقتی کنار دیگران هستیم، ذهنمان درگیر فهرست کارهای باقی‌مانده است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند این فشار می‌تواند چرخه‌ای منفی بسازد: فشار زمانی ← کاهش تعامل اجتماعی ← کاهش حمایت اجتماعی ← افزایش احساس تنهایی. البته این رابطه یک‌طرفه نیست؛ مشکلات روانی نیز می‌توانند احساس فشار زمانی را تشدید کنند.

وقتی نظم زندگی به هم می‌ریزد

زندگی ما در قالب نظم‌های روزمره سازمان می‌یابد: خواب، غذا، فعالیت بدنی، کار، استراحت و ارتباط. فراتحلیل گسترده لیو و همکاران (۲۰۲۴)، با داده‌های بیش از ۹۱۰ هزار نفر از ۳۲ کشور، نشان داد اختلال در این روال‌ها با افزایش نشانه‌های افسردگی، اضطراب و آشفتگی روانی همراه است (این یافته‌ها در بستر همه‌گیری کرونا به دست آمده و باید با احتیاط تعمیم داده شوند).

سؤال مهم: آیا در برنامه زندگی ما جایی برای چیزهایی که از فرسودگی دورمان می‌کنند، باقی مانده است؟

مدیریت زمان یعنی بهتر زندگی کردن، نه بیشتر کار کردن

فراتحلیل ایون، فابر و پاناکیو (۲۰۲۱) نشان داد مدیریت زمان با عملکرد شغلی و تحصیلی رابطه دارد، اما رابطه‌اش با بهزیستی و رضایت از زندگی حتی پررنگ‌تر است. برنامه‌ریزی سالم، برنامه‌ای نیست که هیچ دقیقه‌ای در آن خالی نمانده باشد؛ جایی برای خواب کافی، گفت‌وگو، دیدار دوستان، قدم زدن و حتی بی‌برنامگی لازم است.

مسئله ممکن است فقط کمبود وقت نباشد

شاید بهتر باشد هر بار که می‌گوییم «وقت ندارم»، از خود بپرسیم:

آیا واقعاً زمان ندارم، یا مدتی است احساس می‌کنم دائماً از زمان عقبم؟

در کنار فهرست کارهایی که باید انجام دهیم، شاید لازم باشد فهرستی هم داشته باشیم از چیزهایی که نباید از زندگی‌مان حذف شوند: خواب، استراحت، رابطه، گفت‌وگو، دوستی، حضور — لحظه‌هایی که قرار نیست از آن‌ها «نتیجه» بگیریم.

زیرا اگر تمام وقت خود را صرف پیدا کردن وقت بیشتر برای زندگی کنیم، ممکن است چیزی را از دست بدهیم که قرار بود برایش وقت بگذاریم: خودِ زندگی.

منابع

Aeon, B., Faber, A., & Panaccio, A. (2021). Does time management work? A meta-analysis. PLOS ONE, 16(1), e0245066.

Liu, H., et al. (2024). Daily routine disruptions and psychiatric symptoms amid COVID-19: A systematic review and meta-analysis of data from 0.9 million individuals in 32 countries. BMC Medicine, 22, 49.

McKimmy, C., Gallop, R. J., & Dimidjian, S. (2026). Understanding time as a predictor of mental health, academic performance, and help-seeking behavior among undergraduates. Journal of American College Health.

Ogden, R., et al. (2025). Chronic time pressure as a predictor of symptoms of depression, anxiety and stress. BMC Psychology, 13, 1407.

