

المحتويات

9 ————— مقدمة

الفصل الأول

التعريف بالغضب ومكوناته وأسبابه

14 ————— مقدمة

15 ————— مفهوم الغضب

22 ————— الغضب وعلاقته بالمفاهيم الأخرى

28 ————— الغضب والخوف

30 ————— مزاعم خاطئة عن الغضب

33 ————— علامات الغضب (أعراض الغضب)

35 ————— مكونات الغضب

37 ————— أساليب التعبير عن الغضب

44 ————— أسباب الغضب

49 ————— الغضب والإلكسيثيميا

الفصل الثاني

طبيعة الغضب ووظائفه وقياسه

58 ————— وظائف الغضب

62 ————— طبيعة الغضب

5

64	أنواع الغضب
66	الفروق بين الجنسين في الغضب
67	قياس وتشخيص الغضب

الفصل الثالث

الاتجاهات النظرية لتفسير الغضب

80	مقدمة
81	أولاً: النظرية التحليلية
83	ثانياً: النظريات المعرفية
84	النموذج الاعزائي عن الغضب
87	نموذج بيركويتز
89	نموذج نونفاكو
91	نموذج سبيلبرجر (الغضب كحالة - وسمة)
93	نموذج أفريل عن الغضب
94	نموذج لازاروس عن الانفعالات
99	نموذج أرون بيك في فهم الغضب والانفعالات
104	نموذج ألبرت إليس عن الغضب
107	نموذج ميتشنيوم
107	ثالثاً: المنظور النمائي للغضب
109	رابعاً: الغضب من المنظور الوجودي

الفصل الرابع

استراتيجيات إدارة الغضب

114	مفهوم إدارة الغضب
-----	-------------------

117	مراحل إدارة الغضب
118	الشكل الجماعي في إدارة الغضب
119	الاتجاهات العلاجية المعرفية السلوكية في إدارة الغضب
126	استراتيجيات (فنيات) إدارة الغضب
137	استراتيجية التنظيم الانفعالي للغضب

الفصل الخامس

برامج إدارة الغضب والعدوان

144	مقدمة
150	برنامج نوافكو
153	برنامج التدريس عن التحكم في الغضب
159	برنامج ادارة الغضب لدى الشباب
159	برنامج التدريس على التحكم في الغضب لدى الاطفال والمراهقين
160	برنامج ادارة الغضب ونمو السلوك الايجابي الاجتماعي
172	برنامج ادارة الغضب والوقاية من العنف

الفصل السادس

سيكولوجية العدوان

190	مقدمة
191	مفهوم العدوان
193	أنواع العدوان
199	أسباب العدوان
203	مظاهر التعبير عن العدوان
205	دينامية العدوان

205	أثار العدوان
206	الفروق بين الجنسين في العدوان

الفصل السابع

الاتجاهات النظرية المفسرة للعدوان

210	النظرية السيكودينامية
213	العدوان من منظور السلوكية
216	نظرية التعلم الاجتماعي
220	النظرية الأسرية والعدوان
221	المنظور الفسيولوجي للعدوان
222	المنظور المعرفي الاجتماعي للعدوان
232	النظرية المعرفية السلوكية المفسرة للعدوان

الفصل الثامن

التدخلات الوقائية والعلاجية للعدوان

238	أساليب الوقاية من العدوان
243	إدارة السلوك العدواني في المدرسة
252	التدخلات العلاجية للعدوان
257	التدريب على إدارة الوالدين
261	التدريب على المهارات الاجتماعية
268	السيكودراما والإرشاد باللعب
273	المراجع