

## علل گرایش به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند مطالعه موردی: کتابخانه‌های سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران

نجلا حریری (نویسنده مسئول)

دانشیار گروه علم اطلاعات و دانش‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران  
nadjlahariri@gmail.com

سارا کرکوتی

کارشناسی ارشد علم اطلاعات و دانش‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران  
sarakarkouti@yahoo.com  
تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۷/۰۶؛ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۱/۰۶

### چکیده

**هدف:** این پژوهش با هدف تبیین علل گرایش به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند و بررسی سودمندی این منابع انجام شده است.

**روش:** روش پژوهش پیمایشی - تحلیلی و ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه محقق ساخته است. جامعه آماری شامل مراجعه‌کنندگان به کتابخانه‌های سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران است که از بین آنها به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و با استفاده از جدول مورگان ۲۰۰ نفر انتخاب شدند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار spss انجام شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از هر دو دسته علل اجتماعی و فردی سرچشمه می‌گیرد و علل فردی به میزان ۴۶ درصد و علل اجتماعی به میزان ۵۱ درصد بر این گرایش تأثیر دارند. آزمون فرضیه پژوهش نشان داد سهم تأثیر علل اجتماعی اندکی بیش از علل فردی است. بر اساس سایر یافته‌ها سودمندی کتاب‌ها و سازگاری آنها با فرهنگ بومی در حد متوسط برآورد گردید. در بررسی گرایش بر حسب ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشخص شد زنان با میانگین ۴/۰۲ بیش از مردان، افراد مجرد با میانگین ۳/۶۲ بیش از افراد متأهل، افراد خانه‌دار و بیکار با میانگین ۳/۷۳ بیش از افراد شاغل و افراد با تحصیلات دیپلم و فوق دیپلم با میانگین ۳/۹۲ بیش از افراد با تحصیلات بالاتر به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند گرایش دارند.

**اصالت/ارزش:** نتایج این پژوهش می‌تواند علاوه بر روشن‌نگری کلی در مورد بخش بزرگی از ادبیات عامه، سیاست‌گذاران کتابخانه‌های عمومی را در جهت شناسایی دیدگاه مخاطبان خود در زمینه کتاب‌های موجود با موضوع روان‌شناسی عامه‌پسند یاری نماید.

**کلیدواژه‌ها:** کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند، کتابخانه‌های سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران، کتابخوانی، خودیاری، علل اجتماعی، علل فردی.

## مقدمه

ادبیات عامه‌پسند، در بدنه ادبیات هر جامعه‌ای یک ژانر مستقل به‌شمار می‌آید. وجود این گونه ادبی با ویژگی‌های خاص خود، به نوعی پاسخ به نیازها و خواسته‌های مخاطبان است (زرلکی ۱۳۸۸). بخش بزرگی از انتشارات عامه‌پسند به موضوع روان‌شناسی عامه‌پسند و خودیاری اختصاص دارد. این کتاب‌ها پاسخی به عطش جامعه به آگاهی روان‌شناختی و اشتیاق به رشد توانمندی‌های شخصی است.

کتاب‌های عامه‌پسند انبوه آثاری هستند که بر راه و روش «شاد زیستن» و اصول «موفقیت» در کمترین زمان ممکن اصرار ورزیده و با هدف تأثیرگذاری آنی بر ذهن مخاطب نوشته شده‌اند (پنهانی، ۱۳۸۶). در بحث تجاری و مفهوم عامه این کتاب‌ها اغلب به عنوان کتاب‌های خودیاری شناخته شده‌اند. به یک تعبیر، نویسندگان روان‌شناسی عامه، مشاوران و یا سخنرانانی هستند که عموماً نه به دلیل تحصیلات دانشگاهی بلکه به سبب تصویری که از خود نشان داده‌اند، روان‌شناس شناخته می‌شوند. بنابراین، انتظار می‌رود که بن‌مایه این نوع کتاب‌ها به معنای وسیع کلمه علمی نباشد. گاهی نیز در این کتاب‌ها اصول علمی به زبان ساده‌تر توصیف می‌شوند، اما ممکن است ارزش علمی برای مخاطب عام که عمل‌گرایانه به مطالعه می‌پردازد، نداشته باشند (بی‌نیاز، ۱۳۹۱). روان‌شناسی عامه‌پسند به مفاهیم ساده شده روان‌شناختی اشاره می‌کند که می‌توانند مفاهیمی تأیید نشده و توأم با کج فهمی یا سوء تفسیر باشند. با این حال، این اصطلاح در مورد منابع اطلاعاتی حاوی دانش روان‌شناسی نیز به کار می‌رود که از دیدگاه متخصصان روان‌شناسی از اعتبار و کارآمدی لازم برخوردارند و مخاطبان این منابع عموم مردم جامعه هستند (واژه‌نامه روان‌شناسی انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۲۰۰۷).

در کشور ما سرانۀ مطالعه بسیار پایین است (واعظی، ۱۳۹۲). با این حال، مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند رواج چشم‌گیری پیدا کرده است که گواه آن وجود انواع کتاب‌ها با موضوع‌های خودیاری و راه‌های موفقیت و غیره در پیشخوان کتابفروشی‌ها و در قفسه‌های کتابخانه‌های عمومی است. توجه جامعه به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در نشریات کشور از جمله نشریه سلامت (۱۳۸۶، ص. ۱۵۳) نیز منعکس شده است. انتشار روزافزون این کتب و توجه رسانه‌های عمومی به این مقوله نشان‌دهنده این است که مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند موضوع مهم و قابل‌بحثی در حوزه مطالعه و کتابخوانی است.