راز پنهان اختلاف اخلاقی میان چپ و راست



سید پارسا هویدا مرعشی

عضو انجمن روان شناسی اجتماعی ایران

در یکی از جدیدترین مقالات ژورنال شخصیت و روان‌شناسی اجتماعی، نویسندگان بررسی می‌کنند که چرا افراد با گرایش‌های سیاسی متفاوت دربارهٔ مسائل اخلاقی و اجتماعی قضاوت‌های متفاوتی دارند. آنها استدلال می‌کنند که این اختلاف الزاما ناشی از داشتن «بنیادهای اخلاقی» متفاوت نیست؛ بلکه بیشتر به این مربوط می‌شود که هر گروه چه کسی یا چه چیزی را در برابر آسیب، بدرفتاری و قربانی‌شدن آسیب‌پذیرتر می‌داند. مقاله براساس دوازده مطالعه نشان می‌دهد که «فرض‌های آسیب‌پذیری» می‌توانند قضاوت‌های اخلاقی، نگرش‌های ضمنی، رفتارهای خیریه و مواضع سیاسی را پیش‌بینی کنند.

نظریهٔ بنیادهای اخلاقی در روان‌شناسی اخلاق معتقد است که افراد بر مجموعه‌های متفاوتی از اصول اخلاقی تکیه می‌کنند. براساس این دیدگاه، لیبرال‌ها بیشتر به مراقبت و عدالت اهمیت می‌دهند، درحالی‌که محافظه‌کاران علاوه بر این دو، بر وفاداری، اقتدار و پاکی نیز تأکید دارند. اما نویسندگان این مقاله معتقدند که این نظریه تا حد زیادی بازتاب واژه‌ها و استدلال‌های رایج در گفتمان سیاسی‌اند، نه لزوما سازوکارهای ذهنی مستقل و ثابت. توضیح اختلاف اخلاقی با «تفاوت در بنیادهای اخلاقی» تا حدی دوری است؛ زیرا برای مثال، علت محکوم‌کردن یک رفتار غیراخلاقی این است که فرد آن رفتار را در حوزهٔ اخلاقی خاصی قرار می‌دهد، اما روشن نیست چرا آن رفتار را چنین طبقه‌بندی کرده است. در مقابل، پیشنهاد می‌شود به باورهای توصیفی افراد دربارهٔ جهان توجه کنیم؛ اینکه آنان چه چیزی را آسیب‌زا و چه کسی را مستعد رنج و قربانی‌شدن می‌دانند.

نویسندگان این دیدگاه را با «نظریهٔ اخلاق دوتایی» و مفهوم ذهن اخلاقی مبتنی بر آسیب پیوند می‌دهند. براساس این نظریه، قضاوت اخلاقی معمولا بر درک یک رابطهٔ سه‌جزئی استوار است: یک عامل دارای قصد، به یک قربانی آسیب‌پذیر، آسیب وارد می‌کند. هرچه فرد یک موقعیت را بیشتر به‌صورت آسیب‌زدن

عامل به قربانی درک کند، آن موقعیت را غیراخلاقی‌تر ارزیابی می‌کند. بنابراین، انسان‌ها در اصل نگرانی مشترکی دربارهٔ آسیب و قربانی‌شدن دارند، اما دربارهٔ مصداق آسیب و هویت قربانی با یکدیگر اختلاف پیدا می‌کنند. فرض آسیب‌پذیری به باور فرد دربارهٔ اینکه چه کسی یا چه چیزی به‌طور ویژه در برابر آسیب، بدرفتاری یا قربانی‌شدن حساس است اشاره دارد. این فرض، به‌خودی‌خود یک قضاوت اخلاقی نیست، بلکه نوعی باور دربارهٔ واقعیت و وضع موجود است. مثلا باور به اینکه جنین می‌تواند درد و آسیب را تجربه کند، در ابتدا یک فرض توصیفی است؛ اما همین فرض می‌تواند به موضعی اخلاقی دربارهٔ سقط جنین منجر شود.

اختلاف سیاسی در موضوعات مختلف را می‌توان با همین تفاوت در تشخیص قربانی توضیح داد. در موضوع مهاجرت، لیبرال‌ها ممکن است مهاجران غیرقانونی را قربانیان فقر، جنگ یا تبعیض ببینند، در حالی که محافظه‌کاران شهروندان کشور را قربانی تهدیدهای امنیتی یا اقتصادی مهاجرین بدانند. در بحث تغییرات اقلیمی، یک گروه ممکن است محیط‌زیست و نسل‌های آینده را آسیب‌پذیر بداند و گروه دیگر بر آسیب‌های اقتصادی مقررات زیست‌محیطی به کارگران و خانواده‌ها تأکید کند. دربارهٔ ورزشکاران تراجنسیتی نیز اختلاف می‌تواند از اینجا ناشی شود که کدام طرف، ورزشکاران زن را قربانی بی‌عدالتی می‌داند و کدام طرف، افراد تراجنسیتی را در معرض تبعیض و طردشدن می‌بینند.

