

به نام خدا

روانشناسی اجتماعی

مترجم: افسانه شیخ الاسلام زاده

با مقدمه‌ای از
زنده‌یاد دکتر سعید شاملو



انتشارات ما و شما

فهرست

بخش اول.....	۱۷
فصل اول - مقدمه‌ای بر روانشناسی اجتماعی.....	۱۹
○ روانشناسی اجتماعی چیست؟.....	۲۱
راههای متفاوت برای درک تأثیر اجتماع.....	۲۳
خرد توده یا عوام.....	۲۳
فلسفه.....	۲۵
مقایسه روانشناسی اجتماعی با سایر علوم.....	۲۶
مقایسه روانشناسی اجتماعی با روانشناسی فردی.....	۲۶
○ قدرت تأثیر جامعه.....	۲۸
نادیده گرفتن قدرت جامعه و نفوذ آن.....	۲۸
ذهنی بودن شرایط اجتماعی.....	۲۹
○ منشاء تفسیرها چیست؟ انگیزه‌های اصلی بشر.....	۳۰
دست یافتن به اعتماد به نفس: نیاز احساس خوب از خویشتن.....	۳۲
توجیه رفتارهای گذشته.....	۳۲
رنج بردن و توجیه خویش.....	۳۲
دست یافتن به شناخت اجتماعی: نیاز به داشتن تفکری درست و دقیق.....	۳۳
شناخت اجتماعی.....	۳۳
توقعات از جهان اجتماعی.....	۳۴
محركات دیگر.....	۳۴
○ روانشناسی اجتماعی و مشکلات اجتماعی.....	۳۵
فصل دوم - متدلوژی: روش پژوهش روانشناسان اجتماعی.....	۳۷
○ روانشناسی اجتماعی: یک علم تجربی.....	۳۸
○ طبقه بندی پیش فرض‌ها و تئوری‌ها.....	۳۹
الهام گرفتن از پژوهش‌ها و فرضیه‌های پیشین.....	۳۹
پیش فرض‌های مبتنی بر مشاهدات فردی.....	۴۰
○ روش مشاهده‌ای: توضیح رفتارهای اجتماعی.....	۴۰
تجزیه و تحلیل آسنادی.....	۴۱

- روند طعنه‌گر و سرکوب تفکرات ۷۲
- ایفای نقش در قضاوت اجتماعی ۷۳
- آموزش مهارت استدلال ۷۴
- فصل چهارم - ادراک اجتماعی: چگونه می‌توان به درک دیگران نائل شد ۷۷**
- رفتارهای بدون کلام ۷۸
- بیان احساسات از طریق حالت چهره ۷۹
- تونل‌های دیگر ارتباط غیر کلامی ۸۲
- ارتباطات غیر کلامی متعدد ۸۳
- تفاوت‌های زن و مرد در ارتباط غیر کلامی ۸۳
- تئوری‌های شخصیت ناآشکار: پُرکردن شکاف‌های خالی ۸۴
- استفاده از میان‌برهای ذهنی برای شکل دادن به عقیده ۸۶
- نقش دسترسی و تقدم ذهنیات در ادراک ما از فرد ۸۶
- ویژگی بخشیدن علی یا سببی: پاسخ به "چرا" ۸۷
- طبیعت روند ویژگی بخشیدن ۸۸
- تئوری استنتاج از راه مطابقت: از رفتارها تا سرشت‌ها ۸۸
- نقش عوامل غیر مرسوم در تئوری استنتاج تطبیقی ۸۹
- نقش انتظارات در تئوری استنتاج تطبیقی ۸۹
- مدل فراگیر: ویژگی درونی در مقابل ویژگی بیرونی ۹۰
- اشتباهات زیر بنایی توصیفی: رفتار ما به منزله روانشناسان شخصیتی ۹۱
- نقش برجسته نمودن ادراک در اشتباهات زیربنایی توصیفی ۹۲
- نقش فرهنگ در اشتباهات زیربنایی توصیفی ۹۳
- تفاوت بازیگر و تماشاگر ۹۴
- بازنگری نقش نمایان ادراک ۹۴
- نقش در دسترس بودن اطلاعات در تفاوت بازیگر و تماشاگر ۹۶
- ویژگی بخشیدن در جهت خدمت به خویشان ۹۶
- میزان دقت نظر و ویژگی بخشیدن ۹۸
- چرا گاهی عقاید ما درباره دیگران غلط است؟ ۹۸
- چرا به نظرم می‌رسد که عقاید ما درباره دیگران درست است؟ ۹۹
- فصل پنجم - شناخت خویشان: چگونه می‌توان به درک خویشان رسید ۱۰۱**
- سرشت خویشان ما ۱۰۲
- عملکرد خویشان ۱۰۴

