

پرستاری بهداشت روان (۱)

تألیف

رؤیا ترکاشوند

کارشناسی ارشد پرستاری بهداشت روان
عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی
دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد

سرشناسه	: ترکاشوند، رویا، ۱۳۵۳
عنوان و نام پدیدآور	: پرستاری بهداشت روان (۱) / تألیف رویا ترکاشوند.
مشخصات نشر	: بروجرد: دانشگاه آزاد اسلامی (بروجرد)، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۲ ص: مصور، جدول.
شابک	: ۲۵۰۰۰ ریال: 978-964-223-488-2
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص ۱۸۱-۱۸۲.
یادداشت	: واژه‌نامه.
موضوع	: روان پرستاری
موضوع	: بهداشت روانی
شناسه افزوده	: دانشگاه آزاد اسلامی. واحد بروجرد
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۸۸ پ ۴ / RC۴۴۰
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۰/۷۳۶۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۸۵۷۴۰۰



دانشگاه آزاد اسلامی بروجرد

پرستاری بهداشت و روان (۱)

تألیف

رویا ترکاشوند

ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد

ناظر چاپ: علی باجلان

چاپ و صحافی: نویسنده

نوبت چاپ: اول/ ۱۳۸۸

شمارگان: ۲۰۰۰

بها: ۲۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۲۳-۴۸۸-۲

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

بروجرد- میدان نواب - خیابان یادگار امام - مجتمع دانشگاهی امام خمینی (ره)

تلفکس: ۰۶۶۲-۴۴۵۳۰۰۸

Email: Publisher@iaub.ac.ir

سخن ناشر

به نام خداوند لوح و قلم حقیقت نگار وجود و عدم
خدایی که داننده رازهاست نخستین سرآغاز آغازهاست

دانشگاه آزاد اسلامی به عنوان یکی از ارکان نظام آموزش عالی کشور در چشم‌انداز بیست ساله خود، توسعه کیفی را به طور جدی مدنظر قرار داده است. دانشگاه آزاد اسلامی بروجرد به عنوان یکی از با سابقه‌ترین واحدهای دانشگاهی سطح کشور بسا عنایت به پتانسیل‌های موجود و در راستای این حرکت عظیم علمی و فرهنگی و به منظور ایجاد سرعت، دقت و هماهنگی بیشتر در اجرای کلیه امور مربوط به تأمین منابع آموزشی مورد نیاز و همچنین تشویق و ترغیب محققین، مؤلفین و مترجمین دانشگاهی به نگارش و ترجمه کتب معتبر علمی، شورای انتشارات علمی خود را تشکیل داد. بدیهی است که ورود به این عرصه خطیر جز با استمداد از خداوند متعال و چشم‌یاری داشتن از محققین و استاتید ارجمند امکان‌پذیر نیست. لذا از همه صاحب‌نظران ارجمند دعوت می‌شود ما را از نقطه‌نظرها و راهنمایی‌های ارزشمند خود بهره‌مند سازند. در پایان بر خود لازم می‌دانم از جناب آقای دکتر جاسبی ریاست دانشگاه آزاد اسلامی و همچنین معاون محترم پژوهشی دانشگاه به سبب برقراری شرایط و بستر مناسب انجام فعالیت‌های حوزه پژوهش واحد در بخش توسعه فعالیت‌های چاپ و نشر، تشکر و قدردانی نمایم.

دکتر مجتبی جعفرزاده کنارسری

رئیس دانشگاه آزاد اسلامی بروجرد

فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۱۷
فصل ۱: سلامت و بهداشت روان.....	۱۹
مقدمه.....	۲۱
تعریف سلامت روان.....	۲۲
خصوصیات و اجزاء بهداشت روانی.....	۲۲
فصل ۲: روان پرستاری.....	۲۵
روان پرستاری و نقش های مختلف آن.....	۲۷
هدف از پرستاری از بیمارهای روانی.....	۲۷
دوره های آموزش روان پرستاری.....	۲۸
نقش های مختلف روان پرستاران در مراکز بهداشتی درمانی و جامعه.....	۲۹
اعضای تیم درمان.....	۳۰
نقش پرستار در درمان بیماران روانی.....	۳۰
نقش روان پرستار در جامعه.....	۳۱
نقش روان پرستار در پیشگیری و بازتوانی.....	۳۱
مراقبت های غیر مستقیم.....	۳۲
پیشگیری.....	۳۳