نویسندگان چهار حوزه یا خوشهٔ اصلی از اهداف آسیب‌پذیری را بررسی کردند؛ ۱- محیط‌زیست: شامل طبیعت، گیاهان، حیوانات و اکوسیستم‌ها. لیبرال‌ها معمولا این موجودیت‌ها را آسیب‌پذیرتر و شایستهٔ توجه اخلاقی بیشتری می‌دانستند. ۲- گروه‌های به‌حاشیه‌رانده‌شده: مانند مهاجران، افراد تراجنسیتی و سایر گروه‌های کم‌قدرت. لیبرال‌ها بیشتر بر آسیب‌پذیری این گروه‌ها تأکید داشتند. ۳- افراد و نهادهای قدرتمند: مانند پلیس، رهبران سازمانی و صاحبان قدرت. محافظه‌کاران بیشتر احتمال داشتند این افراد یا نهادها را نیز در معرض آسیب و بی‌عدالتی ببینند. ۴- امر مقدس یا الهی: شامل خدا، متون دینی و نمادهای مذهبی. محافظه‌کاران، به‌ویژه افراد مذهبی، بیشتر این اهداف را دارای اهمیت و آسیب‌پذیری اخلاقی می‌دانستند.

این مقاله مجموعه‌ای از دوازده مطالعه را گزارش می‌کند که در آنها از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی، آزمون‌های ضمنی، سنجش رفتار خیریه و دست‌کاری آزمایشی استفاده شد. شرکت‌کنندگان میزان آسیب‌پذیری اهداف مختلف را در مقیاسی از «اصلا آسیب‌پذیر نیست» تا «کاملا آسیب‌پذیر است» ارزیابی کردند. سه پرسش اصلی راجع به آسیب‌پذیری در برابر آسیب، بدرفتاری و قربانی‌شدن بود.

در مطالعهٔ نخست، شرکت‌کنندگان دربارهٔ چند موضوع بحث‌برانگیز اخلاقی، مانند مهاجرت، حقوق همجنس‌گرایان، سوزاندن پرچم، رفتار پلیس، بی‌احترامی به کتاب مقدس و حذف مقررات زیست‌محیطی قضاوت کردند. گرایش سیاسی، قضاوت اخلاقی را پیش‌بینی می‌کرد؛ اما حتی پس از کنترل گرایش سیاسی، فرض‌های آسیب‌پذیری نیز پیش‌بینی‌کنندهٔ نیرومندی برای قضاوت اخلاقی بودند. تحلیل‌های میانجی‌گری نشان دادند که بخشی از رابطهٔ میان گرایش سیاسی و محکوم‌کردن موضوعات، از طریق تفاوت در برداشت افراد از قربانیان و اهداف آسیب‌پذیر توضیح داده می‌شود.

