



# ProjectCenter

www.ProjectCenter.ir

📷 | @projehcenter

➔ | @projehcenter\_ir

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## فهرست مطالب

موضوع	صفحه
فصل اول : چارچوب کلی پژوهش	۱
۱-۱ مقدمه	۲
۲-۱ بیان مسأله پژوهش	۶
۳-۱ اهمیت نظری و عملی پژوهش	۸
۴-۱ اهداف پژوهش	۱۲
سئوال ها و فرضیه های پژوهش	۱۴
سئوال های پژوهش	۱۴
فرضیه های اصلی پژوهش	۱۵
فرضیه های فرعی	۱۵
۶-۱ متغیرهای پژوهش	۱۶
۷-۱ تعریف متغیرها و اصطلاحات	۱۶
تعریف نظری و عملیاتی افسردگی:	۱۶
تعریف نظری و عملیاتی افسردگی	۱۷
تعاریف نظری و عملیاتی سبک حل مساله	۱۷
فصل دوم	۱۹
ادبیات و پیشینه پژوهش	۱۹
مقدمه :	۲۰
علایم افسردگی و سبک های آن	۲۲

- الف - نظریه های شناختی افسردگی : ..... ۲۴
- ۱- نظریه بک و تحریف های شناختی ..... ۲۶
- تصویر ۲-۲ - مدل شناختی افسردگی ( به نقل از فنل) ..... ۳۱
- ۲ - فرضیه اسنادی درماندگی آموخته شده ..... ۳۱
- ۳ - نظریه ناامیدی افسردگی ..... ۳۴
- تصویر ۳-۲- زنجیره علی معین در نظریه ناامیدی افسردگی - علل کافی - علل جانبی )  
 مبینی , ۱۳۷۶) .v,knN1gh ..... ۳۷
- ۴ - نظریه سبک تمرکز بر خود افسرده ساز ..... ۳۷
- ۵ - فرضیه پردازش شناختی مارتین ..... ۴۳
- ب- نظریه های رفتاری در افسردگی ..... ۴۴
- ۱- نظریه رفتاری تقویت مثبت فرستر ..... ۴۵
- ۲- نظریه رفتار بین فردی لونیسون ..... ۴۶
- ۳ - نظریه رفتاری خود نظم بخشی کانفر ..... ۴۷
- سبک حل مسأله : ..... ۴۹
- ساختار شناختی حل مسأله ..... ۵۶
- حل مساله و مؤلفه های فراشناختی ..... ۶۰
- حل مسئله / تصمیم گیری ..... ۶۲
- پیشینه مقابله : ..... ۶۵
- نظریه مقابله ..... ۶۷
- سبک های مقابله , تعاریف , طبقه بندی ..... ۷۰
- طبقه بندی شیو های مقابله : ..... ۷۲

- منابع حمایتی مقابله: ..... ۷۵
- ادراک استرس در الگوی تبادلی ..... ۷۸
- تصویر ۷-۲: ادراک استرس در الگوی تبادلی ( ساترلند و کوپر, ۱۹۹۰, ص ۱۸) ..... ۸۱
- افسردگی / سبک حل مساله ..... ۸۱
- حل مسأله / عزت نفس / منبع کنترل ..... ۹۲
- استرس / عزت نفس / منبع کنترل ..... ۹۶
- استرس / افسردگی / حمایت اجتماعی ..... ۹۸
- پیشینه مطالعاتی ..... ۱۰۴
- پژوهشهای انجام شده در داخل کشور: ..... ۱۰۴
- پژوهشهای انجام شده در خارج از کشور: ..... ۱۱۲
- فصل سوم: روش پژوهش ..... ۱۲۰
- ۱-۳ طرح پژوهش ..... ۱۲۰
- ۲-۳ جامعه آماری ..... ۱۲۰
- ۳-۳ روش نمونه برداری و حجم نمونه ..... ۱۲۰
- ۴-۳ ابزارهای پژوهش ..... ۱۲۰
- ۱-۴-۳ مقیاس سبک حل مساله ..... ۱۲۰
- ۲-۴-۳ پرسشنامه افسردگی بک BDI ..... ۱۲۰
- ۳-۴-۳ خودسنجی افسردگی ..... ۱۲۰
- ۵-۳ روش اجرا ..... ۱۲۰
- ۶-۳ روش تجزیه و تحلیل داده ها ..... ۱۲۰
- فصل سوم: روش پژوهش ..... ۱۲۱

۱۲۱	..... ۱-۳ طرح پژوهش
۱۲۱	..... ۲-۳ جامعه آماری
۱۲۲	..... ۳-۶ روش نمونه برداری و حجم نمونه
۱۲۳	..... ۳-۴ ابزارهای پژوهش
۱۲۳	..... ۳-۴-۱ پرسشنامه سبک حل مسأله :
۱۳۷	..... ۳-۵ روش اجرای پژوهش
۱۳۸	..... ۳-۶ روش تجزیه و تحلیل داده ها
۱۳۹	..... فصل چهارم
۱۳۹	..... تجزیه و تحلیل آماری
۱۴۰	..... مقدمه
۱۵۶	..... فصل پنجم
۱۵۶	..... خلاصه پژوهش
۱۵۷	..... بحث و نتیجه گیری
۱۶۰	..... تجزیه و تحلیل نتایج :
۱۶۰	..... فرضیه ۱ - سبک حل مساله دانشجویان افسرده متفاوت از دانشجویان بهنجار است.
	..... فرضیه ۲ - سبک حل مساله دانشجویان دختر افسرده متفاوت از دانشجویان پسر افسرده
۱۶۳	..... است.
	..... فرض فرعی ۱ - عامل درماندگی در سبک حل مساله دانشجویان افسرده در مقایسه با
۱۶۶	..... دانشجویان بهنجار بیشتر است.
	..... فرض فرعی ۲ - منبع کنترل دانشجویان در حل مساله متفاوت از دانشجویان بهنجار است.
۱۶۷	.....