- محدودیت‌های روش مشاهده‌ای ۴۲
- روش همبستگی: پیش بینی رفتارهای اجتماعی ۴۳
- نظرخواهی (پیمایش) ۴۳
- محدودیت‌های روش همبستگی ۴۴
- روش تجربه‌ای: پاسخ به سؤالات علی ۴۵
- متغیرهای وابسته و غیر وابسته ۴۶
- اعتبار درونی تجربه‌ها ۴۷
- اعتبار برونی تجربه‌ها ۴۸
- عمومیت دادن تجربه در شرایط ۴۹
- تعمیم تجربه در افراد ۴۹
- نسخه برداری (بازسازی) ۵۰
- پژوهش در فرهنگ‌های مختلف ۵۱
- سردرگمی‌های اصلی روانشناسان اجتماعی ۵۱
- تقابل پژوهش‌های بنیادین و عملی ۵۲
- نقش اخلاق در روانشناسی اجتماعی ۵۳
- فصل سوم - شناخت اجتماعی: چگونه تفکر ما در باره جهان اجتماعی ۵۵**
- بشر به مثابه تئورسین روزمره: طرحواره‌ها و تأثیر آنها ۵۷
- عملکرد طرحواره‌ها: علت وجود آنها ۵۷
- نقش فرهنگ در طرحواره‌ها ۵۹
- طرحواره‌ها عامل تحریف دیده‌ها و یادها ۶۰
- تداوم طرحواره‌ها پس از ابطال اعتبار آنها ۶۱
- واقعیت بخشیدن به طرحواره‌ها: رسالت تحقق تفکرات ۶۲
- تدابیر ذهنی و میان‌برها ۶۴
- دسترسی به اکتشافات ذهنی و سهولت بخشیدن به این روند ۶۵
- ذهنیت موشکافی در گذشته: استدلال غیر واقعی ۶۶
- چگونگی شباهت A به B: اکتشاف بیانگر ۶۷
- انطباق و تکیه نمودن بر کشفیات ذهنی: درک اشیاء از شکل ظاهری آنها ۶۷
- اندیشمندان اجتماعی انعطاف‌پذیر ۶۹
- متفکر اجتماعی برانگیخته شده ۶۹
- تفکرات غیر ارادی در مقابل تفکر ارادی ۷۰
- باورهای غیر ارادی و طرحواره‌های ارادی ۷۱