مطالعات دوم و سوم، ساختار چهارگانهٔ محیط‌زیست، اقلیت‌ها، قدرتمندان و امر الهی را تأیید کردند. تحلیل عاملی نشان داد که این چهار حوزه از یکدیگر متمایزند و حدود ۸۰ درصد واریانس را توضیح می‌دهند. همچنین مقیاس فرض‌های آسیب‌پذیری در طول زمان ثبات مناسبی داشت؛ پایایی بازآزمایی برای چهار حوزه بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۳ گزارش شد. این یافته نشان می‌دهد که پاسخ‌های شرکت‌کنندگان صرفا واکنش‌های لحظه‌ای یا تصادفی نبوده‌اند. در این مطالعات، لیبرال‌ها نمرهٔ بالاتری در آسیب‌پذیر دانستن محیط‌زیست و گروه‌های به‌حاشیه‌رانده‌شده داشتند. محافظه‌کاران نیز نمرهٔ بالاتری در آسیب‌پذیر دانستن افراد قدرتمند و امر الهی کسب کردند. با این حال، هر دو گروه در یک ترتیب کلی توافق داشتند: محیط‌زیست و گروه‌های اقلیت آسیب‌پذیرتر از افراد قدرتمند و امر الهی ارزیابی شدند. تفاوت اصلی در شدت فاصلهٔ میان این حوزه‌ها بود؛ لیبرال‌ها تفاوت‌ها را بیشتر برجسته می‌کردند و محافظه‌کاران آسیب‌پذیری را متعادل‌تر توزیع می‌کردند.

مطالعهٔ چهارم، قدرت توضیحی فرض‌های آسیب‌پذیری را مستقیما با بنیادهای اخلاقی مقایسه کرد. نتایج نشان دادند که فرض‌های آسیب‌پذیری، افزون بر بنیادهای اخلاقی، بخش معناداری از واریانس مواضع افراد دربارهٔ موضوعات اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و دینی را توضیح می‌دهند. در موضوعات مربوط به گروه‌های به‌حاشیه‌رانده‌شده و محیط‌زیست، قدرت پیش‌بینی فرض‌های آسیب‌پذیری از بنیادهای اخلاقی بیشتر بود. در موضوعات مربوط به امر الهی، هر دو مجموعه متغیرها قدرت پیش‌بینی مشابهی داشتند.

مطالعهٔ پنجم نشان داد که این الگو فقط نتیجهٔ استفاده از نمونه‌های سیاسی خاص، مانند مهاجران یا افراد تراجنسیتی، نیست. وقتی از شرکت‌کنندگان خواسته شد فقط تعاریف کلی چهار حوزه را ارزیابی کنند، بدون ذکر افراد یا گروه‌های سیاسی مشخص، همان الگو دوباره مشاهده شد. بنابراین، به نظر می‌رسد تفاوت میان دو گرایش سیاسی در نحوهٔ توزیع آسیب‌پذیری، در سطحی کلی‌تر از واکنش به یک موضوع خاص وجود دارد.

مطالعهٔ ششم از آزمون «فرآیند نسبت‌دهی عاطفه» برای سنجش ضمنی آسیب‌پذیری استفاده کرد. در این روش، واژه‌هایی مانند «جنگل بارانی» یا «پلیس» به‌سرعت پیش از یک محرک مبهم نمایش داده می‌شدند و شرکت‌کنندگان باید دربارهٔ آسیب‌پذیربودن یا نبودن آن محرک قضاوت می‌کردند. نتایج نشان دادند که سنجش‌های صریح و ضمنی آسیب‌پذیری با یکدیگر همبستگی دارند. همچنین الگوی کلی ارتباط با گرایش سیاسی در سنجش ضمنی نیز مشاهده شد، هرچند شدت آن کمتر از سنجش‌های خودگزارشی بود.

مطالعهٔ هفتم نشان داد که فرض‌های آسیب‌پذیری فقط بر نگرش‌ها اثر ندارند، بلکه با رفتار واقعی نیز ارتباط دارند. شرکت‌کنندگان میان خیریه‌هایی که از گروه‌های مختلف حمایت می‌کردند، انتخاب کردند؛ برای مثال، خیریه‌ای برای گروه‌های نژادی به‌حاشیه‌رانده‌شده، محیط‌زیست، نیروهای پلیس یا مسیحیان تحت آزار. افرادی که یک حوزه را آسیب‌پذیرتر می‌دانستند، احتمال بیشتری داشت خیریهٔ مرتبط با همان حوزه را انتخاب کنند.

