



شورای سیاست‌گذاری حوزه‌های علمیه خاوران

مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران

معاونت پژوهش

عنوان:

بررسی تطبیقی نقش خود آگاهی در سلامت

روان از منظر قرآن و روان شناسی

استاد راهنما:

جناب آقای عشریه

نگارنده:

مهناز هاتفی

سال تدوین:

۱۳۹۹



تحمیده:

سپاس خدائی را سزا است که از نشانه های سلطنت و بزرگی بزرگواری خود شگفتی های قدرت و توانائیش را آشکار ساخت، و کاسه چشمها را حیران و مبهوت نمود، و اندیشه هائی که در مردم خطور می نماید از شناختن حقیقت صفت خویش باز داشت.

سپاس خدای را بر آنچه از وجود مبارکش به ما شناسانده، و بر آنچه از شکرش به ما الهام فرموده، و بر آن درهای دانش که به پروردگارش بر ما گشوده، و براخلاص ورزی در که با آن در حلقه سپاسگزاران از بندگانش زندگی بگذرانیم، و با آن بر هر که به خشنودی و بخشایش او پیشی بسته گیریم.

خدایا! امید به تو بستم تا راهنما باشی به اندوخته های آمرزش و گنجینه های بخشایش! خدایا! این بنده توست که در پیشگاهت برپاست، یگانه ات می خواند و یگانگی خاص تو راست. جز تو کسی را نمی بیند که سزای این ستایش هاست. مرا به درگاه تو نیازی است که آن نیاز را جز فضل تو به بی نیازی نرساند، و آن درویشی را جز عطا و بخشش تو به توانگری مبدل نگرداند انسان، نیازمند نیایش است تا خدای خود را بیابد که در این صورت خود را می یابد و زمینه شکوفایی استعدادهایش فراهم می گردد.

تقدیمی کوچک و بضاعتی مزجات به محضر:

• آسمان (تعالی اسمہ)، بلندای رفیعش و مہربانی بی‌مانندش

• حضرت باران (سلام‌الله علیہا) و پدر و بعل و خاندانش

• حضرت عشق (علیہ‌السلام) و برادر و یاران باوفایش

• حضرت بہار (عجل‌الله فرجہ) و ظہور با طراوتش

• حضرت روح‌خدا (رحمہ‌الله علیہ) و شہدایش

• حضرت نائب (حفظہ‌الله) و سربازانش

تقدیر و تشکر

خداوند منان را شاکرم که رساله پیش رو با تمامی سختی ها و مشکلاتش به پایان رسید. در این بین بر خود لازم می دانم تا از استاد راهنمای خود جناب آقای دکتر عشریه که با راهنمایی های عالمانه بنده را یاری فرمودند کمال امتنان را داشته باشم. و همچنین از کلیه دوستان و مسئولین مرکز تخصصی زینبیه (سلام الله علیها)، خصوصا از مدیر محترم مدرسه سرکار خانم دکتر حبیبی و معاونت محترم پژوهش سرکار خانم فرزانه کمال تشکر و قدردانی را دارم.

چکیده

- ۳۸- سیاسی، علی اکبر، نظریه های شخصیت، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۶۷
- ۳۹- سایپینگتون، آتورا، بهداشت روانی، ترجمه حمیدرضا شاهی، تهران، انتشارات روان، چاپ اول، ۱۳۷۹.
- ۴۰- شارف، ریچارد اس، نظریه های روان درمانی و مشاوره، مهرداد فیروز بخت، تهران، رسا، ۱۳۸۱
- ۴۱- دشتی محمد، نهج البلاغه، قم، مشهور، ۱۳۷۹
- ۴۲- شریعتمداری، علی، روان شناسی تربیتی، اصفهان، مشعل، ۱۳۷۴
- ۴۳- شعاری نژاد، علی اکبر، روان شناسی عمومی، تهران، توس، ۱۳۶۴
- ۴۴- شفیع آبادی، عبدالله، نظریه های مشاوره و روان درمانی، تهران، مرکز نشر دانشگاهی، ۱۳۷۸
- ۴۵- شفر، مارتین، فشار روانی، پروین بلورچی، تهران، پازنگ، ۱۹۸۲
- ۴۶- شاملو، سعید، بهداشت روانی، تهران، رشد، ۱۳۷۴
- ۴۷- شکوهی، مسعود، آشنایی با مهارت های زندگی از دیدگاه اسلام، قم، انتشارات دفتر عقل، ۱۳۸۸
- ۴۸- شاه محمدی خدیجه و همکاران، « نقش خودشناسی در تنیدگی، سبک های دفاعی و سلامت جسمانی»، ۴۹- نشریه روان شناسی تحولی (روان شناسان ایرانی)، دوره سوم، شماره ۱۰، ۱۳۸۵،
- ۵۰- شولتز، دوان، روان شناس کمال: الگوهای شخصیت سالم، ترجمه، گیتی خوشدل، تهران، نشر پیکان، ۱۳۸۲
- ۵۱- صداقت، محمد عارف، مهارت های زندگی، قم، مهر امیرالمومنین، ۱۳۸۲
- ۵۲- طباطبایی سید محمد حسین، رساله الولایه، موسسه اهل بیت (علیه السلام)، قم، ۱۳۶۰.
- ۵۳- طباطبایی سید محمد حسین، تفسیر المیزان، ج ۶، صص ۱۹۴ - ۱۷۸؛ نیز ر. ک: شیعه در اسلام، ظهور شیعه، بررسی های اسلامی، مجموعه مقالات

