

آشنایی با سلامت روانی

و

آشنایی

مؤلف:

علی میرزایی

سرشناسه	: میرزایی، علی، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: آشنایی با سلامت روانی و انگیزش [کتاب] / مولف علی میرزایی.
مشخصات نشر	: تبریز: انتشارات پژوهش‌های دانشگاه، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۹۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۰۳-۶۳-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۸۲ - ۸۷.
موضوع	: پیشرفت تحصیلی -- ایران -- ارزشیابی -- نمونه پژوهی
موضوع	: Promotion (School) -- Iran -- Evaluation -- Case studies
موضوع	: دانشجویان -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی
موضوع	: College students -- Mental health -- Iran -- Case studies
رده بندی کنگره	: LB۳۰۶۳/۹۱۵ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۲۸
شماره	: ۴۷۰۵۱۹۲
کتابشناسی ما	

عنوان کتاب:	----- آشنایی با سلامت روانی و انگیزش
تالیف:	----- علی میرزایی
ناشر:	----- انتشارات پژوهش‌های دانشگاه
طراح روی جلد:	----- نعیمه مناف زاده
صفحه آرائی:	----- الهام اعرج فدائی
چاپ و مصافی:	----- مدیران
تیراژ:	----- ۲۰۰۰ جلد
نوبت چاپ:	----- اول/۱۳۹۸
شابک:	----- ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۰۳-۶۳-۱
قیمت:	----- ۱۸۰۰۰ تومان



معاونت پژوهش و فناوری

انتشارات پژوهش‌های دانشگاه

عضو رسمی انجمن ناشران دانشگاهی



انتشارات پژوهش‌های دانشگاه
پژوهش‌های دانشگاهی

آدرس دفتر مرکزی: آذربایجان شرقی، تبریز، آبرسان، مجتمع تجاری بلور، روبروی کلاتری، داخل حیاط (ضلع شرقی)، پلاک ۳۹
تلفن های تماس بخش مدیریت: ۰۹۱۴۶۱۴۳۴۶/۰۴۱۳۲۶۲۱۱۶ بخش امور فنی: ۰۴۱۳۳۲۵۰۲۴۸
دفتر اهر: شهرستان اهر - میدان معلم - روبروی دارایی - انتشارات پژوهش‌های دانشگاه / دفتر اهر تلفن: ۰۹۳۰۸۱۴۸۴۸۶
www.Unpb.org / Info@unpb.org www.Pajohesh-daneshgah.ir / Info@pajohesh-daneshgah.ir

طبق قانون حمایت از حقوق ناشران و مولفان هر شخص حقیقی و حقوقی که تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر و مولف، نشر یا عرضه یا تکثیر یا تجدید چاپ نماید مورد پیگیری جدی قانونی خواهد گرفت و مطابق با جرایم قوانین اسلامی برخورد خواهد شد.

فهرست مطالب

۹	 مقدمه
۱۱	فصل اول: سلامت روان
۱۱	 تعریف سلامت روان
۱۵	 مبانی نظری سلامت روانی
۱۵	۱- تحلیل و بررسی سلامت روانی
۱۷	۲- جایگاه سلامت روانی در جامعه
۱۸	۳- معیارهای سلامت روانی
۱۸	الف) ادراک درست و به جا از توانایی های خود و دیگران
۱۸	ب) سازگاری مناسب اجتماعی
۱۸	ج) احساسات گسسته نداشتن
۱۸	د) داشتن هدف در زندگی
۱۹	ه) اتکا به منابع درونی خود
۱۹	ی) پای بندی به ارزش های اخلاقی
۱۹	۴- ویژگی ها و صفات افراد برخوردار از سلامت روانی
۲۱	۵- دیدگاههای متخصصان و مکاتب در مورد سلامت روانی
۲۲	 دیدگاه رفتار گرایی
۲۲	 دیدگاه مکتب زیست گرایی
۲۳	 دیدگاه روان کاوی
۲۳	 دیدگاه مکتب انسان گرایی
۲۵	 دیدگاه مکتب بوم شناسی
۲۹	 دیدگاه شناختی
۳۰	 دیدگاه هستی گرایی
۳۱	 دیدگاه روانپزشکی
۳۱	 دیدگاه های روان تحلیلی
۳۷	فصل دوم: انگیزش
۳۷	 مبانی نظری انگیزش پیشرفت
۳۷	۱- تحلیل و بررسی انگیزش پیشرفت
۳۹	 انگیزش
۴۰	 انواع انگیزش
۴۰	 انگیزش و یادگیری