نقش فرهنگ در تعریف ما از خویشتن	۱۰۴
تفاوت زن و مرد در تعریف "من"	۱۰۶
○ خویشتن‌شناسی از طریق درون‌نگری	۱۰۷
تمرکز در خویشتن: تئوری آگاهی از خویشتن	۱۰۸
قضایوت نحوه احساسات ما از اعمال‌مان: چرا بیش از آنچه می‌دانیم سخن می‌گوئیم	۱۰۹
نتایج درون‌نگری دربارهٔ چراها	۱۱۱
○ شناخت خویشتن از طریق مشاهدهٔ رفتارهایمان	۱۱۲
استنتاج خویشتن از طریق رفتارهایمان: تئوری ادراک خویشتن	۱۱۲
تشویق شدن بی‌حد: تأثیر مدل‌سازی فزاینده	۱۱۳
اجتناب از تأثیر مدل‌سازی فزاینده	۱۱۴
درک عواطف خویشتن: تئوری دو عامله عواطف	۱۱۴
یافتن علت دروغین: توضیح غلط برانگیختگی	۱۱۶
تفسیر جهان اجتماعی خود: تئوری‌های ارزیابی شناختی عواطف	۱۱۸
○ شناخت خویشتن از طریق طرحواره‌های خویشتن	۱۱۹
حافظهٔ شرح حال گونه	۱۱۹
خاطرات ترمیم یافته: واقعیت یا تخیل	۱۲۰
○ شناخت خویشتن از طریق روابط اجتماعی	۱۲۱
آینه خویشتن‌نگری	۱۲۱
تئوری مقایسه اجتماعی	۱۲۳
○ تدبیر تأثیر گذاری: دنیا به منزلهٔ صحنهٔ نمایش	۱۲۴
فصل ششم - توجیه خویشتن و لزوم حفظ اعتماد به نفس	۱۲۷
○ نیاز به توجیه رفتارهایمان	۱۲۸
تئوری ناهماهنگی شناختی	۱۲۸
رفتارهای منطقی در مقابل دلیل تراشی‌ها	۱۳۰
تصمیم‌گیری، تصمیم‌گیری، تصمیم‌گیری	۱۳۰
تحریف خواسته‌ها و ناخواسته‌ها	۱۳۱
تداوم در تصمیم	۱۳۱
تصمیم‌گیری در امری غیر اخلاقی	۱۳۲
توجیه تلاش و کوشش	۱۳۳
روانشناسی توجیه غیرکافی	۱۳۳
پشتیبانی از گرایش معکوس	۱۳۴

دفاع از گرایشات معکوس و تعصبات نژادی	۱۳۵
تنبیه نارسا	۱۳۵
(ماندگاری) تداوم قانع ساختن خویشتن	۱۳۶
منظور از توجیه غیر کافی چیست؟	۱۳۶
نه جایزه و نه تنبیه	۱۳۷
تجربهٔ بنیامین فرانکلین	۱۳۷
چرا از قربانیان خویشتن متنفر می‌شویم	۱۳۹
شواهد برانگیختگی انگیزشی	۱۴۲
○ مسیر تازه‌ای برای پژوهش در توجیه خویشتن	۱۴۳
تئوری ناهمخوانی	۱۴۳
تسلط بر ناهمخوانی	۱۴۴
تئوری تکمیل خویشتن	۱۴۵
تئوری تداوم ارزیابی خویشتن	۱۴۵
کاهش ناهماهنگی	۱۴۶
چرا به افراد بیگانه بیشتر کمک می‌کنیم تا به دوستان خود	۱۴۶
تئوری باور (اثبات) خویشتن	۱۴۷
○ توجیه خویشتن در مقابل ایقا خویشتن: تأثیر باورهای منفی از خویشتن	۱۴۸
تأیید خویشتن در مقابل افزودن بر خویشتن	۱۴۹
کاهش تضاد و ناهماهنگی و رابطه آن با فرهنگ	۱۵۰
اجتناب از تلهٔ دلیل‌آوری	۱۵۱
درس گرفتن از اشتباهات	۱۵۱
بازبینی مجدد واقعهٔ دروازهٔ بهشت	۱۵۲
فصل هفتم - نگرش و تغییر نگرش: تفکرات و احساسات اثرگذار	۱۵۵
○ سرچشمه و طبیعت نگرش‌ها	۱۵۶
خاستگاه نگرش‌ها کجا هستند	۱۵۷
نگرش‌های مبتنی بر شناخت	۱۵۸
نگرش‌های مبتنی بر عواطف	۱۵۸
نگرش‌های مبتنی بر رفتار	۱۵۹
میزان قدرت و قابل دسترسی بودن نگرش	۱۶۰
○ تغییر نگرش	۱۶۰
تغییر نگرش با تغییر رفتار: باز نگری تئوری ناسازگاری‌شناختی	۱۶۱