بی‌تردید کتاب و مطالعه از مهم‌ترین ابزارهایی است که در شکل‌دهی باورها و ساختن اندیشه‌های آحاد جامعه نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. با در نظر گرفتن نرخ نازل مطالعه در کشور و این واقعیت که افراد در زمان فراغت خود انس و الفتی با کتاب ندارند (بحرانی، ۱۳۷۶) دلایل گرایش به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند چیست؟ آیا این منابع مطالعاتی چنانکه ادعا می‌شود برای خوانندگان مشتاق این کتاب‌ها سودمندی و کارآمدی لازم را دارند؟ کلمن<sup>۱</sup> (۱۳۷۷) سردمدار جامعه‌شناسی انتخاب عقلانی بر این عقیده است که کنشگر، کنشی را انتخاب می‌کند که حداکثر فایده را نصیب او سازد. آیا به استناد این دیدگاه جامعه‌شناختی، گرایش خوانندگان به این کتاب‌ها از سودمندی این منابع ریشه می‌گیرد؟ کدام عوامل فردی و اجتماعی در گرایش افراد به این منابع دخالت بیشتری دارد؟

استارکر<sup>۲</sup> (۱۹۸۸) در بررسی دیدگاه روان‌شناسان در مورد تجویز کتاب‌های روان‌شناسی عامه و خودیاری و در بررسی سودمندی این کتاب‌ها به این نتیجه رسید که این کتاب‌ها به فراوانی از سوی روان‌شناسان تجویز می‌شوند و سودمندی آنها در سطح بالایی برآورد می‌شود. الیس<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) نیز بر امتیازات استفاده از منابع و متون خودیاری تأکید می‌کند و سودمندی آنها را قابل مقایسه با خدمات روان‌شناسی حرفه‌ای قلمداد می‌کند. نتایج پژوهش مارکس<sup>۴</sup> و دیگران (۱۹۹۲) نیز نشان داد که اکثر روان‌شناسان کتاب‌های خودیاری را به بیماران خود تجویز می‌کنند و دیدگاه مثبتی نسبت به کارآمدی این گونه کتاب‌ها دارند. با این حال، برخی پژوهشگران در مورد سودمندی کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند اظهار تردید می‌کنند. روزن<sup>۵</sup> (۱۹۸۷) با جلب توجه به تجاری‌سازی روان‌شناسی، تجویز کتاب‌های خودیاری توسط روان‌شناسان را نگران‌کننده می‌داند و سودمندی این کتاب‌ها را در حد محدود برآورد می‌کند. برخی پژوهش‌های دیگر نیز نتایج نامطلوب استفاده از کتاب‌های خودیاری را گزارش کرده‌اند. طبق گزارش انجمن علمی روان‌شناسی<sup>۶</sup> آمریکا نتایج پژوهشی که در مورد اثربخشی عبارت‌های مثبت در کتاب‌های خودیاری انجام شد حاکی از این بود که تکرار عبارت‌های تقویت احترام به نفس، به جای نتایج مثبت، کاهش احترام به نفس را به دنبال داشت. به این معنی که تکرار عبارت‌های نابه‌جا و غیرمنطقی خودیاری در افرادی که احترام به نفس پایینی دارند، تحریک

1. James S. Coleman

4. Marx

2. Starker

5. Rosen

3. Elis

6. Association for Psychological Science

افکار منفی را موجب می‌شود (انجمن علمی روان‌شناسی، ۲۰۰۹). پژوهش کاشمن<sup>۱</sup> (۱۹۹۰) که بر مفید یا غیرمفید بودن روان‌شناسی عامه‌پسند تمرکز داشت به این نتیجه می‌رسد که روان‌شناسی عامه‌پسند هیچ کاربرد عملی در زندگی روزمره ندارد. با این حال، نتایج برخی پژوهش‌های دیگر از سودمندی این کتاب‌ها حکایت دارد. پژوهش شولر و پارکز<sup>۲</sup> (۲۰۱۲) اثربخشی تمرین‌های خودیاری را در کاهش افسردگی نشان می‌دهد. نتایج پژوهش تجربی جانسون<sup>۳</sup> و دیگران (۲۰۱۰) نیز نشان از تأثیر مثبت مطالعه کتاب‌های خودیاری بر بهبود کیفیت رضایت از زندگی، کاهش اضطراب و کاهش درد داشت. همچنین مطالعه تجربی آگلز<sup>۴</sup> و دیگران (۱۹۹۱) اثرات مثبت کتاب‌های خودیاری را در رویارویی با مشکلاتی مانند طلاق نشان داد. فاراند و وودفورد<sup>۵</sup> (۲۰۱۳) در فراتحلیل ۳۸ پژوهش در زمینه تأثیر مطالعه منابع مکتوب خودیاری شناختی- رفتاری در کاهش علائم بیماری‌های شایع روانی، به اثربخشی این منابع اشاره می‌کنند. از سوی دیگر، کتاب‌های عامه‌پسند با هدف سرگرمی نیز مطالعه می‌شوند؛ چنانکه پژوهش رضوانی بروجنی (۱۳۸۷) نشان داد که مخاطب این نوع آثار دوست دارد با خواندن آثار عامه‌پسند سرگرم شود.

با توجه به نتایج متفاوتی که از پژوهش‌های مربوط به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند حاصل شده است، و از آن جایی که تا کنون در ایران پژوهشی در این زمینه انجام نشده، پژوهش حاضر به شناخت دلایل گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند و آگاهی از دیدگاه مطالعه‌کنندگان این کتاب‌ها در سودمندی این منابع می‌پردازد. بدیهی است نتایج این پژوهش می‌تواند علاوه بر روشنگری کلی در مورد بخش بزرگی از ادبیات عامه، سیاست‌گذاران کتابخانه‌های عمومی سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران را نیز در جهت شناسایی دیدگاه مخاطبان خود در زمینه کتاب‌های موجود با موضوع روان‌شناسی عامه‌پسند یاری نماید.

### فرضیه پژوهش

گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بیش از آنکه ناشی از علل فردی باشد از علل اجتماعی نشأت می‌گیرد.

