

عنوان مقاله:

افسردگی

محل انتشار:

مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره 3، شماره 24 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

نویسنده:

مژگان اعظمی - کارشناس ارشد روانشناس بالینی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ایلام، ایران

خلاصه مقاله:

افسردگی رایجترین اختلال روانی در بین انسانها است و اخیرا بهشدت رو به افزایش است. اگر شما بعد از سال ۱۹۷۰ متولدشده باشید ۱۰ برابر بیشتر از پدربزرگ و مادر بزرگتان احتمال دارد که به افسردگی مبتلا شوید اگر اکنون نوجوان باشید خطر اینکه سال بعد افسرده شوید هرگز بیشتر نبوده است افسردگی سرماخوردگی بیماری روانی است تقریباً همه افراد حداقل به صورت خفیف احساس افسردگی کردهاند احساس دمغی، بی حوصلگی، غمگینی ناامیدی، دلسردی و ناخشنودی همگی تجربیات رایج افسردگی هستند ولی آشنایی با این حالت ها موجب آگاهی و شناخت نمی شود زیرا فقط ظرف ۳۰ سال اخیر پیشرفت های فراوانی در زمینه شناخت این بیماری صورت گرفته است. سلیگمن معتقد است که افسردگی عبارت است از باور شخص به اینکه درمانده است و هیچ کاری نمی تواند انجام دهد تا از بدبختی های زندگی رها شود. بسیاری از افرادی که نسبت به زندگی و به نوع بشر بدبین هستند، بیدلیل خشمگین و پرخاشگرند، زندگی را پوچ و بی هدف می شمارند و گاه برای اثبات نظرگاه خود به توجیهاات شبه علمی و فلسفی متوسل میشوند، ممکن است به افسردگی ضعیف و شبه فرمی مبتلا باشند که جنبه هایی از شخصیت آنان را تحت تاثیر قرار داده است

کلمات کلیدی:

اختلال روانی، افسردگی، خشمگین و پرخاشگری، غمگینی ناامیدی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1501484>