مطالعهٔ هشتم شواهدی برای رابطهٔ علّی فراهم کرد. شرکت‌کنندگان داستانی دربارهٔ یک مدیرعامل ثروتمند و یک فرد بی‌خانمان خواندند که از مدیرعامل درخواست کمک مالی کرده بود. در یک وضعیت، از

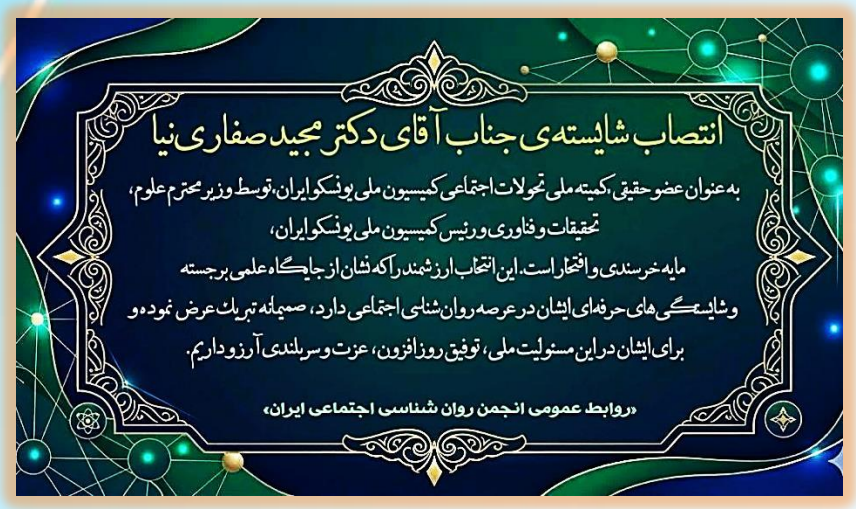
شرکت‌کنندگان خواسته شد آسیب‌پذیری مدیرعامل را تصور کنند؛ در وضعیت دیگر، آسیب‌پذیری فرد بی‌خانمان را. هنگامی که آسیب‌پذیری فرد بی‌خانمان برجسته شد، رفتار مدیرعامل غیراخلاقی‌تر ارزیابی شد. در مقابل، برجسته‌کردن آسیب‌پذیری مدیرعامل، محکومیت رفتار او را کاهش داد. این نتیجه نشان می‌دهد که تغییر تمرکز ذهنی بر قربانی آسیب‌پذیر می‌تواند به‌طور علّی قضاوت اخلاقی را تغییر دهد.

نتیجهٔ اصلی مطالعه این است که اختلاف اخلاقی میان چپ‌ها و راست‌ها الزاما به معنای متفاوت‌بودن ذهن اخلاقی آنان نیست. هر دو گروه از یک الگوی عمومی و مبتنی بر تشخیص آسیب استفاده می‌کنند؛ اما دربارهٔ اینکه چه کسی قربانی است، چه چیزی آسیب می‌بیند و آسیب‌پذیری در جامعه چگونه توزیع شده است، اختلاف دارند. از این دیدگاه، اختلاف بر سر مهاجرت، سقط جنین، نژاد، محیط‌زیست، مالیات، اقتدار، مذهب و حقوق اقلیت‌ها را می‌توان تا حدی اختلاف بر سر شناسایی قربانیان دانست. ادعا این نیست که فرض‌های آسیب‌پذیری تنها عامل شکل‌دهندهٔ اخلاق‌اند. نویسندگان تأکید می‌کنند که درک عامل اخلاقی و شدت آسیب نیز اهمیت دارد. همچنین، چهار حوزهٔ بررسی‌شده، نظام‌های ذهنی مستقل یا بنیادهای ثابت نیستند؛ بلکه دسته‌هایی کاربردی برای توضیح برخی منازعات سیاسی معاصرند. ممکن است اهداف و حوزه‌های دیگری نیز در فرهنگ‌ها یا دوره‌های تاریخی مختلف اهمیت پیدا کنند. مهم‌ترین محدودیت پژوهش، تمرکز اصلی بر منازعات سیاسی در ایالات متحده و غالب‌بودن شرکت‌کنندگان سفیدپوست است. بنابراین، مشخص نیست آیا همین الگو در فرهنگ‌ها و جوامع دیگر نیز با همین شدت مشاهده می‌شود یا خیر.

