

عنوان مقاله:

روانشناسی مثبت و شاد اندیشی

محل انتشار:

نهمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

زلیخا ناصری

محفوظه رئیسی ماکینانی

کبری رئیسی ماکینانی

فاطمه رئیسی ماکینانی

خلاصه مقاله:

روانشناسی مثبت شاخه ای جدید در علم روانشناسی است که در سال ۲۰۰۰ توسط پروفسور مارتین سلیگمن رئیس وقت انجمن روانشناسی آمریکا بنیانگذاری شد. تعریف روانشناسی مثبت شرایط و فرآیندهایی که در شکوفایی و کارکرد بهینه افراد، گروه ها و نمادها شرکت دارند و این روانشناسی مثبت را علم مکالمه شکوفایی انسان می دانند. روانشناسی مثبت چیزی بیش تر از مکالمه علمی توانایی ها و فضیلت های یک انسان معمولی نیست. مباحث مربوط به شادکامی و هیجان های مثبت از زمان های دور مطرح بوده اند، اما روانشناسی مثبت گرا به عنوان یک نام مستقل از روانشناسی تاریخچه کوتاهی دارد. قبل از جنگ جهانی دوم روانشناسی آمریکا سه هدف عمده را دنبال می کرد: درمان بیماری های روانی، کمک به مردم برای داشتن یک زندگی مثمر ثمر و ارضاء کننده، و در نهایت کشف کردن و پرورش دادن. استعدادهای برتر این تمرکز اولیه بر روی روانشناسی مثبت گرا در کارهای افرادی چون مطالعات ترمن بر روی نبوغ و شادکامی زناشویی هزاران روانشناس دریافتند که درباره اینکه چگونه زندگی افراد بدون کژکاری روانی را بهبود بخشند چیز بسیار کمی می دانند از سوی دیگر آن ها نمی دانستند چه چیز آن ها را بخشنده، مهربان، خشنود، درگیر، هدفمند و با استعداد می کند. بنابراین مارتین سلیگمن در سال ۱۹۹۸ به ریاست انجمن روانشناسی آمریکا رسید همه چیز مهیا معرفی روانشناسی مثبت گرا به عنوان یک شاخه جدید و رسمی در روانشناسی است.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1641398>

