

باورهای فراشناختی و خودکارآمدی در پیش‌بینی هراس اجتماعی



نویسنده : شهلا حیدری

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

باورهای فراشناختی و خودکارآمدی

در پیش‌بینی هراس اجتماعی

تالیف:

شهلا حیدری



انتشارات موجک



سرشناسه: حیدری، شهلا، ۱۳۳۸ -

عنوان و نام پدیدآور: باورهای فراشناختی و خودکارآمدی در پیش‌بینی هراس اجتماعی / تالیف شهلا حیدری.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۹۵ ص.: جدول

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۹-۳۶-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: شاگردان -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی

موضوع: Students -- Mental health -- Iran -- Case studies

موضوع: جمع‌هراسی در کودکان -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Social phobia in children -- Iran -- Case studies

موضوع: جمع‌هراسی -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Social phobia -- Iran -- Case studies

موضوع: خودکارایی -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Self-efficacy -- Iran -- Case studies

رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ ب۲ ح۹ / LB۳۴۳۰

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۷۱۳

شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۳۹۴۹۱

انتشارات موجک

تلگرام: ۰۹۰۱۷۶۷۲۵۰۲ کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۶ - ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۳ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳

ایمیل: mojakpublication@yahoo.com

سایت: www.mojak.ir



عنوان: باورهای فراشناختی و خودکارآمدی در پیش‌بینی هراس اجتماعی

تالیف: شهلا حیدری

طراح جلد: سیده زهرا روشنایی

مشخصات ظاهری: ۹۵ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۶، تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۱۷۰۰۰۰ ریال، شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۹۹-۳۶-۸

حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

تقدیم به:

با بوسه بر دستان پدر و مادری که ناتوان شدند تا من به توانایی برسم،

به پاس محبت‌های بی‌دریغشان که هرگز فروکش نکرد

تقدیم به:

همسرم به پاس قدردانی از قلبی آکنده از عشق و معرفت که محیطی سرشار

از سلامت و امنیت و آرامش و آسایش برای من فراهم آورده است.