مقاومت در مقابل نفوذ اطلاع‌رسانی جامعه	۱۸۸
○ نفوذ هنجارهای جامعه: نیاز پذیرفته شدن	۱۸۹
انطباق و پذیرش در جامعه	۱۹۰
پیامد مقاومت در برابر نفوذ هنجارهای جامعه	۱۹۲
چه موقع انسان از هنجارهای جامعه تبعیت می‌کند	۱۹۳
گروه سه نفره یا بیشتر	۱۹۳
چه موقع گروه اهمیت دارد	۱۹۳
چه موقع گروه متفق‌الرأی است	۱۹۳
چه موقع گروه تحت تأثیر فرهنگ است	۱۹۴
چه موقع فرد به پیروی از هنجارهای دیگران می‌پردازد	۱۹۴
مقاومت در برابر هنجارهای جامعه	۱۹۵
تأثیر اقلیت بر اکثریت	۱۹۵
○ تسلیم: تقاضاها برای تغییر رفتار	۱۹۶
○ اطاعت کورکورانه	۱۹۶
نقش نفوذ هنجارهای جامعه	۱۹۹
نقش و تأثیر اطلاع‌رسانی جامعه	۱۹۹
فصل نهم - فرایندهای گروه: نفوذ در گروه‌های اجتماعی	۲۰۱
○ تعریف: گروه چیست؟	۲۰۲
○ گروه‌های غیر اجتماعی: تأثیر حضور دیگران	۲۰۲
سهولت بخشی اجتماعی: چه موقع از حضور دیگران انرژی می‌گیریم	۲۰۲
ساده یا مشکل بودن وظیفه و حضور جمع	۲۰۳
برانگیختگی و واکنش غالب	۲۰۳
چرا حضور دیگران سبب برانگیختگی می‌شود	۲۰۴
چه موقع حضور دیگران سبب آرامش می‌شود	۲۰۴
نقش فرهنگ و جنس در تنبلی اجتماعی	۲۰۴
گمگشتگی در جمعیت	۲۰۵
○ گروه‌های اجتماعی: الحاق، رهبری، کار و رقابت	۲۰۷
ترکیب و ساختمان گروه‌های اجتماعی	۲۰۸
رهبری	۲۱۰
جنسیت و رهبری	۲۱۱
تصمیمات گروهی: آیا تصمیمات گروهی بهتر است یا فردی	۲۱۲

انتقال پیام مستدل و تغییر نگرش	۱۶۲
راه‌های مرکزی و پیرامونی ترغیب	۱۶۳
انگیزه توجه به محث	۱۶۳
توانایی توجه به پیام	۱۶۴
چگونه به تغییر نگرش‌های دیرپا دست یابیم	۱۶۴
عواطف و تغییر نگرش	۱۶۵
نفوذ عاطفی راهی برای ترغیب	۱۶۵
ارتباطات برانگیزاننده هراس	۱۶۶
استفاده از احساسات به منزله روش اکتشافی	۱۶۷
احساسات و اشکال متفاوت گرایش‌ها	۱۶۸
رابطه فرهنگ و اشکال مختلف نگرش	۱۶۹
○ چگونه افراد را در مقابل تغییر نگرش مقاوم کنیم	۱۶۹
مصون‌سازی نگرش‌ها	۱۶۹
وقتی که ترغیب به شکل بومرنگ عمل می‌کند: تئوری واکنش	۱۷۱
○ چه موقع نگرش‌ها رفتارها را پیش‌بینی می‌کنند	۱۷۲
پیش‌بینی رفتارهای خود جوش	۱۷۳
پیش‌بینی رفتارهای حساب شده	۱۷۴
○ قدرت تبلیغات	۱۷۵
عملکرد تبلیغات چگونه است	۱۷۵
تبلیغات نهانی: راهی نو برای کنترل ذهن	۱۷۷
بی‌پایه‌گی ادعاهای پیام‌های پنهانی	۱۷۷
تأثیر پیام‌های پنهان در پژوهش‌های آزمایشگاهی	۱۷۸
فصل هشتم - هم‌نوایی یا انطباق	۱۸۱
○ انطباق: رفتارهای اثرگذار	۱۸۱
○ انطباق: چه زمانی و چرا	۱۸۳
○ نفوذ جامعه اطلاع‌رسان: نیاز به دانستن حقیقت	۱۸۵
تغییر عقیده‌ها و بحرانها	۱۸۷
چه وقت افراد از نفوذ اطلاع‌رسانی اجتماعی تبعیت می‌کنند	۱۸۸
وقتی شرایط گنگ و نامفهوم است	۱۸۸
وقتی شرایط یک بحران است	۱۸۸
وقتی دیگر افراد ماهر ترند	۱۸۸