منبع:

Womick, J., Kubin, E., Goya-Tocchetto, D., Restrepo Ochoa, N., Rebollar, C., Kapsaskis, K., .Gray, K. (2026). Liberals and conservatives see different victims: Moral disagreement is explained by different assumptions of vulnerability. *Personality and Social Psychology Bulletin*.

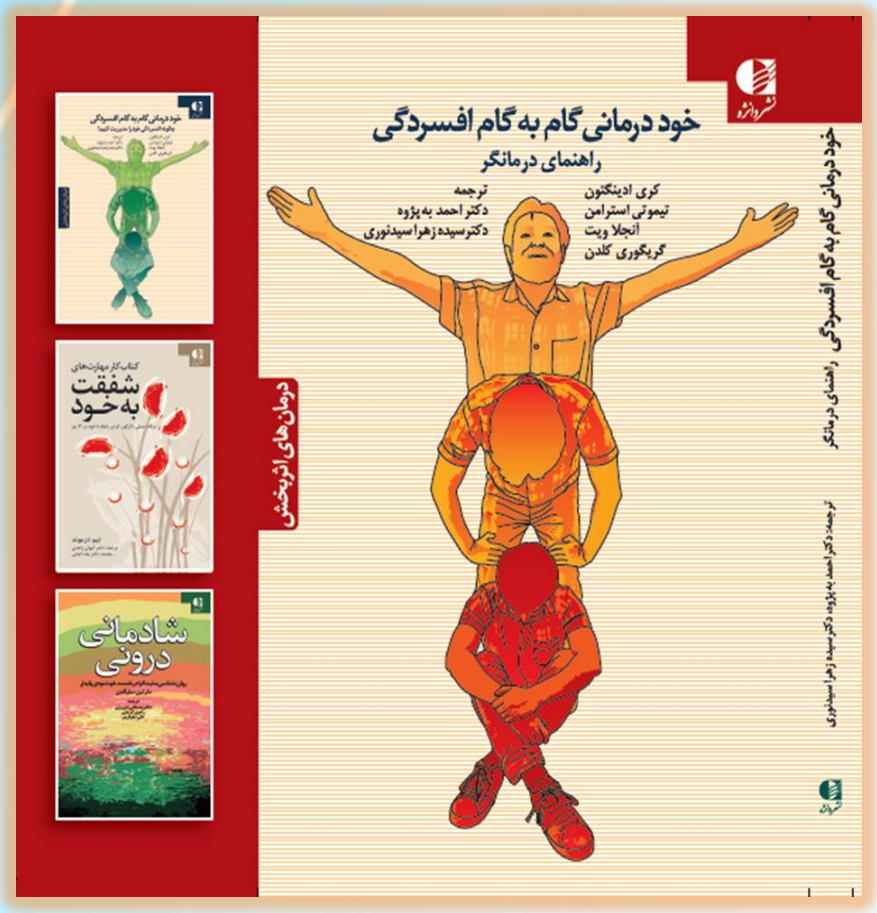
تبریک به جناب آقای دکتر صفاری نیا



انتصاب شایسته جناب آقای دکتر مجید صفاری‌نیا به عنوان عضو حقیقی «کمیته ملی تحولات اجتماعی کمیسیون ملی یونسکو ایران» توسط وزیر محترم علوم، تحقیقات و فناوری و رئیس کمیسیون ملی یونسکو ایران، مایه خرسندی و افتخار است. این انتخاب ارزشمند را که نشان از جایگاه علمی برجسته و شایستگی‌های حرفه‌ای ایشان در عرصه روان‌شناسی اجتماعی دارد، صمیمانه تبریک عرض نموده و برای ایشان در این مسئولیت ملی، توفیق روزافزون، عزت و سربلندی آرزو داریم.