همچنین به فرزندان دلبندم

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

سخن مؤلف ۱

بخش اول: باورهای فراشناختی، خودکارآمدی و هراس اجتماعی ۳

فصل اول: باورهای فراشناختی ۵

۱-۱ مقدمه ۵

۲-۱ تعریف باورهای فراشناخت ۵

۳-۱ عناصر باورهای فراشناخت ۷

۱-۳-۱ دانش فراشناختی ۸

۲-۳-۱ کنترل فراشناختی ۹

۴-۱ دانش و کنترل خود ۱۰

۱-۴-۱ تعهد ۱۰

۲-۴-۱ نگرش ۱۰

۳-۴-۱ توجه ۱۰

۵-۱ دانش و کنترل فرآیند ۱۱

۱-۵-۱ انواع دانش موثر در فراشناخت ۱۱

۲-۵-۱ کنترل اجرایی رفتار ۱۲

فصل دوم: راهبردهای باورهای فراشناختی ۱۳

۱-۲ انواع راهبردهای باورهای فراشناختی ۱۳

۲-۲ تمایز راهبردهای شناختی و فراشناختی ۱۶

۳-۲ ضرورت آموزش باورهای فراشناختی ۱۶

فصل سوم: خودکارآمدی ۱۹

۱-۳ تعریف خودکارآمدی ۱۹

۲-۳ نظریه‌های شناختی - اجتماعی و خودکارآمدی ۲۱

فصل چهارم: ابعاد و مراحل خودکارآمدی ۲۵

۱-۴ ابعاد خودکارآمدی ۲۵

۱-۱-۴ سطح ۲۵

۲-۱-۴ عمومیت ۲۵

۳-۱-۴ نیرومندی ۲۶

۲-۴ منابع خودکارآمدی ۲۶

۱-۲-۴ تجارب غالب (سابقه رفتار شخصی) ۲۶

۲-۲-۴ قانع سازی اجتماعی (ترغیب کلامی) ۲۷

۳-۲-۴ تجربیات جانشینی ۲۸

۴-۲-۴ حالت‌های عاطفی و فیزیولوژیک ۲۸

۳-۴ مراحل رشد خودکارآمدی ۲۹

۱-۳-۴ کودکی ۲۹

۲-۳-۴ نوجوانی ۳۰

۳-۳-۴ بزرگسالی ۳۰

۴-۳-۴ پیری ۳۱

فصل پنجم: هراس اجتماعی ۳۳

۱-۵ مفهوم هراس ۳۳

۲-۵ تعریف هراس اجتماعی ۳۴

۳-۵ پیشینه هراس اجتماعی ۳۵

۴-۵ رویکردهای نظری اختلال‌های اضطرابی ۳۵

۱-۴-۵ نظریه روان-پویشی (روان تحلیل‌گری) ۳۶

۲-۴-۵ نظریه رفتاری‌نگر ۳۶

۳-۴-۵ نظریه یادگیری اجتماعی ۳۷

۴-۴-۵ نظریه زیست‌شناختی ۳۸

۵-۴-۵ نظریه شناختی ۳۸

۶-۴-۵ نظریه انسانی‌نگر و هستی‌نگر ۳۹

فصل ششم: علائم هراس اجتماعی ۴۱

۱-۶ مدل نظری هراس اجتماعی ۴۱

۲-۶ معرفی علائم هراس اجتماعی ۴۲

۱-۲-۶ جنبه‌های ادراکی ۴۲

۲-۲-۶ جنبه‌های رفتاری ۴۳

۳-۲-۶ جنبه‌های فیزیولوژیکی ۴۴

۴-۲-۶ همایندی مرضی ۴۴

۳-۶ ویژگی‌های هراس اجتماعی ۴۵

۴-۶ عوامل ایجادکننده هراس اجتماعی ۴۵

۱-۴-۶ عوامل ژنتیکی و خانوادگی ۴۵

۲-۴-۶ عوامل محیطی ۴۶

۳-۴-۶ عوامل رفتاری، عاطفی و شناختی در هراس اجتماعی ۴۷

فصل هفتم: پیشینه باورهای فراشناخت و خود کارآمدی ۴۹

۱-۷ پیشینه داخلی ۴۹

۲-۷ پیشینه خارجی ۵۳

بخش دوم: مطالعه موردی (نقش باورهای فراشناختی و خود کارآمدی در پیش‌بینی

هراس اجتماعی در دانش آموزان پایه ششم مقطع ابتدائی شهر بابلسر) ۵۷

فصل هشتم: کلیات ۵۹

۱-۸ مقدمه ۵۹

۲-۸ بیان مسأله ۶۰

۳-۸ اهمیت مسأله ۶۳

۴-۸ اهداف ۶۴

۵-۸ فرضیه‌ها ۶۵

۶-۸ تعاریف اصطلاحات ۶۵

فصل نهم: روش و ابزار ۶۷

۱-۹ روش مطالعه ۶۷

۲-۹ جامعه آماری و نمونه ۶۷

۳-۹ روش و ابزار گردآوری داده‌ها ۶۸

فصل دهم: تجزیه و تحلیل داده‌ها ۷۱

۱-۱۰ بررسی توصیفی ویژگی‌های جمعیت شناختی ۷۱

۲-۱۰ بررسی توصیفی متغیرها ۷۲

۳-۱۰ بررسی نرمال بودن متغیرها ۷۳

۴-۱۰ تجزیه و تحلیل فرضیه‌ها ۷۳

فصل یازدهم: نتیجه‌گیری و پیشنهادها ۸۳

۱-۱۱ خلاصه کتاب ۸۳

۲-۱۱ یافته‌های توصیفی ۸۴

۳-۱۱ یافته‌های استنباطی ۸۴

۴-۱۱ بحث و تفسیر ۸۵