۴۱	عوامل موثر بر انگیزش
۴۳	۲- نظریات مختلف درمورد انگیزش
۴۳	الف) نظریه های محتوایی
۴۴	۱- نظریه سلسله مراتب مازلو
۴۴	- نیازهای فیزیکی
۴۴	- نیازهای امنیت
۴۴	- نیازهای اجتماعی
۴۵	- نیازهای احترام
۴۵	- نیازهای خود شکوفایی
۴۶	۲- نظریه آلدرف
۴۶	- نیازهای زیست
۴۶	- نیازهای وابستگی
۴۶	- نیازهای رشد
۴۷	۳- نظریه دو عاملی هرزبرگ
۴۹	ب) نظریه های فرایندی
۴۹	۱- نظریه انتظار وروم
۵۰	۲- نظریه برابری
۵۰	۳- نظریه تعیین هدف
۵۱	۳- ماهیت انگیزه پیشرفت
۵۲	۴- آموزش انگیزه پیشرفت
۵۲	آموزش انگیزه پیشرفت شامل چهار مرحله است
۵۳	۵- انگیزه پیشرفت در فرهنگ های مختلف
۵۴	۶- نقش افراد دارای انگیزه پیشرفت در مدیریت سازمان
۵۶	۷- نظریه های انگیزه پیشرفت
۵۶	۱- نظریه هنری مورای
۵۶	۲- نظریه اسپنس و هلمریچ
۵۷	۳- نظریه اتکینسون
۵۷	۴- نظریه هرمنس
۵۸	شیوه های ارتقاء انگیزش تحصیلی در دانش آموزان
۶۱	ویژگیهای افراد دارای انگیزه پیشرفت
۶۱	پایداری در افراد با انگیزش پیشرفت بالا
۶۱	روشهای اندازه گیری انگیزه پیشرفت

۶۳	فصل سوم: پیشرفت تحصیلی
۶۳	پیشرفت تحصیلی
۶۴	مبانی نظری پیشرفت تحصیلی
۶۴	عملکرد تحصیلی
۶۵	۱- تحلیل و بررسی پیشرفت تحصیلی
۶۷	۲- خانواده و پیشرفت تحصیلی
۶۸	۳- عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی
۶۸	الف) عوامل فردی
۶۸	۱- هوش و توانایی ذهنی
۶۸	۲- انگیزه
۶۹	ب) عوامل خانوادگی
۶۹	ج) عوامل آموزشی
۶۹	۱- امکانات و فضای مناسب آموزشی
۷۰	۲- برنامه ریزی های آموزشی
۷۰	۳- شیوه های تدریس
۷۰	۴- تجربه معلمان و اساتید
۷۱	۵- مهارت ها
۷۲	نظریه های نیاز به پیشرفت
۷۲	الف- نظریه نیاز هنری موری
۷۲	نیازها (انگیزه های درونی) و فشارها (محرک های بیرونی)
۷۴	ب- نظریه مک کله لند
۷۵	ج- نظریه سلسله مراتب نیازهای مازلو
۷۶	د- نظریه اتکینسون
۷۷	ه - نظریه واینر
۷۸	ز) نظریه پیشرفت دوگانه
۷۸	ت) نظریه هرمنس
۷۹	ارتباط انگیزه پیشرفت با سایر جنبه های زندگی
۸۱	راه هایی برای افزایش انگیزه ی پیشرفت در دانش آموزان
۸۵	منابع و مأخذ

امروزه با پیچیده تر شدن جوامع، تلاش های مدیریتی غالباً در جهت حفظ و نگهداری و پیشرفت منابع انسانی، کاهش نارضایتی و افزایش کارایی و اثربخشی آنهاست و یکی از عوامل تاثیرگذار در این زمینه سلامت روانی، انگیزش پیشرفت و پیشرفت تحصیلی فراگیران می باشد.

سلامت روانی عبارت است از سازش فرد با جهان اطرافش با حداکثر امکان به طوری که باعث شادی و برداشت مفید و موثر به طور کامل شود. عدم سلامت روانی از پیشرفت و اعتلای فرد و هم چنین توانایی ادامه اعمال و وظایفی که برعهده دارد، جلوگیری خواهد نمود و خود این امر باعث اختلال در سلامت و پیشرفت جامعه و عواقب ناشی از آن خواهد شد.

انگیزه پیشرفت و تلاش و کوششی است که فرد در دست یابی به یک هدف یا تسلط بر اشیا و امور افراد و اجتماعات و رسیدن به یک معیار متعالی از خود ابراز می دارد. انگیزه پیشرفت لزوماً برای پیشرفت اشیا مشروط به کسب نمره بالا، مقام های قابل قبول اجتماعی و یا حقوق و دستمزد بالا نیست، بلکه برنامه و کوشش در راه کمال و تعالی است. نگرش به سوی موفقیت نه خود موفقیت و این مساله گستره وسیعی از فعالیت های انسانی را شامل می شود.

پیشرفت تحصیلی عبارت است از معلومات، مهارت های اکتسابی عمومی یا خصوصی در موضوع های درسی که معمولاً به وسیله آزمایش ها و امتحانات وضع می شود، اندازه گیری می شود. پیشرفت در معنای کلی آن یعنی هر نوع فعالیت یا مجموعه ای از پاسخ های فرد که بر محیط اثر می گذارد. اما در معنای خاص، منظور از پیشرفت انجام کار و پیشرفت در یک عمل است که در آن کفایت رفتار نیز به طور ضمنی مد نظر باشد.