۲۳۸	نظریات زیست‌شناختی دربارهٔ عشق
۲۴۰	شیوه‌های وابستگی و روابط صمیمانه
۲۴۱	رابطه به عنوان یک روند متقابل
۲۴۳	پایان روابط نزدیک
۲۴۳	روند متلاشی شدن یک رابطه
۲۴۴	تجربه متلاشی شدن یک رابطه
۲۴۵	فصل یازدهم - رفتارهای حمایتگر اجتماعی: چرا مردم کمک می‌کنند.....
۲۴۶	○ انگیزه‌های اصلی در رفتارهای حمایتگر: چرا مردم کمک می‌کنند؟
۲۴۷	روانشناسی تکامل: گزینه‌ها و ژن‌ها
۲۴۷	انتخاب خویشان
۲۴۸	هنجار رابطه متقابل
۲۴۹	آموختن هنجارهای اجتماعی
۲۴۹	مبادلهٔ اجتماعی: هزینه و پاداش کمک
۲۵۲	همدلی و یگانگی و از خود گذشتگی: انگیزه‌های خالص برای کمک
۲۵۴	○ نقش عوامل شخصیتی در رفتارهای حمایتگر: چرا بعضی افراد بیش از دیگران کمک می‌کنند؟
۲۵۴	تفاوت‌های فردی: شخصیت ایثارگر
۲۵۴	القاء ایثار به وسیله پاداش‌ها و نمونه‌ها
۲۵۵	آیا شخصیت و ویژگی فردی تمام داستان است؟
۲۵۶	تفاوت‌های جنسی در رفتارهای ایثارگرانه
۲۵۷	تفاوت‌های فرهنگی در رفتارهای ایثارگرانه
۲۵۸	تأثیر خلق و خو در رفتارهای امدادگرانه
۲۵۸	تأثیر خلق و خوی مساعد: احساس خوب، عمل خوب
۲۵۹	تسکین احساسات منفی: احساس بد، عمل خوب
۲۶۰	○ نقش عوامل موقعیتی در رفتارهای امدادگرانه: چه موقع افراد به دیگران کمک می‌کنند؟
۲۶۰	تفاوت محیط شهر و روستا
۲۶۱	تعداد ناظران: تأثیر ناظر
۲۶۳	توجه به یک ماجرا
۲۶۳	تفسیر یک واقعه به عنوان شرایط اضطراری
۲۶۴	به عهده گرفتن مسئولیت
۲۶۴	چگونه کمک کردن
۲۶۵	تصمیم به تحقق کمک

۲۱۳	روند ائتلاف
۲۱۳	عدم تقسیم اطلاعات منحصر به فرد
۲۱۳	فکر گروهی: چند سر و یک تفکر
۲۱۴	قطبی شدن گروه
۲۱۵	تنوری ارزش فرهنگ
۲۱۵	تقابل و همکاری
۲۱۵	سردرگمی‌های اجتماعی
۲۱۸	استفاده از تهدید برای حل مناقشات
۲۱۸	تأثیر ارتباط: صحبت و چانه‌زنی
۲۲۱	فصل دهم - جذابیت میان فردی: از تأثیر اولیه تا روابط نزدیک.....
۲۲۲	○ مقدمات اولیه جاذبه و کشش
۲۲۲	تأثیر مجاورت و نزدیکی
۲۲۴	شباهت
۲۲۴	علاقه متقابل
۲۲۵	نقش عزت نفس در علاقه متقابل
۲۲۶	تأثیر جذابیت فیزیکی در میزان علاقه‌مندی
۲۲۶	نقش فرهنگ در استانداردهای زیبایی
۲۲۸	مفروضاتی دربارهٔ افراد جذاب
۲۲۹	جمع‌آوری دوباره منشاء جذابیت
۲۳۰	تنوری‌های کشش بین افراد: مبادلهٔ اجتماعی و برابری
۲۳۰	تنوری مبادلهٔ اجتماعی
۲۳۱	تنوری تساوی
۲۳۲	○ روابط نزدیک
۲۳۲	تعریف عشق
۲۳۳	ترحم و شفقت در مقابل عشق پر شور
۲۳۳	تنوری مثلث عشق
۲۳۴	شیوه‌های عشق
۲۳۵	نقش فرهنگ در تعریف عشق
۲۳۷	○ دلایل عشق
۲۳۷	مبادله اجتماعی در روابط بلند مدت
۲۳۸	نقش عدالت در روابط بلند مدت