فصل ۳: تاریخچه بهداشت روان، روان پرستاری و مراکز روان پزشکی	۳۵
تاریخچه روان پرستاری در جهان	۳۷
تاریخچه روان پرستاری در ایران	۳۸
تاریخچه تأسیس مراکز روان پزشکی در ایران و جهان	۳۹
بیمارستان روانی به عنوان یک محیط درمان	۴۰
طرز تفکر و برخورد کارکنان	۴۱
اصول اخلاقی کارکنان	۴۲
ویژگی های یک مرکز روان پزشکی از نظر ساختار فیزیکی	۴۲
ویژگی های محیط درمانی	۴۳
نقش روان پرستار در حفظ و توسعه محیط	۴۴
فصل ۴: انسان، نیازها و توانایی های	۴۵
انسان، نیازها و توانایی های	۴۷
اهمیت و نقش نیازها در شخصیت انسان	۴۸
رفتار	۴۹
نیازهای اساسی انسان	۴۹
نظریه های رشد و تکامل	۵۲
نظریه رشد روانی - جنسی فروید	۵۲
دوره های تکامل هوش (پیازه) (نظریه روانی - هوشی)	۵۴
نظریه رشد روانی - اجتماعی اریکسون	۵۵
صفات و ویژگی های انسان و توانایی های بالفعل و بالقوه در آنها	۵۸
تفاوت های فردی	۵۹
تفاوت انسان ها از نظر جسمی	۵۹
تفاوت انسان ها از نظر ذهنی	۵۹

فصل ۵: مفهوم خود.....	۶۱
مفهوم خود و خویش و خصوصیات افراد با احساس ارزشمندی.....	۶۳
خودشناسی.....	۶۴
نقش اجتماع و خود.....	۶۵
خود و هوش.....	۶۵
اجزاء ساختمان خود.....	۶۶
خود ایده آل.....	۶۶
عزت نفس.....	۶۷
عملکرد نقش.....	۶۷
هویت شخصی.....	۶۸
اعتماد به نفس.....	۶۸
شخصیت سالم.....	۶۹
خویش و خویش داری.....	۷۰
ارزش.....	۷۱
سیستم ارزشی.....	۷۲
نیاز به احساس ارزشمندی (خود پنداره مثبت).....	۷۲
مشخصه احساس خود ارزشمندی.....	۷۲
خصوصیات افراد با ارزشمندی پایین.....	۷۳
خصوصیات افراد با ارزشمندی کاذب بالا (خود بزرگ بینی).....	۷۴
فصل ۶: ارتباط.....	۷۵
ارتباط.....	۷۷
هدف از برقراری ارتباط با بیمار.....	۷۷
انواع ارتباطات.....	۷۷
موانع ارتباطی.....	۷۸
مهارت های شنیداری در ارتباط درمانی.....	۷۸

تکنیک‌های ارتباط درمانی.....	۷۹
فصل ۲: مصاحبه با بیمار روانی و معاینه وضعیت روانی	۸۵
مصاحبه.....	۸۷
ویژگی‌های مصاحبه.....	۸۷
معاینه وضعیت روانی.....	۸۹
اختلالات حافظه.....	۹۲
اختلالات روانی - حرکتی.....	۹۳
اختلالات هوشیاری.....	۹۴
اختلالات خواب.....	۹۴
پاسخ‌های سازشی در اضطراب.....	۹۵
مکانیسم‌های دفاعی فرد.....	۹۵
فصل ۸: نشانه‌های شایع در اختلالات روانی.....	۹۷
نشانه‌های شایع در اختلالات روانی.....	۹۹
دستگاه هیجانی.....	۹۹
دستگاه عاطفه.....	۱۰۰
حالات مرضی عاطفی شایع.....	۱۰۰
اختلالات حسی.....	۱۰۲
دستگاه درکی.....	۱۰۲
تصور.....	۱۰۲
اختلالات شایع ادراک.....	۱۰۳
توهم.....	۱۰۳
تفکر.....	۱۰۴
اختلالات تفکر.....	۱۰۴
حالات مرضی اختلال فکر.....	۱۰۵

انواع هذیان.....	۱۰۶
تفکر وسواسی.....	۱۰۷
حافظه.....	۱۰۷
انواع حافظه.....	۱۰۷
اختلالات حافظه.....	۱۰۸
هوشیاری.....	۱۰۸
سطوح هوشیاری.....	۱۰۸
دستگاه رفتاری.....	۱۰۹
اختلالات رفتاری.....	۱۰۹
اختلالات کلامی.....	۱۱۰

فصل ۹: نقش مذهب الهی در پیشگیری و درمان بیماری‌های روانی..... ۱۱۱

نقش مذهب الهی در پیشگیری و درمان بیماری‌های روانی.....	۱۱۳
قرآن و بهداشت روان.....	۱۱۴
اهمیت سلامت روانی از دیدگاه اسلام.....	۱۱۵
نقش دعا در بهداشت روان.....	۱۱۵
نقش نماز در بهداشت روان.....	۱۱۶
پرستار و باورهای مذهبی بیماران.....	۱۱۷