- ۵۴- علوی سید محمد کاظم ، دو فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات فهم حدیث، سال سوم شماره دو ، ۱۳۹۶
- ۵۵- فرام، اریک، هنر عشق ورزیدن، پوری سلطانی، تهران، انتشارات مروارید، ۱۳۶۲
- ۵۶- فروید زیگموند ، فراموشکاری، مترجم: حسن اکبریان طبری، کتابسرای تندیس، ۱۳۹۰
- ۵۷- فرانکل ویکتور ای ، انسان در جستجوی معنا، مترجم: حسینعلی میرشاهی، چاپ اول، انتشارات پر، ۱۳۹۸
- ۵۸- فراهانی محمدتقی ، کرمی نوری رضا ، روان شناسی، تهران: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، چاپ هفتم، ۱۳۹۳
- ۵۹- کریمی، یوسف، روان شناسی شخصیت، تهران، نشر ویرایش، ۱۳۷۴
- ۶۰- (کاپلان و سادوک، خلاصه روانپزشکی، نصرت اله پور افکاری، چاپ اول، تهران، آینده سازان، ۱۳۷۶
- ۶۱- کدیور، پروین، روان شناسی تربیتی، تهران، سمت، ۱۳۷۹.
- ۶۲- کرمانی ، سامی بهداشت روانی، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۵۴
- ۶۳- گلמן، دانیل، هوش هیجانی، نسرین پارسا، تهران، رشد، ۱۳۸۲
- ۶۴- گنجی، حمزه بهداشت روانی، چاپ ۱۵، تهران، ارسباران، ۱۳۹۳
- ۶۵- لطافتی بریس، رامین خودآگاهان سالمترند، رشد آموزش مشور مدرسه ، شماره ۱۸، ۱۳۸۸
- ۶۶- لوئیس معلوف و دیگران، فرهنگ بزرگ جامع نوین، احمد سیاح، تهران، ناشر اسلام، چاپ هفتم، ۱۳۸۷
- ۶۷- مان، نرمان. ل.، اصول روان شناسی، مسعود ساعتچی، تهران، امیر کبیر، ۱۳۷۲
- ۶۸- مزلو، ابراهام، انگیزش و شخصیت، ترجمه احمد رضوانی، مشهد، آستان قدس رضوی، ۱۳۶۷.
- ۶۹- میلانی فر بهروز ، بهداشت روانی، چاپ ۶، تهران، قومس، ۱۳۷۶.

- ۷۰- ملکian مصطفی ، ، راهی به رهایی، مؤسسه پژوهش نگاه معاصر، چاپ اول، ۱۳۸۱
- ۷۱- مصباح یزدی، محمدتقی، خودشناسی و خودسازی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)،
- ۷۲- میننگز، کارل ، اعجاز روانکاوی، مترجم مشفق همدانی، ناشر: صفی علیشاه، چاپ اول، ۱۳۴۴،
- ۷۳- مکارم شیرازی، ناصر و دیگران، تفسیر نمونه، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۵۳
- ۷۴- مک گرا، فیلیپ، مهارت های زندگی، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران، نشر پیکان، ۱۳۸۰
- ۷۵- معین، محمد، فرهنگ معین، انتشارات زرین، تهران، چاپ سوم، ۱۳۸۶،
- ۷۶- مینو چین، خانواده و خانواده درمانی، امیرکبیر، تهران، ش ۳۹، ۱۳۸۰
- ۷۷- مطهری، مرتضی، مقدمه ای بر جهان بیی اسلامی (انسان در قرآن)، قم، دفتر انتشارات، چاپ شانزدهم، ۱۳۷۸
- ۷۸- میبدی، رشیدالدین احمد بن ابی سعد، کشف الاسرار و عده الابرار، تحقیق: علی اصغر حکمت، تهران، امیر کبیر ، چاپ پنجم، ۱۳۷۱
- ۷۹- میزیاک، هنریک، تاریخچه مکاتب روان شناسی، احمد رضوانی، تهران، آستان قدس رضوی، چاپ دوم، ۱۳۷۶
- ۸۰- نجاتی، محمد عثمان، قرآن و روان شناسی، مترجم: عباس عرب، چاپ نهم، آستان قدس رضوی، ۱۳۹۱