1. Cushman  
4. Ogles

2. Schueller and Parks  
5. Farrand, and Woodford

3. Johnston

### پرسش‌های پژوهش

۱. کاربران به کدام یک از انواع کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند گرایش بیشتری دارند؟
۲. علل فردی گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند کدامند؟
۳. علل اجتماعی گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند و راه‌های آشنایی با این کتاب‌ها کدامند؟
۴. مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند تا چه حد از دیدگاه مطالعه‌کنندگان این کتاب‌ها سودمند است؟
۵. از دیدگاه مطالعه‌کنندگان، کتاب‌های ترجمه شده روان‌شناسی عامه‌پسند تا چه اندازه با فرهنگ بومی ایران مطابقت دارد؟
۶. میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب کدام یک از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی تفاوت معنی‌داری دارد؟

### روش پژوهش

روش پژوهش پیمایشی - تحلیلی است و جامعه پژوهش متشکل از مراجعه‌کنندگان به کتابخانه‌های سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران است که به تعداد ۸۰ باب در مناطق ۲۲ گانه تهران واقع شده‌اند. برای انتخاب نمونه آماری از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. به این منظور ابتدا تهران به ۴ خوشه شمال، جنوب، غرب و شرق تقسیم شد. این تقسیم‌بندی با توجه به این موضوع بود که مناطق شهرداری دارای ساختار مشابه که در کنار هم قرار دارند در یک خوشه قرار بگیرند تا نمونه‌ها تا حد امکان از مناطق دارای ساختار مشابه باشند. سپس از هر خوشه، دو منطقه به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله بعدی، در هر منطقه مشخص شده یک ناحیه به صورت تصادفی انتخاب گردید و تعداد اعضای فعال کتابخانه‌های آن ناحیه که حداقل یک بار کتاب روان‌شناسی عامه‌پسند امانت گرفته‌اند مشخص شد؛ و در نهایت با استفاده از جدول کرجسی و مورگان از بین ۴۱۶ نفر از این جامعه، تعداد ۲۰۰ نفر به عنوان نمونه مورد پژوهش در نظر گرفته شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه محقق‌ساخته‌ای است که دلایل گرایش، عوامل فردی، عوامل اجتماعی، میزان سودمندی، و تطابق با فرهنگ بومی را در پنج بخش و در قالب ۵۰ سؤال در طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای اندازه‌گیری می‌کند. تهیه پرسشنامه با مطالعه عمیق متون و منابع مرتبط انجام شده است. روایی

پرسشنامه به تأیید متخصصان روان‌شناسی و علم اطلاعات و دانش‌شناسی رسید و پایایی آن با آلفای کرونباخ ۰/۸۶۲ تأیید شد. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری همچون آزمون کای دو (x<sup>2</sup>) و ضریب همبستگی اسپیرمن از طریق نسخه ۲۰ نرم‌افزار اس پی اس استفاده شد.

### یافته‌ها

تحلیل جمعیت‌شناختی نمونه مورد پژوهش نشان داد که ۶۸ درصد نمونه مورد بررسی زن و ۳۲ درصد مرد، ۶۳ درصد مجرد و ۳۷ درصد متأهل هستند. بیشترین درصد (۵۴ درصد) دارای مدرک کارشناسی و ۴۰ درصد دانشجوی هستند.

پرسش اول: کاربران به کدام یک از انواع کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌گرایش بیشتری دارند؟

جدول ۱. شاخص‌های آماری گرایش به هر یک از انواع کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند

انحراف معیار	میانگین	به خواندن کتاب‌هایی علاقه دارم که در مورد موضوعات زیر باشند:
۰/۶۷۱	۳/۸۸	۱ خودشناسی (شناخت تیپ‌های شخصیتی)
۰/۶۳۱	۳/۸۱	۲ آموزش راه‌های موفقیت
۰/۶۵۱	۳/۸۰	۳ آموزش شادکامی و رهایی از افسردگی
۰/۶۵۱	۳/۸۰	۴ کنترل اضطراب
۰/۶۲۱	۳/۸۲	۵ تقویت اعتماد به نفس
۰/۷۸۳	۳/۶۵	۶ کنترل خشم
۰/۵۳۲	۴/۲۰	۷ افزایش توانایی رویارویی با مشکلات
۰/۶۱۱	۴/۱۰	۸ آموزش رفتار با فرزندان
۰/۸۰۶	۳/۴۲	۹ آموزش ارتباط سالم خانوادگی
۰/۷۳۲	۳/۵۱	۱۰ آموزش ارتباط مؤثر با دوستان و همکاران
۰/۸۴۰	۳/۳۹	۱۱ تقویت خلاقیت و نوآوری
۰/۶۳۴	۴/۰۴	۱۲ مباحث مربوط به هوش و حافظه و تقویت توانمندی‌های ذهنی
۰/۵۸۶	۴/۰۲	۱۳ مهارت در سخنرانی و صحبت مؤثر در جمع
۰/۵۷۶	۳/۵۴	۱۴ افزایش بازده کاری و غلبه بر تنبلی
۰/۶۹۸	۳/۴۱	۱۵ چیدمان وسایل منزل و محیط زندگی (مانند فنگ‌شویی و...) و نقش آن در آرامش روانی
۰/۶۲۰	۴	۱۶ تعبیر خواب
۰/۶۰۰	۴/۰۶	۱۷ طالع‌بینی
۰/۶۱۱	۳/۵۳	۱۸ آموزش سبک زندگی

چنانکه در جدول ۱ ملاحظه می‌شود، میانگین گرایش به تمامی انواع کتاب‌های روان‌شناسی بیشتر از ۳ یا حد متوسط است. به عبارت دیگر، میزان گرایش به هر یک از انواع کتاب‌های روان‌شناسی در حد فاصل بین ۳ تا ۴ است که این رقم بدین معنی است که گرایش به هر یک از انواع کتاب‌های روان‌شناسی بیشتر از حد متوسط و در حد تقریباً بالایی است. در این قسمت بالاترین میانگین گرایش مربوط به کتاب‌های روان‌شناسی «افزایش توانایی رویارویی با مشکلات» معادل ۴/۲۰ و پایین‌ترین میانگین گرایش مربوط به کتاب‌های روان‌شناسی «تقویت خلاقیت و نوآوری» با میانگین ۳/۳۹ است.