»روابط عمومی انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران«

معرفی کتاب



عنوان: خوددرمانی گام به گام افسردگی: راهنمای درمانگر

نویسنده: کری ادینگتون، تیموتی استرامن، آنجلا ویت و گریگوری کولدن

ترجمه: دکتر احمد به‌پژوه و دکتر سیده زهرا سید نوری

ناشر: دانژه

سال نشر: ۱۴۰۲

دربارهٔ کتاب

در هزارهٔ سوم میلادی، افسردگی، نوعی اختلال روانی رایج است که از آن به عنوان سرماخوردگی روانی یاد می‌شود و تخمین زده شده است که بیش از سیصد میلیون نفر در گروه‌های سنی گوناگون از آن رنج می‌برند. ازاین‌رو، در طول تاریخ برای درمان و مقابله با افسردگی، روش‌های گوناگونی، مانند دارودرمانی، رفتاردرمانی، خانواده‌درمانی و نظایر آن مورداستفاده قرارگرفته است که هرکدام تأثیر قابل‌توجهی را در بردارد؛ امّا در میان این روش‌ها، درمان خودنظام‌مندی به‌عنوان یک روش شناخت درمانی، از اهمیت خاصی برخوردار است. اکنون پس از انتشار موفقیت‌آمیز کتاب خوددرمانی گام به گام افسردگی: راهنمای مراجع، در کتاب خوددرمانی گام به گام افسردگی: راهنمای درمانگر سعی شده است ضمن شناسایی نشانه‌ها و علت‌های افسردگی، جزئیات روش درمانی خودنظام‌مندی که مبتنی است بر شناخت درمانی، معرفی و به درمانگران توصیه شود چه کارهایی را انجام دهند و از انجام چه کارهایی پرهیز نمایند تا فرایند درمان با موفقیت بیشتری پیش رود و مراجع مسیر طبیعی زندگی خود را به نیکی طی کند.

یکی از شرایط موفقیت درمان افسردگی این است که درمانگر آگاهانه و عالمانه با مطالعهٔ کتاب خوددرمانی گام به گام افسردگی: راهنمای مراجع و کتاب خوددرمانی گام به گام افسردگی: راهنمای درمانگر به درمان بپردازد و از حاد شدن موقعیت و بروز مشکلات جدی و تبعات آن پیشگیری کند. در این کتاب، به درمانگر، روان‌پزشک، روان‌شناس یا مشاور متخصص، آموزش داده می‌شود تا مراجع را گام به گام به سوی بهبودی هدایت کند تا او در مسیر سلامت قرار گیرد. در ضمن در پایان کتاب، کتاب‌شناسی گزینشی افسردگی، بر جامعیت این کتاب افزوده است.

اثر خود را معرفی کنید



شمارهٔ تماس جهت هماهنگی ۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴

همکاران فرهیخته در صورتی که مایل هستید کتاب شما در خبرنامهٔ 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.

شمارهٔ جدید نشریه‌های انجمن



www.socialpsychology.ir

فصلنامهٔ پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی

شمارهٔ ۶۲ فصلنامهٔ علمی- پژوهشیِ پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی منتشر شده و شمارهٔ ۶۳ به‌زودی منتشر خواهد شد.از همهٔ 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

عنوان مقالات تابستان ۱۴۰۵ فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی



۱. رابطه رفتارهای پرخطر با حساسیت اضطرابی و تصور منفی از خود با میانجی‌گری اجتناب تجربی

۲. رابطه نیازهای اساسی روانشناختی و تنظیم شناختی هیجان با اعتیاد به اینترنت: نقش میانجی-گر پریشانی روانشناختی

۳. رابطه حساسیت به طرد و عزت نفس با قربانی خشونت خانگی در زنان متأهل: نقش واسطه‌ای خود خاموشی

۴. رابطه بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی با اعتیاد به گوشی هوشمند: نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان و ذهن‌آگاهی

۵. مقایسهٔ بهزیستی اجتماعی، ارزیابی شخصی بحران‌محور خانوادگی و انعطاف‌پذیری شناختی در مادران دارای کودک ناتوانِ یادگیری با مادران کودکان عادی