- فرض فرعی ۳ - اعتماد به نفس دانشجویان افسرده در حل مساله کمتر از دانشجویان  
 بهنجار است. ۱۶۸.....
- فرض فرعی ۴ : تنوع و تعدد راه حل های دانشجویان افسرده در حل مساله کمتر از  
 دانشجویان بهنجار است. ۱۷۰.....
- فرض فرعی ۵ - سبک گرایش - اجتناب دانشجویان افسرده در حل مساله متفاوت از  
 دانشجویان بهنجار است. ۱۷۲.....
- بحث و نتیجه گیری : ۱۷۴.....
- محدودیت های پژوهش ۱۷۸.....
- بارزترین محدودیت های پژوهش حاضر از این قرار می باشند: ۱۷۸.....
- پیشنهادها ۱۷۹.....
- الف - پیشنهاد برای مؤسسات ، نهادها و مراکز آموزشی ، پژوهشی و درمانی ۱۷۹.....
- ب - پیشنهاد به پژوهشگران ۱۸۱.....
- منابع فارسی ۱۸۳.....

## فهرست جداول

موضوع	صفحه
جدول ۱-۳ - ضریب آلفای کرنباخ و میانگین همبستگی درونی آیتم ها برای زیر مقیاس های سبک حل مسأله در دو مطالعه ( کسیدی و لانگ , ۱۹۹۶) .	۱۲۶.....
جدول ۲-۳ - ضرایب همبستگی پیرسون ( تصحیح شده ) بین عوامل شیوه حل مساله و ابعاد عاطفی ( که با استفاده از MAACL مورد سنجش قرار گرفتند ) .	۱۲۸ .....
جدول ۳-۳ ضرایب آلفای کرنباخ و میانگین همبستگی درونی آیتم ها برای زیر مقیاس های شیوه حل مسأله در مطالعه حاضر .	۱۲۹ .....
جدول ۴-۳ : جدول افسردگی بلند بک « ۲۱ ماده »	۱۳۶.....
جدول ۱-۴ : میانگین و انحراف استاندارد نمرات افسردگی بک ، در گروه بالینی و گروه بهنجار	۱۴۱ .....
جدول ۲-۴ : میانگین و انحراف استاندارد متغیر سن و جنس در گروه بالینی و گروه بهنجار	۱۴۲ .....
جدول ۳-۴ میانگین دو گروه بالینی و بهنجار در عوامل سبک اجتناب و جنسیت	۱۴۳ .....
جدول ۴-۴ میانگین دو گروه بالینی و بهنجار در عوامل درماندگی و جنسیت	۱۴۴ .....
جدول ۵-۴ میانگین دو گروه بالینی و بهنجار در عوامل کنترل و جنسیت	۱۴۵ .....
جدول ۶-۴ : میانگین دو گروه بالینی و بهنجار در عوامل خلاقیت و جنسیت	۱۴۷ .....
جدول ۷-۴ میانگین عامل اعتماد بنفس و متغیر جنسیت در دو گروه بالینی و بهنجار	۱۴۸ .....
جدول ۸-۴ میانگین عامل سبک گرایش و متغیر جنسیت در دو گروه بالینی و بهنجار	۱۴۹ .....



جدول ۹-۴ : تحلیل واریانس چند عاملی متغیرهای افسردگی و جنسیت با عوامل سبک  
حل مساله ..... ۱۵۱

جدول ۱۰-۴ : تحلیل واریانس و آزمون پیگیری برای مقایسه سبک های حل مساله مثبت  
و منفی در دو گروه دانشجویان افسرده و بهنجار ..... ۱۵۴

## فصل اول : چارچوب کلی پژوهش

۱\_۱\_مقدمه

۲-۱ بیان مسأله پژوهش

۳-۱ اهمیت نظری و عملی پژوهش

۴-۱ اهداف پژوهش

۵-۱ سئوال ها و فرضیه های پژوهش

۶-۱ متغیرهای پژوهش

۷-۱ تعریف متغیرها واصطلاحات

افسردگی

بهنجار

سبک حل مساله

## ۱- مقدمه

بسیاری از انسان ها قادر به حل مساله و برطرف کردن ، به حداقل رساندن و یا تحمل استرس نمی باشند و معمولاً از مقابله های ناکارآمد، ناسازگار و مضر استفاده می کنند که باعث بروز استرس های بیشتری می گردد که اثرات آنها وخیم تر و عظیم تر از استرس اولیه است.

افراد افسرده نسبت به آینده دید انعطاف پذیری ندارند. آنها احتمالاً بیشتر از افراد غیر افسرده آینده خود را منفی می بینند و به نظرشان احتمال دستیابی به تجارب خوشایند کمتر است به همین دلیل افراد افسرده به جای تلاش برای دستیابی به موفقیت های با ارزش در آینده تمام نیروی خود را صرف اجتناب از موقعیت های ناخوشایند موجود می کنند ( ورتهایم<sup>۱</sup> ، ۱۹۸۳).

افراد افسرده احساس غمگینی می کنند چون مشکلات خود را پایدار<sup>۲</sup> ، کلی<sup>۳</sup> و درونی<sup>۴</sup> تلقی می کنند ( هایمبرگ ، ورمیلیا، دوج<sup>۵</sup> ، بیگر . و پارلو ۱۹۸۷؛ پترسون و

1 - Werlheim

2 - Stable

3 - global

4 - internal

5 - Dodge