۲۹۲	تلافی در مقابل خودآگاهی
۲۹۳	آرام کردن خشم از طریق عذرخواهی
۲۹۳	نمونه‌های رفتاری غیرخشن
۲۹۴	آموزش ارتباطات و مهارت در حل مشکلات
۲۹۴	ایجاد یگانگی و همدلی
۲۹۷	فصل سیزدهم - تعصب: علل و راهکارها
۲۹۸	○ تعصب: پدیده فراگیر اجتماعی
۳۰۱	○ تعریف تعصب، کلیشه و تبعیض
۳۰۱	تعصب: عنصر عاطفی
۳۰۱	کلیشه‌ها: عنصر شناختی تعصب
۳۰۲	کلیشه‌ها: ویژگی و جنس
۳۰۳	تبعیض: عنصر رفتاری تعصب
۳۰۴	○ علت تعصب چیست؟
۳۰۵	نحوه تفکر ما: شناخت اجتماعی
۳۰۵	گروه بندی اجتماعی: " ما " در قبال " آنها "
۳۰۷	شکست منطق
۳۰۸	فعال‌سازی کلیشه‌ها
۳۱۰	همبستگی موهوم
۳۱۱	تغییر باورهای کلیشه‌ای
۳۱۲	تحلیل خصوصیات توأم با پیش داوری
۳۱۲	ظهور دوباره نژاد پرستی
۳۱۳	انتظارات و تحریف‌ها
۳۱۳	سرزنش قربانی
۳۱۴	رسالت رضایت از خویش
۳۱۵	نحوه تخصیص منابع: تئوری واقعگرایی تعارض
۳۱۵	رقابت سیاسی و اقتصادی
۳۱۶	نقش سپر بلا
۳۱۷	نحوه تطبیق و سازگاری ما: قوانین هنجار
۳۱۷	تئوری آموزش اجتماعی
۳۱۸	نژاد پرستی مدرن
۳۱۸	○ چگونه تعصبات کاهش می‌یابند

۲۶۵	طبیعت رابطه: ارتباط اشتراکی در مقابل ارتباط مبادله‌ای
۲۶۶	○ چگونه کمک به دیگری افزایش می‌یابد
۲۶۹	فصل دوازدهم - خشونت: چرا به دیگران صدمه می‌زنیم
۲۷۰	○ خشونت چیست؟
۲۷۰	آیا خشونت فطری است یا اکتسابی؟
۲۷۱	سیستم پرورش خشونت در موجود زنده
۲۷۲	خشونت و فرهنگ‌ها
۲۷۳	خشونت در بین قبایل سرخپوست
۲۷۳	خشونت در قلب جنوب
۲۷۴	○ دلایل موقعیتی خشونت
۲۷۴	عوامل عصبی و شیمیایی در خشونت
۲۷۴	تستسترون
۲۷۵	الکل
۲۷۶	درد و اندوه به عنوان دو عامل خشونت
۲۷۷	تأثیر ناکامی در خشونت
۲۷۸	عوامل دیگر تأثیر گذار در خشونت
۲۷۸	تحریک و وادار شدن به خشونت
۲۷۹	موضوعات خشونت‌آمیز به عنوان دلیل رفتارهای خشن
۲۷۹	رابطه تقلید و خشونت
۲۸۰	تأثیر تماشای خشونت از رسانه‌ها
۲۸۰	تأثیر خشونت رسانه‌ای بر کودکان
۲۸۲	تأثیر پذیری بزرگسالان
۲۸۳	تأثیر کرخ‌کننده برنامه‌های خشن تلویزیونی
۲۸۴	چرا خشونت رسانه‌ها در بیننده‌های آن تأثیر دارد؟
۲۸۴	پورنوگرافی و خشونت علیه زنان
۲۸۶	○ چگونه می‌توان خشونت را کاهش داد
۲۸۶	آیا با تنبیه فرد خشن می‌توان خشونت را کاهش داد؟
۲۸۸	پالایش و خشونت
۲۸۹	اعمال خشونت‌آمیز و نتایج بعدی آن
۲۹۰	سرزنش قربانی خشونت
۲۹۲	با خشم خود چگونه برخورد کنیم؟