۵-۱۱ نتیجه‌گیری ۸۷

۶-۱۱ پیشنهادهای مبتنی بر یافته‌ها ۸۸

۷-۱۱ پیشنهادهای کاربردی ۹۰

منابع ۹۱

منابع فارسی ۹۱

منابع لاتین ۹۴

سخن مولف

هدف از تالیف این کتاب نقش باورهای فراشناختی و خودکارآمدی در پیش‌بینی هراس اجتماعی دانش‌آموزان پایه ششم مقطع ابتدائی شهر بابلسر می‌باشد. این کتاب از نظر روش گردآوری داده‌ها «توصیفی» از نظر نوع «همبستگی» و از نظر هدف «کاربردی» می‌باشد. جامعه آماری در این کتاب شامل کلیه دانش‌آموزان پایه ششم مقطع ابتدائی شهر بابلسر می‌باشد که تعداد آنها طبق آخرین آمار مآخوذه برابر با ۲۹۴ نفر می‌باشد. با توجه به حجم جامعه و مراجعه به جدول کرجسی و مورگان حجم نمونه برابر با ۱۶۷ نفر در نظر گرفته شد. برای انتخاب نمونه‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای برحسب جنسیت استفاده گردید.

روش گردآوری داده‌ها شامل: کتابخانه‌ای و میدانی بوده است. ابزار گردآوری داده‌ها در این کتاب پرسشنامه می‌باشد. پرسشنامه باورهای فراشناختی (MCQ-A)، پرسشنامه استاندارد سنجش خودکارآمدی عمومی شرز و همکاران (۱۹۸۲) و پرسشنامه هراس اجتماعی کانور (SPI) (۲۰۰۰) که روایی آنها مورد تأیید اساتید راهنما و مشاور و دیگر صاحب‌نظران قرار گرفته است. پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۸۶، ۰/۷۵، ۰/۸۷ محاسبه گردیده است. آزمون فرضیه‌های کتاب و داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS و آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. آزمون‌های مورد استفاده در این کتاب نیز شامل آزمون کلموگراف اسمیرنف به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها و سپس، آزمون تی تک متغیره می‌باشد. نتایج نشان داد که باورهای فراشناختی و خودکارآمدی سهمی در پیش‌بینی هراس اجتماعی دانش‌آموزان پایه ششم مقطع ابتدائی شهر بابلسر دارند.

شیوه سازماندهی کتاب حاضر به صورت زیر می‌باشد.

این کتاب به دو بخش تقسیم خواهد شد. بخش اول شامل مباحث آموزشی در زمینه باورهای فراشناختی، خودکارآمدی و هراس اجتماعی می‌باشد. بخش اول شامل فصول:

فصل اول: باورهای فراشناختی

فصل دوم: راهبردهای باورهای فراشناختی

فصل سوم: خودکارآمدی

فصل چهارم: ابعاد و مراحل خودکارآمدی

فصل پنجم: هراس اجتماعی

فصل ششم: علائم هراس اجتماعی

فصل هفتم: پیشینه باورهای فراشناخت و خودکارآمدی

می‌باشد.

در بخش دوم نقش باورهای فراشناختی و خودکارآمدی در پیش‌بینی هراس اجتماعی در دانش

آموزان پایه ششم مقطع ابتدائی شهر بابلسر بررسی خواهد شد. بخش دوم شامل فصول:

فصل هشتم: کلیات

فصل نهم: روش و ابزار

فصل دهم: تجزیه و تحلیل داده‌ها

فصل یازدهم: نتیجه‌گیری و پیشنهادها

می‌باشد.

در پایان، بر خود لازم می‌دانم از همه عزیزانی که در مراحل گوناگون آماده‌سازی این کتاب من

را یاری نموده‌اند، بویژه از سرکار خانم دکتر لادن سلیمی صمیمانه تقدیر و تشکر نمایم.

شهلا حیدری

تابستان ۱۳۹۶

Metacognitive beliefs and self-efficacy in anticipation of social phobia

By: Shahla Heydari

ISBN: 978-600-8799-36-8