پرسش دوم: علل فردی گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند کدامند؟

جدول ۲. شاخص‌های آماری علل فردی گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند

ردیف	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	صرفاً برای پر کردن اوقات فراغت این کتاب‌ها را می‌خوانم	۴/۱۱	۰/۵۶۷
۲	چون با روحیات فردی من سازگار است	۳/۲۷	۰/۵۹۸
۳	چون واقعاً احتیاج به کمک حرفه‌ای و روان‌شناسی دارم	۳/۵۲	۰/۸۷۶
۴	می‌خواهم مشکلاتم را بدون اینکه دیگران مطلع شوند، خودم به تنهایی حل کنم	۳/۲۰	۰/۶۵۷
۵	فکر می‌کنم برای موفقیت کافی است که راه و روش لازم را یاد بگیرم	۳/۳۳	۰/۶۱۲
۶	فکر می‌کنم برای شاد زیستن احتیاج به یادگرفتن رهنمودهای متخصصان دارم	۳/۸۷	۰/۷۶۵
۷	می‌خواهم راه‌های کنترل احساسات منفی را یاد بگیرم	۳/۴۷	۰/۴۵۶
۸	می‌خواهم با صرف زمان و هزینه کم از تجارب ارزشمند متخصصان استفاده کنم	۳/۲۲	۰/۵۲۷
۹	می‌خواهم با آموختن رهنمودهای ساده، از توانایی‌ها و ظرفیت‌های بالقوه خود بیشترین استفاده را بکنم	۳/۱۷	۰/۵۳۸
	کل عوامل فردی	۳/۴۶	۰/۷۴۲

جدول ۲ نشان می‌دهد که مهم‌ترین دلیل فردی برای مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر اساس میانگین‌های به‌دست آمده «پرکردن اوقات فراغت» با میانگین ۴/۱۱ است و دلیلی که کم‌ترین میانگین را به خود اختصاص داده است گویه «می‌خواهم با آموختن رهنمودهای ساده، از توانایی‌ها و ظرفیت‌های بالقوه خود بیشترین استفاده را بکنم» است که میانگین آن ۳/۱۷ است. در مجموع میانگین کل عوامل فردی معادل ۳/۴۶ است.

پرسش سوم: علل اجتماعی گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند و راه‌های آشنایی با این کتاب‌ها کدامند؟

جدول ۳. شاخص‌های آماری علل اجتماعی گرایش و راه‌های آشنایی با کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند

ردیف	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	افراد خانواده من این کتاب‌ها را مطالعه می‌کنند	۴/۲۴	۰/۵۴۳
۲	خانواده‌ام مرا به مطالعه این کتاب‌ها تشویق می‌کنند	۳/۲۳	۰/۵۹۸
۳	در داخل خانواده من، بحث‌های روان‌شناسی مطرح می‌شود	۲/۱۱	۰/۵۱۲
۴	دوستان و همکارانم خواندن این کتاب‌ها را توصیه می‌کنند	۳/۸۹	۰/۴۶۸
۵	جلسات و کنفرانس‌های روان‌شناسی عامه‌پسند مرا با این کتاب‌ها آشنا کرده‌اند	۳/۷۶	۰/۵۴۶
۶	برنامه‌های روان‌شناسی تلویزیون و دیگر رسانه‌های جمعی مرا با این زمینه آشنا کرده‌اند	۴/۱۲	۰/۵۳۹
۷	در مجلات عامه‌پسند با این بحث‌ها برخورد کرده‌ام	۳/۸۲	۰/۵۴۷
۸	با راهنمایی کتابداران با این مباحث آشنا شدم	۱/۶۸	۰/۶۳۴
۹	به طور اتفاقی با این مباحث آشنا شدم	۴/۰۶	۰/۶۱۸
۱۰	به دلیل اینکه جزو دروس رشته تحصیلی‌ام هستند آنها را مطالعه می‌کنم	۱/۰۷	۰/۵۱۶
۱۱	کتاب‌ها را از کتابخانه به امانت می‌گیرم	۳/۹۴	۰/۵۳۹
۱۲	کتاب‌ها را خریداری می‌نمایم	۲/۶۷	۰/۵۲۹
۱۳	این کتاب‌ها را می‌خوانم تا بتوانم در بحث‌هایی که در جمع دوستان در این زمینه مطرح می‌شود من هم شرکت کنم	۳/۵۸	۰/۷۳۲
	کل عوامل اجتماعی	۳/۲۴	۰/۷۴۵



بر اساس داده‌های جدول ۳ بین گویه‌های عوامل اجتماعی، بیشترین میانگین مربوط به «افراد خانواده من این کتاب‌ها را مطالعه می‌کنند» معادل ۴/۲۴ است و کمترین میانگین مربوط به «به دلیل اینکه جزو دروس رشته تحصیلی‌ام هستند آنها را مطالعه می‌کنم» با ۱/۰۷ است و در مجموع میانگین کل عوامل اجتماعی معادل ۳/۲۴ است.