۳۱۹.....	فرضیه تماس
۳۲۰.....	چه وقت تماس باعث کاهش تعصب می‌شود: حالات شش گانه
۳۲۳.....	بخش دوم روانشناسی اجتماعی در عمل
۳۲۵.....	فصل اول - رابطه روانشناسی اجتماعی و سلامتی
۳۲۶.....	○ استرس و سلامتی انسان
۳۲۷.....	تأثیر وقایع منفی در زندگی
۳۲۸.....	استرس مشهود و سلامتی
۳۳۰.....	مسئولیت احساسات: اهمیت کنترل مشهود
۳۳۲.....	شناخت توانایی: کارآئی فردی
۳۳۲.....	توضیح وقایعی منفی: درماندگی اکتسابی
۳۳۴.....	○ غلبه بر استرس
۳۳۴.....	شخصیت و طریقه غلبه بر استرس
۳۳۵.....	رازگویی: اعتماد به دیگران
۳۳۶.....	حمایت اجتماعی: کمک گرفتن از دیگران
۳۳۸.....	○ پیشگیری: پیشرفت عاداتهای منجر به تندرستی
۳۳۸.....	شکل پیام: تأکید بر مثبت‌ها
۳۳۸.....	تغییر رفتارهای اجتماعی مربوط به سلامتی: استفاده از تئوری ناهماهنگی
۳۴۱.....	فصل دوم - رابطه روانشناسی اجتماعی و محیط زیست
۳۴۲.....	○ محیط زیست به عنوان منبع استرس زا
۳۴۳.....	عامل صدا به عنوان منبع استرس
۳۴۵.....	جمعیت به عنوان منبع استرس
۳۴۶.....	ازدحام و کنترل مشهود
۳۴۷.....	ازدحام و ویژگیها
۳۴۷.....	ازدحام و اشباع حسی
۳۴۸.....	○ استفاده از علم روانشناسی اجتماعی برای تغییر رفتارهای مخرب محیط زیست
۳۴۸.....	حل معضلات اجتماعی
۳۴۹.....	حفاظت از آب
۳۵۰.....	نگهداری و حفظ انرژی
۳۵۱.....	کاهش زباله
۳۵۲.....	بازیافت زباله