۶. مدل‌سازی معادلات ساختاری هوش اجتماعی بر اساس خودارزشمندی و هوش معنوی با نقش میانجی انعطاف‌پذیری شناختی

۷. تعیین روابط ساختاری ادراک از قلدری سایبری بر اساس حمایت والدین از خودمختاری و خشونت در مدرسه با میانجیگری ارضای نیازهای روان‌شناختی

۸. پیش‌بینی حساسیت بین‌فردی بر اساس انتظارات زناشویی و تمایزیافتگی با نقش میانجی طلاق عاطفی در زنان تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی (ره) شهر یاسوج

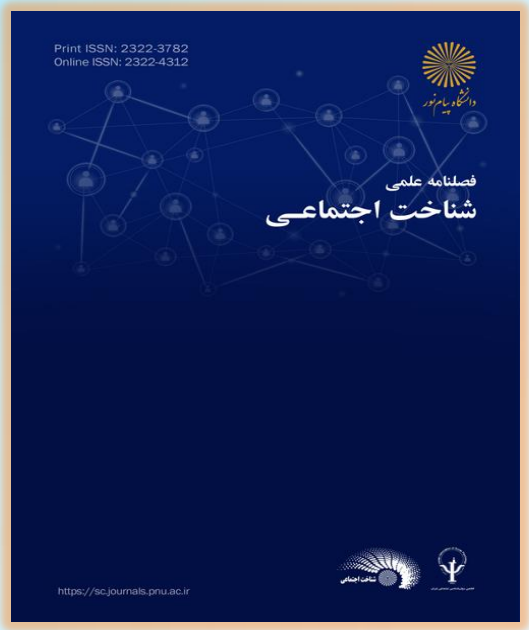
۹. اثربخشی برنامه فرصت‌های کوانتوم بر شخصیت جامعه پسند و حساسیت بین فردی در دختران نوجوان دارای مشکلات بیرونی شده

۱۰. تدوین مدل پیش‌بینی انسجام خود در زنان سالمند بر اساس سرمایه‌های روانشناختی، حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی با نقش میانجی نیرومندی ایگو

۱۱. مدل‌یابی سبک‌های‌پردازش‌هیجانی معتادان با سابقه بازگشت براساس سوگیری‌توجه و حمایت‌اجتماعی با میانجی‌گری وسوسه سوءمصرف

۱۲. تدوین مدل رابطه پریشانی روانی بر اساس حمایت خانوادگی ادراک‌شده، ارتباط بین‌فردی و گشودگی به تجربه با میانجی‌گری بخشش در مادران دارای فرزند دانش آموز

دوفصلنامهٔ شناخت اجتماعی



بیست‌ونهمین شمارهٔ دوفصلنامهٔ 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 روان شناسی، روان شناسی 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 رشتهٔ 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، وبینارها و سخنرانی‌ها (با تخفیف ویژه)، دسترسی به منابع علمی و ایجاد ارتباط با همکاران خود بهره‌مند شوید.

نحوهٔ 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 شماره های زیر تماس بگیرید:

۰۹۱۰۲۶۵۶۱۴۴ (خانم جعفری)

۰۹۹۱۳۹۰۵۰۲۶ (خانم کریمی)

همکاری در تدوین خبرنامه



خبرنامهٔ انجمن روان‌شناسی اجتماعی ایران همانند گذشته در نظر دارد مطالب و اخبار روزآمد در زمینهٔ روان‌شناسی و به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعیِ 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- چکیدهٔ پایان‌نامه‌های تحصیلات تکمیلی در حوزهٔ 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 حوزهٔ روان‌شناسی اجتماعی)

۸- معرفی نشریه‌های جدید روان‌شناسی (روان‌شناسی اجتماعی و شخصیت)

۹- معرفی سایت‌های علمی در حوزهٔ روان‌شناسی اجتماعی

و سایر مطالب روزآمد حوزهٔ حرفه‌ای روان‌شناسی (به‌ویژه روان‌شناسی اجتماعی) که خواستار به اشتراک گذاشتن آن‌ها با دیگر همکاران هستید.

پاییز مبارک!



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