پرسش چهارم: مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند تا چه حد از دیدگاه مطالعه‌کنندگان این کتاب‌ها سودمند است؟

جدول ۴. شاخص‌های آماری میزان سودمندی کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از دیدگاه کاربران

ردیف	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	واقعاً به سودمندی این کتاب‌ها اعتقاد دارم	۳/۹۶	۵/۰۹۸
۲	مطالعه این کتاب‌ها در زندگی واقعی من اثر مثبت داشته‌اند	۴/۰۴	۵/۱۹۴
۳	مطالعه این کتاب‌ها را به دیگران هم توصیه می‌کنم	۳/۲۶	۶/۲۷۳
۴	فکر می‌کنم مطالعه این کتاب‌ها مرا از مراجعه به مشاور روان‌شناسی و سایر متخصصان مربوطه بی‌نیاز می‌کند	۳/۲۱	۶/۷۶۷
۵	فکر می‌کنم مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه نمی‌تواند ضرری برای خواننده داشته باشد	۴/۳۱	۵/۳۹۶
۶	دوستان و آشنایانم که این کتاب‌ها را مطالعه کرده‌اند، این کتاب‌ها را در عمل سودمند یافته‌اند	۳/۲۴	۶/۱۹۵
	کل میزان سودمندی	۳/۶۷	۵/۴۵۲

جدول ۴ نشان می‌دهد که بیشترین میزان میانگین مربوط به گویه «فکر می‌کنم مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه نمی‌تواند ضرری برای خواننده داشته باشد» معادل ۴/۳۱، کمترین میزان میانگین مربوط به «فکر می‌کنم مطالعه این کتاب‌ها مرا از مراجعه به مشاور روان‌شناسی و سایر متخصصان مربوطه بی‌نیاز می‌کند» معادل ۳/۲۱ و میانگین کل میزان سودمندی معادل ۳/۶۷ است.

پرسش پنجم: از دیدگاه مطالعه‌کنندگان، کتاب‌های ترجمه شده روان‌شناسی عامه‌پسند تا چه اندازه با فرهنگ بومی ایران مطابقت دارد؟

جدول ۵. توزیع فراوانی بر حسب میزان تطابق کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند با با فرهنگ بومی

ردیف	گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	مطالب و آموزش‌های کتاب‌های ترجمه شده روان‌شناسی عامه برای من کاملاً ملموس و قابل فهم است	۳/۴۲	۵/۹۳۷
۲	مطالب کتاب‌های ترجمه شده با شرایط خانوادگی و اجتماعی من سازگار است	۳/۳۳	۶/۲۱۸
۳	با وجود تفاوت‌های فرهنگی، باز هم فکر می‌کنم این کتاب‌های ترجمه شده قابل انطباق با خوانندگان ایرانی هستند	۳/۷۸	۶/۲۷۹
۴	کتاب‌های ترجمه شده روان‌شناسی به همان اندازه کتاب‌های نویسندگان ایرانی قابل استفاده و مفیدند	۳/۷۶	۵/۱۷۸
	کل میزان تطابق با فرهنگ بومی	۳/۵۷	۵/۹۰۳

با توجه به جدول ۵ بالاترین میانگین برای گویه «با وجود تفاوت‌های فرهنگی، باز هم فکر می‌کنم این کتاب‌های ترجمه شده قابل انطباق با خوانندگان ایرانی هستند» معادل ۳/۷۸ است و پایین‌ترین میانگین مربوط به گویه «مطالب کتاب‌های ترجمه شده با شرایط خانوادگی و اجتماعی من سازگار است» معادل ۳/۳۳ است. البته توجه به این نکته حائز اهمیت است که تفاوت بین میانگین‌ها بسیار ناچیز است و کل میزان تطابق با فرهنگ بومی ۳/۵۷ است. پرسش ششم: میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب کدام یک از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی تفاوت معنی‌داری دارد؟

جدول ۶. شاخص‌های آماری گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب جنسیت

جنسیت	میانگین	انحراف معیار	مقدار آماره $X^2$	درجه آزادی	Sig
مرد	۱/۴۲	۰/۴۵۷	۲۱/۷۵۰	۱	۰/۰۰۰
زن	۴/۰۲	۰/۶۳۵			

جدول ۶ نشان می‌دهد که با توجه به مقدار آماره  $X^2$  و درجه آزادی متغیر و سطح خطای مشاهده شده، رابطه معنی‌داری در سطح اطمینان ۹۹ درصد وجود دارد و این بدان معنی است که تفاوت بین گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از نظر جنسیت معنی‌دار بوده و میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در میان زنان بیشتر است.

جدول ۷. شاخص‌های آماری گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب وضعیت تأهل

Sig	درجه آزادی	مقدار آماره $X^2$	انحراف معیار	میانگین	وضعیت تأهل
۰/۰۰۰	۱	۱۸/۴۶۰	۰/۴۳۷	۳/۶۲	مجرد
			۰/۶۷۸	۲/۱۱	متأهل

چنانکه در جدول ۷ مشاهده می‌شود با توجه به مقدار آماره  $X^2$  و درجه آزادی متغیر و سطح خطای مشاهده شده، رابطه معنی‌داری در سطح اطمینان ۹۹ درصد وجود دارد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت بین گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از نظر وضعیت تأهل معنی‌داری بوده و میزان گرایش به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در میان افراد مجرد بیشتر است.

جدول ۸. شاخص‌های آماری گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب شغل

Sig	درجه آزادی	مقدار آماره $X^2$	انحراف معیار	میانگین	شغل
۰/۰۰۵	۱	۹/۳۵۵	۰/۴۷۷	۲/۸۱	کارمند
			۰/۵۴۲	۱/۲۷	آزاد
			۰/۶۲۳	۲/۴۵	دانشجو
			۰/۴۶۵	۳/۷۳	خانه‌دار و بیکار

جدول ۸ نشان می‌دهد که با توجه به مقدار آماره  $X^2$  و درجه آزادی متغیر و سطح خطای مشاهده شده، رابطه معنی‌داری در سطح اطمینان ۹۵ درصد وجود دارد. به عبارت دیگر، بین مطالعه‌کنندگان کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از نظر نوع شغل تفاوت معنی‌داری مشاهده گردید؛ به این ترتیب که میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در میان افراد بیکار و خانه‌دار بیشتر است و در میان افراد دارای شغل آزاد کم است.