فصل ۱۰: استرس..... ۱۱۹

استرس.....	۱۲۱
تعریف و خصوصیات ویژه استرس.....	۱۲۲
طبیعت فشار روانی.....	۱۲۴
ارتباط اضطراب و استرس.....	۱۲۴
عوامل ایجاد استرس (استرسور).....	۱۲۴
عوامل مؤثر در واکنش به استرس.....	۱۲۶

تأثیر استرس بر ادراک.....	۱۲۷
مکانیسم سندرم عمومی سازگاری.....	۱۳۰
سندرم موضعی سازگاری.....	۱۳۰
تأثیر استرس بر ارگانیزم.....	۱۳۱
روش‌های پیشگیری و سازش با استرس.....	۱۳۲

فصل ۱۱: بحران..... ۱۳۳

بحران.....	۱۳۵
انواع بحران.....	۱۳۵
مراحل مبارزه یا روبرویی با بحران.....	۱۳۶
روش‌های مداخله در بحران.....	۱۳۷
تعریف.....	۱۳۸
انواع استرس‌ها.....	۱۴۰
علائم استرس.....	۱۴۱
منابع استرسورها.....	۱۴۱
شهرنشینی و مسئله بهداشت روانی.....	۱۴۲
اندازه‌گیری استرسورها.....	۱۴۴
مراقبت‌ها و فرایند پرستاری.....	۱۴۴
اجرا.....	۱۴۸
ارزشیابی.....	۱۴۸

فصل ۱۲: فرآیند سازگاری..... ۱۴۹

فرآیند سازگاری.....	۱۵۱
عوامل مؤثر در سازگاری.....	۱۵۱
ابعاد سازگاری.....	۱۵۲
سندرم عمومی سازگاری.....	۱۵۳

عوامل تغییر دهنده حالات استرسی بدن.....	۱۵۴
خصوصیات مکانیسم‌های دفاعی.....	۱۵۴
فصل ۱۳: علل و عوامل اختلالات روانی.....	۱۵۷
علل اختلات روانی.....	۱۵۹
طبقه‌بندی علل.....	۱۵۹
تنوری سایکوزنیک- سوماتوزنیک.....	۱۶۲
فصل ۱۴: مهارت‌های زندگی.....	۱۶۵
مقدمه.....	۱۶۷
آموزش مهارت‌های اجتماعی.....	۱۶۹
آموزش مقابله با اضطراب.....	۱۶۹
آموزش مقابله با افسردگی.....	۱۷۰
آموزش مقابله با خشم.....	۱۷۱
نحوه کنترل خشم.....	۱۷۲
ضمیمه ۱: واژه‌شناسی در اختلالات روانی.....	۱۷۳
واژه‌شناسی.....	۱۷۳
خطاهای شایع پرستار در ارتباط درمانی (تکنیک‌های غیردرمانی).....	۱۷۴
علائم و نشانه‌های اختلالات روانی.....	۱۷۵
اختلال حرکتی.....	۱۷۶
اختلال نظم.....	۱۷۹
اختلالات درک.....	۱۷۹
اختلالات حافظه.....	۱۸۰
ضمیمه ۲: فهرست منابع.....	۱۸۱

پیشگفتار

سپاس پروردگار یکتا و بلند مرتبه که پس از سال‌ها مطالعه و کسب تجربه توانستم کتاب مورد نظر را در جهت کارگشایی دانشجویان پرستاری برطبق سرفصل واحد درسی بهداشت روان (۱) ارائه نمایم، کتاب حاضر که با نثری روان نگاشته شده می‌تواند مورد استفاده دانشجویان کارشناسی پرستاری، کاردانی بهداشت خانواده، مبارزه با بیماری‌ها و حتی اقشار مختلف جامعه نیز قرار بگیرد تا آگاهی‌های لازم را در زمینه‌های اصول بهداشت و سلامت روان و ابعاد آن بدست آورند.

برخود واجب می‌دانم تا از زحمات و تلاش‌های بی‌شائبه جناب آقای دکتر مجتبی جعفرزاده ریاست محترم دانشگاه، جناب آقای دکتر علی آریابور معاونت محترم پژوهشی و جناب آقای علی باجلان مسئول انتشارات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد که امکان نشر اثر حاضر را فراهم نموده‌اند، تشکر و قدردانی نمایم.

امید است این کار کوچک گامی به سوی ارتقاء علمی و رفع نیاز دانشجویان گرامی باشد.

رویا ترکاشوند

۱۳۸۸