ب) عربی

- ۸۱- قرآن کریم، ترجمه بهاءالدین خرمشاهی، تهران، نشر نیلوفر، ۱۳۷۴
- ۸۲- نهج البلاغه، ترجمه محمد جعفر امامی و محمدرضا آشتیانی، قم، مدرسه امیرالمومنین، ۱۳۷۵

- ۸۳- ابوالفتوح رازی، حسین بن علی، روز الجنان و روح الجنان فی تفسیر القرآن، محمد جعفر یاحقی و همکاران، پژوهش های آستان قدس رضوی، ۱۴۰۸
- ۸۴- بن عربی، محی الدین، الرسالة وجودیه، عاصم الکیالی، بیروت، دارالکتب العلمیه، ۲۰۰۴ م.
- ۸۵- ابن ابی الحدید، عبدالحمید بن هبه الله، شرح نهج البلاغه، غلامرضا لایق، جلد ۷، چاپ اول، تهران، نشر نیستان، ۱۳۹۰
- ۸۶- لعک، خالد عبدالرحمن، آداب الحیات الزوجیه، بیروت، دارالمعرفه، چاپ اول، ۱۹۹۸
- ۸۷- الخوری شرتونی، سعید، اقرب الموارد، نشر دارالاسوه، جلد چهارم، تهران، چاپ سوم، ۱۳۹۲، ص ۶۵۰
- ۸۸- زمخشری، محمود بن عمر، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، بیروت، دارالکتب القری، ۱۴۰۷ ق.
- ۸۹- سیوطی، جلال الدین، الدرالمثور، قم، نشر مکتب آیت الله مرعشی النجفی ۱۴۰۴ ق.
- ۹۰- طبرسی، ابونصر حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، قم، منشورات الرضی، ۱۹۷۲ م.
- ۹۱- طریحی -فخرالین ابن محمد، مجمع البحرین، نجم الممالک، ناشر اسلامی، جلد دوم، تهران، چاپ سوم، ۱۳۸۰،
- ۹۲- عبدالواحد بن محمد آمدی، شرح غررالحکم و دررالحکم، محمد بن حسین خوانساری، ج ۲، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۶۶،
- ۹۳- کلینی محمد بن یعقوب، الاصول من الکافی، ترجمه سید جواد مصطفوی، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۶۵ ش
- ۹۴- مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، بیروت، موسسه الوفاء، ۱۹۸۳ م.
- ۹۵- علی اکبر سیاسی، علم النفس، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۹۷
- سایر:

۹۶- یوریچ ناتاشا، خود آگاهی و روش های موفقیت آن 98/5/16. u can

۹۷- مجموعه مقالات اسلام و بهداشت روان، دفتر نشر معارف، چ ۱، ۲ مجلد، ۱۳۸۲

۹۸- الهامی، داوود، «اخلاق و عرفان (خودشناسی)»، در: مجله فلسفه، کلام و عرفان: درس‌هایی از مکتب اسلام، ش ۴، ۱۳۷۷

۹۹- ابوالهری، جعفر و دیگران، نهج البلاغه و بهداشت روان، تهران، نشر دانش، ۱۳۸۶

۱۰۰- حسینی، سید حسن، نگاهی اجمالی به مبانی و فلسفه بهداشت روان در اسلام، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، دوره ۱۵، ۱۳۷۸

۱۰۱- حسینی، سید علی اکبر، ملاحظاتی پیرامون روان شناسی، بهداشت روانی و روان درمانی از دیدگاه اسلام، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، دوره چهارم، ۱۳۷۶

۱۰۲- زارعی، زهره، مقاله سلامت روان از دیدگاه اسلام و اندیشمندان اسلامی، سایت ویکی پدیا، ۱۳۸۹

۱۰۳- فصلنامه اندیشه و رفتار، ش ۱-۲، پائیز ۱۳۷۴ش، ص ۸.

۱۰۴- فصل نامه اندیشه، رفتار، مجله روان پزشکی و روان شناسی بالینی، سال سوم، تابستان و پاییز ۱۳۷۶.

۱۰۵- کوهستانی، منصور، مهارت های زندگی، ج ۲، تهران، انتشارات جیحون، ۱۳۸۷.