جدول ۹. میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بر حسب سطح تحصیلات

جمع	P-Value	مقدار آماره اسپیرمن	انحراف معیار	میانگین	میزان تحصیلات
۲۰۰	۰/۰۰۰	۰/۶۵۲-	۰/۴۶۱	۳/۹۲	دیپلم و کاردانی
			۰/۷۷۹	۲/۱۱	کارشناسی
			۰/۳۱۲	۱/۳۱	کارشناسی ارشد و دکتری

در جدول ۹ مشاهده می‌شود که رابطه بین میزان تحصیلات و میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در بین مراجعه‌کنندگان به کتابخانه‌های مورد نظر معنی‌دار است. چنانکه ملاحظه می‌شود با توجه به مقدار آماره اسپیرمن (۰/۶۵۲-) و سطح خطای حاصل شده کمتر از ۰/۰۱ ( $P\text{-Value} < 0/01$ ) بین میزان تحصیلات و میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی اسپیرمن بین دو متغیر حاکی از آن است که شدت رابطه بین دو متغیر مذکور قوی و جهت آن غیرمستقیم و منفی است. به تعبیر دیگر، میزان تحصیلات به مقدار ۶۵ درصد روی میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند اثر منفی دارد و موجب کاهش گرایش افراد به این نوع از کتاب‌ها می‌شود.

آزمون فرضیه پژوهش: «گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بیش از آنکه ناشی از علل فردی باشد از علل اجتماعی نشأت می‌گیرد».

در دل این فرضیه دو فرضیه نهفته است، ابتدا تأثیر هر یک از علل فردی و علل اجتماعی بر میزان گرایش به مطالعه سنجیده می‌شود؛ در نهایت مشخص می‌شود که کدام یک تأثیر بیشتری دارند. فرضیه‌های مذکور عبارتند از:

فرضیه فرعی اول: علل فردی بر میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند تأثیر دارند.

فرضیه فرعی دوم: علل اجتماعی بر میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند تأثیر دارند.

جدول ۱۰. نتایج آزمون‌های اسپیرمن جهت بررسی تأثیر متغیرهای فردی و اجتماعی بر گرایش به کتاب‌های

روان‌شناسی عامه‌پسند

ردیف	متغیر	مقدار آماره اسپیرمن	P-Value	جمع
۱	علل فردی و گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند	۰/۴۵۹	۰/۰۰۰	۲۰۰
۲	علل اجتماعی و گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند	۰/۵۰۷	۰/۰۰۰	۲۰۰

در جدول ۱۰، رابطه هر یک از علل فردی و علل اجتماعی با میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند نشان داده شده است. بر اساس داده‌های جدول فوق بین هر دو گروه علل فردی و اجتماعی با میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند رابطه معنی‌داری وجود دارد.

همچنین ضریب همبستگی اسپیرمن بین متغیرها حاکی از آن است که شدت رابطه بین دو متغیر مذکور در هر دو فرضیه فرعی، متوسط و جهت آن مستقیم و مثبت است. به تعبیر دیگر، علل فردی به میزان ۴۶ درصد روی میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند اثرگذار است. همچنین، جدول ۱۰ نشان می‌دهد که علل اجتماعی به میزان ۵۱ درصد روی میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند اثرگذار است. با توجه به آزمون فرضیه‌های فرعی می‌توان نتیجه‌گیری کرد که فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر اینکه گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند بیش از آنکه ناشی از علل فردی باشد از علل اجتماعی نشأت می‌گیرد، تایید می‌شود. زیرا همان گونه که در آزمون دو فرضیه فرعی مشاهده شد، با مشخص شدن علل فردی ۴۶ درصد می‌توان میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند را پیش‌بینی کرد؛ در حالی که با تشخیص علل اجتماعی ۵۱ درصد می‌توان میزان گرایش به کتاب‌های عامه‌پسند را پیش‌بینی نمود. همان گونه که نمایان است تفاوت اثرگذاری علل فردی و اجتماعی خیلی زیاد نیست؛ بنابراین می‌توان گفت تأیید فرضیه با اطمینان کمتری قابل طرح است.

### نتیجه‌گیری

کتاب‌های افزایش توانایی رویارویی با مشکلات با میانگین ۴/۲۰ پرطرفدارترین نوع کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از دیدگاه کاربران است. انگلز و دیگران (۱۹۹۱) در یک مطالعه تجربی اثرات مثبت کتاب‌های خودیاری را در رویارویی با مشکلاتی مانند طلاق نشان دادند. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، کاربران کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در ایران نیز در رویارویی با مشکلات زندگی علاقه‌مند به استفاده از راهکارها و فنون ارائه شده در کتاب‌های خودیاری هستند.

آموزش رفتار با فرزندان با میانگین ۴/۱۰ در رتبه دوم علاقه کاربران قرار دارد و پس از آن کتاب‌های با موضوعات طالع‌بینی، تعبیر خواب، مهارت در سخنرانی و صحبت مؤثر در جمع، مباحث مربوط به هوش و حافظه و تقویت توانمندی‌های ذهنی، با میانگین بین ۴ تا ۴/۱ رتبه سوم علاقه مراجع کنندگان به کتابخانه‌های مورد بررسی را کسب کردند. سایر انواع کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند نیز در حد بالاتر از متوسط مورد علاقه کاربران هستند. مهم‌ترین علت فردی مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در بین مراجع کنندگان به