مقدمه

کتاب روانشناسی اجتماعی تألیف آرونس، ویلسن و آکرت کتاب جامعی است در مسائل روانشناسی اجتماعی و روابط متقابل جامعه و فرد. این کتاب بر اساس روش‌های پژوهشی نوشته شده و در فصل دوم روش‌های تحقیق مورد استفاده روانشناسان اجتماعی توصیف و تبیین شده است. این کتاب سپس در فصول سوم و چهارم می‌پردازد به رابطه فکری و ادراکی فرد که نشان می‌دهد چگونه ما درباره اجتماع خود و انسان‌های مرتبط با ما به تفکر و ادراک می‌پردازیم. در فصل پنجم به نحوه‌ی شناخت خود در بستر جامعه توجه دارد و اینکه در این ارتباط چگونه به خودشناسی می‌رسیم. در فصل ششم شناخت هویت خود و تأیید آن از طریق تعامل و تضاد با جامعه و به دانشی که از این طریق در مورد خود می‌رسیم می‌پردازد و نیز چگونه خود را در این ارتباط می‌پذیریم و عزت نفس خود را به چه نحو تقویت می‌کنیم. در فصل هفتم به مبحث جامعه‌شناسی بازخوردها و چگونگی تشکیل و تغییر آن توجه دارد و اینکه بازخوردها به چه نحو و از چه طریقی بر افکار و عواطف ما تأثیر می‌گذارد. در فصل هشتم سازگاری با اجتماع و هم‌رنگ جماعت شدن را مطرح می‌کند و چگونگی تأثیر آن بر رفتار انسان را توصیف و تبیین می‌کند. در فصل نهم فرایند شکل و تکامل گروه‌ها و چگونگی تأثیر آنها بر فرد را مطرح می‌کند. در فصل دهم ارتباطات بین فردی و دلایل جذابیت انسان‌ها نسبت به یکدیگر از برخورد اولیه تا برقراری روابط نزدیک مطرح می‌شود. در فصل‌های یازده، دوازده و سیزده چگونگی همیاری اجتماعی آسیب‌های بین فرد و جامعه پیش‌دآوری‌های انسان‌ها نسبت به یکدیگر و دلایل به وجود آمدن آنها مطرح می‌شود. ضمناً کاربرد روانشناسی در مبحث سلامتی و جامعه نیز مورد توجه قرار می‌گیرد.

در مجموع کتاب روانشناسی اجتماعی برای مطالعه دانشجویان دوره کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه می‌تواند مفید باشد.

دکتر سعید شاملو

فصل اول

مقدمه‌ای بر روانشناسی اجتماعی

وظیفه علم روانشناسی اجتماعی عبارتست از: درک و پیش بینی رفتارهای بشر. روانشناسان این مهم را با روشهای مختلف انجام می‌دهند و هدف ما این است که در این کتاب شما را با این روشها آشنا کنیم. رفتارهای بشر گاه بسیار مهم است و گاه ناچیز و در مواقعی ترسناک. برای یک روانشناس، همه این رفتارها به یکسان جالب و مورد توجه است. امیدواریم بعد از خواندن این کتاب، نظر شما نیز به این رفتارها جلب شود. باید سعی کنیم بعد از خواندن این مثالها، درباره علت و چگونگی این حوادث به تفکر پردازیم.

مثال اول: اوائل غروب یکی از روزهای ماه ژوئن ۱۹۸۱ اهالی شهرکی در لوس آنجلس، صدای فریاد التماس زنی را شنیدند که از خانه‌ای زرد رنگ بگوش می‌رسید. آن زن فریاد می‌زد "خواهش می‌کنم، مرا نکش". همسایه‌ها حتی فریاد ناشی از شکنجه زن را می‌شنیدند، اما هیچ یک از آنها کوچکترین اقدامی برای کمک به این زن انجام ندادند. حتی کسی به پلیس هم تلفن نکرد. تنها همسایه‌ای که به فاصله دو منزل از آن زن بیچاره زندگی می‌کرد، به بالکن رفته و وقتی فریاد زن شدیدتر می‌شود به خانه خود باز می‌گردد. دوازده ساعت بعد، فردی آشنا به آن خانه زرد می‌رود و با چهار جسد که بصورت وحشیانه‌ای مثله شده بودند روبرو می‌شود. نفر پنجم نیز به شدت مجروح گشته و در این دوازده ساعت خون شدیدی از او رفته بود. این فرد در این انتظار بیهوده به سر می‌برد که تنها یکی از همسایه‌ها انگشت خود را در شماره‌گیر تلفن بچرخاند و به پلیس اطلاع دهد. (نقل از نیویورک تایمز سوم ژوئن ۱۹۸۱) حال فکر می‌کنید چرا همسایه‌ها این گونه بی تفاوت بودند. اصولاً این‌ها چگونه افرادی هستند؟