

۲۰۰
۱
۶۴
نفس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ
وَالَّذِي يُرْسِلُ الرِّيَّاحَ
وَيُنَزِّلُ الْمُنْزِلَ
وَالَّذِي يُمْسِكُ
السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ
لَا تَفِيضَانِ بِهٖ
وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

سلامت روان و بهزیستی روان شناختی در پرستاران

رینب سیف

سرشناسه : سیف، زینب، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور: سلامت روان و بهزیستی روان شناسی در پرستاران / زینب سیف.
مشخصات نشر: قم: آیین احمد(ص)، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری ۶۴.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۲۶-۵۹-۰
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
ادداشت: پرستاران -- بهداشت روانی
موضوع: Nurses -- Mental health
رده بندی کنگره: RT ۸۶
رده بندی دیویی: ۶۱۰/۷۳۰۱
شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۷۳۲۴۲



سلامت روان و بهزیستی روان شناسی در پرستاران

زینب سیف

چاپ: سمردی
شمارگان: ۱۰۰ نسخه
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۲۶-۵۹-۰

ناشر: انتشارات آیین احمد(ص)
نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸
قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

همه حقوق محفوظ است.

آدرس ناشر و مرکز پخش: قم، شهرک ایثار، کوچه ۱۵، پلاک ۱۵ واحد ۵ انتشارات آیین احمد(ص)

همراه: ۰۹۱۳۲۵۲۰۲۹۳

پست الکترونیکی: Ayynahmad@gmail.com

پیشگفتار

مراقبت‌های پرستاری^۱ به عنوان یک جزء اساسی از خدمات بهداشتی درمانی از اهمیت بسیاری برخوردار است. اهمیت وظایف و مسؤولیت‌های پرستاران در انجام مراقبت‌های پرستاری، بیش از پیش مشخص شده است. در میان کارکنان بخش بهداشت و درمان، پرستاران بزرگترین گروه حرفه‌ای در سیستم مراقبت بهداشتی و درمانی به حساب می‌آیند. بنابراین آنها نقش بارزی در سیستم سلامتی جامعه برعهده دارند. بدین منظور در کتاب حاضر تلاش شده است سلامت روان و بهزیستی روانشناختی پرستاران بیان گردد و در پایان از دانشجویان عزیز، همکاران گرامی و خوانندگان محترم استدعا داریم که با رهنمودهای ارزشمند خود ما را در جهت رفع نقایص احتمالی یاری نمایند

^۱ - Nursing Care

فهرست

بخش اول: سلامت روان

۲	سلامتی چیست؟
۲	سلامت روانی
۹	ویژگیهای سلامت روان
۱۲	ابعاد سلامت روان
۱۲	سلامت جسمانی
۱۲	سلامت اجتماعی
۱۳	سلامت هیجانی
۱۳	سلامت عقلانی
۱۳	سلامت معنوی
۱۳	سلامت روانشناختی
۱۴	جایگاه سلامت روان در جامعه
۱۶	مفهوم سلامت روان از دیدگاههای نظری مختلف
۱۶	فروید
۱۷	آدلر
۱۸	مازلو
۲۰	سلامت روان از دیدگاه اسلام

بخش دوم: بهزیستی روان شناختی

۲۱	بهزیستی روانشناختی
۲۴	الگوهای بهزیستی روان شناختی
۲۵	اهمیت بهزیستی روانشناختی

۲۶	اجزاء تشکیل دهنده بهزیستی روانشناختی
۲۷	عوامل مؤثر بر بهزیستی روانشناختی
۳۰	شخصیت و بهزیستی روانشناختی
۳۰	ویژگی‌های افراد سالم و دارای بهزیستی روان شناخت بالا
۳۳	سلامت روانشناختی و جنسیت
۳۴	نظریات بهزیستی روانی

بخش سوم: بهزیستی روانشناختی و سلامت روان در پرستاران

۳۸	پرستاری
۳۹	توانایی‌های مورد نیاز حرفه پرستاری
۴۱	وظایف حرفه پرستاری
۴۴	مشکلات حرفه پرستاری
۴۶	سلامت روانی و بهزیستی روانشناختی در پرستاران
۴۹	منابع

مقدمه

یکی از خصوصیات روانشناختی پرستاران که ممکن است به دلیل شرایط خاص آنها و فعالیت آنها در بخش‌های مختلف جراحی قلب و جراحی عمومی با هم متفاوت باشند سلامت روانی^۱ آنان است. حرفه پرستاری ماهیتاً تنش زاست و تنش بر کیفیت زندگی و سلامت روانی جسمی پرستاران تاثیر دارد. پرستاری نمونه‌ای از شغل‌هایی است که فرد ساعات زیادی را با بیماران می‌گذراند و در شغل‌هایی که در آنها ارتباط انسانی مطرح است تنیدگی^۲ بیشتری وجود دارد و باعث به مخاطره انداختن سلامت فرد می‌شود. حرفه پرستاری به سبب ماهیت خاص خود به گونه‌ای است که بخصوص در پرستاران بخش‌های ویژه بدلیل مواجهه بیشتر با درد و رنج و مرگ و میر بیماران، می‌تواند بر میزان واکنش‌های هیجانی و سلامت روانی آنها تأثیر بگذارد. بهزیستی روانشناختی^۳ پرستاران نیز ممکن است به دلیل شرایط خاص آنها و فعالیت آنها در بخش‌های مختلف جراحی قلب و جراحی عمومی با هم متفاوت باشند. بهزیستی روانشناختی در محیط کار مستلزم بر احساس لذت، خوشایندی امور، دستیابی به اهداف، احساس تامین خواسته‌ها و نیازها، داشتن احساس خوب نسبت به خود، تجربه هیجانات مثبت درعین انجام وظایف و مسئولیت‌ها و احساس رضایت از خود و زندگی است. مشاغلی مانند پرستاری که در آن ارتباط و روابط اجتماعی و مین فردی گسترده وجود دارد و کارکنان آن نقش امور مراقبتی و درمانی را به عهده دارند، به طور طبیعی بستری برای رشد ابتلا به انواع بیماری‌های جسمی و روانی است.

بر اساس آمارهای اعلام شده از سوی سازمان نظام پرستاری کشور ۷۵ درصد پرستاران دچار افسردگی و انواع ناراحتی‌های جسمی و روانی می‌باشند و کمتر پرستاری را می‌توان یافت که پس از ۱۲ سال کار دچار ناراحتی‌های فیزیولوژیکی، بیماری‌های عفونی یا ناراحتی‌های روانی نشده باشد؛ چنانکه اکثر پرستاران در سن بازنشستگی انسان‌هایی ضربه دیده و از کار

^۱- Mental Health

^۲- Tension

^۳- Psychological Well-Being

افتاده هستند. از طرفی در کشور ما، پرستاران درصد قابل توجه‌ای از شاغلین سیستم بهداشت و درمان را تشکیل می‌دهند که فعالیت آنها جزء مشاغل سخت و دارای نوبت کاری است.

www.ketab.ir