کتابخانه‌های مورد نظر در این پژوهش پر کردن اوقات فراغت با میانگین ۴/۱۱ بیان شده است. دیگر دلیل فردی اعلام شده توسط جامعه نمونه برای مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند گویه «فکر می‌کنم برای شاد زیستن احتیاج به یاد گرفتن رهنمودهای متخصصان دارم.» با میانگین ۳/۷۸ اعلام شده است. پژوهش رضوانی بروجنی (۱۳۸۷) نیز که با موضوع نقد و تحلیل رمان‌های عامه‌پسند فهیمه رحیمی، نسرین ثامنی و زویا پیرزاد، و با تأکید بر اهمیت و تأثیر نقد و تحلیل در پیشرفت ادبیات داستانی انجام گرفته است، نشان داد که مخاطب این نوع آثار تنها به دنبال پیگیری روند روزانه زندگی خود است و دوست دارد با خواندن رمان عامه‌پسند سرگرم شود. به نظر می‌رسد مهم‌ترین عامل گرایش به ادبیات عامه‌پسند اعم از رمان یا کتاب‌های خودیاری و روان‌شناسی عامه‌پسند پر کردن اوقات فراغت و سرگرمی است. نکته حائز اهمیت در این زمینه این است که افراد جامعه برای گذراندن اوقات فراغت خود نیاز به مطالعه منابعی عامه‌پسند دارند و توجه به محتوای منابعی که در این زمینه منتشر می‌شوند، می‌تواند بر کیفیت گذران اوقات فراغت آحاد جامعه و نحوه تغذیه اطلاعاتی آنها تأثیرگذار باشد.

بر اساس نتایج پژوهش، مهم‌ترین عامل اجتماعی مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند، مطالعه اینگونه کتاب‌ها از سوی افراد خانواده با میانگین ۴/۲ عنوان شده است. به عبارت دیگر، می‌توان گفت مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند توسط افراد خانواده می‌تواند مهم‌ترین دلیل اجتماعی گرایش افراد نمونه پژوهش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند باشد. تأثیرپذیری افراد از محیط خانواده امری تأیید شده در حوزه علم رفتار است و به نظر می‌رسد در زمینه رفتارهای مطالعه نیز این تأثیر و الگوپذیری وجود دارد و گرایش‌های مطالعاتی افراد در محیط خانواده شکل می‌گیرد. دومین عامل اجتماعی مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند با میانگین ۴/۱۲ مربوط به آشنایی از طریق برنامه‌های روان‌شناسی تلویزیون و دیگر رسانه‌های جمعی بوده است. پژوهش‌های جدید نیز از وجود رابطه معنی‌دار میان مدت تماشای تلویزیون و تشویق افراد به کتابخوانی در میان نوجوانان بیننده تلویزیون خبر می‌دهد. نوجوانانی که بیشتر تلویزیون تماشا می‌کنند، با سطح تحصیلات و طبقه اجتماعی گوناگون، نظر مثبت‌تری به تأثیر این رسانه در تبلیغ و ترویج مطالعه و کتابخوانی دارند (میرحسینی، ۱۳۹۱). بر اساس نتایج آزمون فرضیه پژوهش، عوامل اجتماعی بیش از عوامل فردی در گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند تأثیر دارد.

بر اساس سایر یافته‌های پژوهش، مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از دیدگاه مطالعه‌کنندگان این کتاب‌ها سودمندی متوسطی دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های استراکر (۱۹۸۸) و پژوهش مارکس و دیگران (۱۹۹۲) همخوانی دارد؛ با این تفاوت که در پژوهش‌های یاد شده، سودمندی کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند و خودیاری از دیدگاه روان‌شناسان مورد تأیید قرار گرفته است. الیس (۱۹۹۳) نیز امتیازات استفاده از منابع و متون خودیاری را تأیید می‌کند و سودمندی آنها را قابل مقایسه با خدمات روان‌شناسی حرفه‌ای می‌داند. یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های تجربی جانسون و دیگران (۲۰۱۰)، شولر و پارکر<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) و فراتحلیل انجام شده توسط فاراند و وودفورد (۲۰۱۳) نیز سازگار است.

از دیدگاه مطالعه‌کنندگان، کتاب‌های ترجمه شده روان‌شناسی عامه‌پسند در حد متوسطی با فرهنگ بومی ایران مطابقت دارد. با توجه به یافته‌ها به نظر می‌رسد برای تطابق بیشتر متون خودیاری روان‌شناختی با فرهنگ بومی کشور، لازم است منابع تألیفی مناسبی در این زمینه برای خوانندگان ایرانی تهیه شود؛ با این حال، به نظر می‌رسد کتاب‌های عامه‌پسند روان‌شناسی مانند آموزش اعتماد به نفس، احترام به خود، غلبه بر خود کم بینی و غیره بر پایه آموزش فنونی قرار دارند که برگرفته از شناخت ویژگی‌های روان‌شناختی انسان است و به تبع آن می‌تواند تا حدی جنبه فراگیر داشته باشد.

یافته‌های پژوهش در مورد رابطه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند نشان داد که میانگین گرایش مردان و زنان به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند به ترتیب ۱/۴۲ و ۴/۰۲ است. نتایج آزمون  $\chi^2$  حاکی از معنی‌دار بودن این تفاوت بود و میزان گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند در میان زنان بیشتر است. این تفاوت معنی‌دار در گرایش زنان به این کتاب‌ها تفسیرهای متفاوتی را مطرح می‌کند. از یک‌سو، شاید بتوان این گرایش را تا حدی ناشی از تفاوت نگرش‌های کلی زنان و مردان در زمینه‌های مختلف دانست و از سوی دیگر تفاوت اوقات فراغت زنان و مردان نیز احتمالاً بتواند تفاوت در گرایش به مطالعه این نوع کتاب‌ها را توجیه کند. البته توزیع متفاوت مشکلات روان‌شناختی نیز می‌تواند تفسیر دیگری برای تفاوت در گرایش زنان و مردان به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی

1. Schueller and Parks

عامه‌پسند باشد. تفسیر دقیق‌تر این بخش از یافته‌ها نیاز به انجام پژوهش‌های عمیق‌تری در زمینه رابطه جنسیت با گرایش‌های مطالعاتی دارد.

از نظر سایر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، افراد مجرد با میانگین گرایش ۳/۶۲ بیش از افراد متأهل، و افراد خانه‌دار و بیکار با میانگین گرایش ۳/۷۳ بیش از افراد شاغل به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند گرایش دارند. در تفسیر این یافته‌ها می‌توان گفت که به نظر می‌رسد داشتن فراغت و وقت آزاد می‌تواند گرایش به مطالعه کتاب‌های عامه‌پسند را افزایش دهد و افرادی که از وقت آزاد بیشتری برخوردار هستند، مطالعه اینگونه کتاب‌ها را نیز به عنوان یکی از راه‌های پر کردن اوقات فراغت در نظر می‌گیرند. بر اساس سایر یافته‌ها افراد با تحصیلات دیپلم و کاردانی با میانگین گرایش ۳/۹۲ بیش از افراد با تحصیلات بالاتر به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند گرایش نشان می‌دهند. احتمالاً افرادی که تحصیلات دانشگاهی بالاتری دارند مطالعه منابع تخصصی‌تر را به کتاب‌های عامه‌پسند ترجیح می‌دهند و به همین سبب گرایش کمتری به اینگونه آثار دارند. البته برای روشن شدن این بخش از یافته‌ها و تفسیرهای مستندتر، انجام پژوهش‌های بیشتری لازم است.

## منابع

- بحرانی، محمود (۱۳۷۶). بررسی چگونگی فعالیت کتابخوانی مردم شیراز از لحاظ مدت زمان مطالعه آزاد، عوامل بازدارنده و عوامل همبسته به آن. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز، شیراز.
- بی‌نیاز، فتح‌الله (۱۳۹۱). علل نفوذ و پراکنش فرهنگی ادبیات عامه‌پسند. *روزنامه آرمان*، شماره ۱۹۲۷، ۲۴ خرداد ۱۳۹۰.
- پنهانی، داود (۱۳۸۶). زندگی در پیشخوان روان‌شناسی عامه‌پسند. *روزنامه ایران*، شماره ۳۷۸۷، ۲۴ آبان ۱۳۸۶.
- رضوانی بروجنی، آیدا (۱۳۹۰). *نقد و تحلیل رمان‌های عامه‌پسند از فهیمه رحیمی، نسرین ثامنی و زویا پیرزاد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان، رفسنجان.*
- زرلکی، شهلا (۱۳۸۸). ادبیات عامه‌پسند چیست؟. *ماهنامه پیام زن*، ۱۵۴، ۶۴-۶۵.
- کلمن، جیمز (۱۳۷۷). *بنیادهای نظریه اجتماعی*. ترجمه منوچهر صبوری کاشانی. تهران: نی.
- میرحسینی، زهره و محمدی، زهرا (۱۳۹۱). بررسی نقش تلویزیون در ترویج فرهنگ کتابخوانی از دیدگاه نوجوانان شهر تهران. *کودک نوجوان و رسانه*، ۱ (۳)، ۱۳-۴۱.



واعظی، منصور (۱۳۹۲). سنجش سرانه مطالعه ایرانیان: سنجش وضعیت مطالعه در سال ۱۳۹۲ و بررسی روند آن در سالهای ۱۳۸۷ تا ۱۳۹۲. تهران: نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور.

## References

- Association for Psychological Science (2009). The Problem with Self-help Books: The Negative Side to Positive Self-statements. *Science Daily*, Retrieved September 27, 2014, from: [www.sciencedaily.com/releases/2009/07/090702110503.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2009/07/090702110503.htm)
- Cushman, P. (1990). Why the Self is Empty: Toward a Historically Situated Psychology. *American Psychologist*, 45 (5), 599-611.
- Farrand, P. & Woodford, J. (2013). Impact of Support on the Effectiveness of Written Cognitive Behavioral Self-Help: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Clinical Psychology Review*, 33 (1), 182-195.
- Ellis, A. (1993). The Advantages and Disadvantages of Self-Help Therapy Materials. *Professional Psychology: Research and Practice*, 24 (3), 335-339.
- Johnston, M.; Foster, M.; Shennan, J.; Starkey, N. J. & Johnson, A. (2010). The Effectiveness of an Acceptance and Commitment Therapy Self-help Intervention for Chronic Pain. *The Clinical Journal of Pain*, 26 (5), 393-402.
- Marx, J. A.; Gyorky, Z. K.; Royalty, G. M. & Stern, T. E. (1992). Use of Self-Help Books in Psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 23 (4), 300-305.
- Ogles, B. M.; Lambert, M. J. & Craig, D. E. (1991). Comparison of Self-Help Books for Coping with Loss: Expectations and Attributions. *Journal of Counseling Psychology*, 38 (4), 387-393.
- Rosen, G. M. (1987). Self-Help Treatment Books and the Commercialization of Psychotherapy. *American Psychologist*, 42 (1), 46-51.
- Schueller, S. M. & Parks, A. C. (2012). Disseminating Self-Help: Positive Psychology Exercises in an Online Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 14 (3), e63.
- Starker, S. (1988). Psychologists and Self-Help Books: Attitudes and Prescriptive Practices of Clinicians. *American Journal of Psychotherapy*, 42 (3), 448-455.
- VandenBos, G. R. (2007). *APA Dictionary of Psychology (1st ed.)*. Washington, DC: American Psychological Association.

به این مقاله این‌گونه استناد کنید:

حریری، نجلا و کرکوتی، سارا (۱۳۹۴). علل گرایش به مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند مطالعه موردی: کتابخانه‌های سازمان فرهنگی هنری شهرداری تهران. *تحقیقات اطلاع‌رسانی و کتابخانه‌های عمومی*، ۲۱ (۲)، ۱۹۹-۲۱۵.