

توانمند سازی روانشناختی و سلامت روان در دوران سربازی

تالیف:

هادی محمدی کارنامی

www.ketab.ir



انتشارات رازنهان

۱۳۹۸

سرشناسه	: محمدی کارنامی، هادی، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	: توانمندسازی روانشناختی و سلامت روان در دوران سربازی/تالیف هادی محمدی کارنامی.
مشخصات نشر	: تهران: راز نهان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۶۳ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۴۴۸-۷۰۱-۹
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۵۷.
موضوع	: سربازان -- روان شناسی
موضوع	: Soldiers -- Psychology
موضوع	: بهداشت روانی
موضوع	: Mental health
رده بندی کنگره	: U۲۲/۳
رده بندی دیویی	: ۳۵۵.۰۱۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۶۱۸۸۵

آدرس: میدان انقلاب، اول جمال زاده جویی، کوچه دانشور، پلاک ۱۲، واحد ۲
شماره تماس: ۰۹۱۲۲۳۳۰۲۶۹ - ۰۶۶۹۰۱۸۴۱
آدرس الکترونیکی: raznahanbook@gmail.com
آدرس سایت: www.raznahanbook.com



که عنوان کتاب..... توانمندسازی روانشناختی و سلامت روان در دوران سربازی
که مولف..... هادی محمدی کارنامی
که صفحه آرا..... رضا کاوه
که طراح جلد..... رضا کاوه
که ناشر..... رازنهان
که شمارگان..... ۱۰۰۰ نسخه
که نوبت چاپ..... اول ۱۳۹۸
که قیمت..... ۹۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-448-701-6

فهرست مطالب

پیشگفتار	۹
مقدمه	۱۱
فصل اول: خدمت سربازی	۱۵
خدمت سربازی	۱۵
مسائل و عوامل تاثیر گذار در دوران سربازی	۱۷
مدت سربازی	۱۸
فصل دوم: توانمند سازی	۲۱
توانمند سازی رواشناختی	۲۴
فصل سوم: نظریه های ویژگی های شخصیت	۲۷
نظریه گوردون آلپورت	۲۸
نظریه شخصیت آیزنک	۲۹
نظریه پنج عامل شخصیت	۳۰
ارزیابی نظریه ویژگی های شخصیت	۳۰
ویژگی های شخصیتی	۳۱
تعریف شخصیت	۳۴
عوامل به وجود آورنده شخصیت	۳۵
ابعاد اصلی شخصیت	۳۶
ماهیت شخصیت	۳۶
شخصیت سالم از دیدگاه مکاتب مختلف روانشناسی	۳۷
روان شناسی فردی آدلر	۳۷
اریک اریکسون	۳۸
مکتب انسان گرایی کارل راجرز	۳۸

۳۹.....مکتب رفتارگرایی بی . اف . اسکینر.....

۳۹.....مکتب شناختی ویلیام گلاسر.....

۴۰.....مکتب هستی گرایی ویکتور فرانکل.....

۴۳.....**فصل چهارم: سلامت روان**.....

۴۳.....مفهوم سلامت.....

۴۴.....مدل های سلامت.....

۴۵.....ابعاد سلامت.....

۴۷.....رویکرد سلامت عمومی به سلامت روانی.....

۴۷.....اختلال روانی.....

۴۸.....طبقه بندی اختلال های روانی.....

۴۹.....تاریخچه بهداشت روان در ایران.....

۵۱.....**سخن پایانی**.....

۵۷.....منابع.....

www.ketab.ir

پیشگفتار

نیروهای مسلح در هر کشوری، از دو بخش «وظیفه و سازمان» تشکیل می شود؛ اما بخش عمده نیروهای مسلح را سربازان و نیروهای وظیفه تشکیل می دهند. حضور پسران جوان کشور در بهترین دوران عمر خود، به مدت دو سال در نیروهای مسلح، از اهمیت خاصی برخوردار است و باید بیش از گذشته به آن اهمیت داد. توجه به موارد روان شناختی و ویژگی های دوران سربازی، از جمله نکاتی است که باید مورد ارزیابی و بررسی برنامه ریزان و فرمانده های ارشد قرار گیرد، تا یک جوان، با انگیزه و رغبت بیشتری، وارد خدمت سربازی شود و هرگز آن را یک اجبار و تحمیل و مانع ترقی و پیشرفت خود، تلقی نکند.

وقتی یک جوان، وارد خدمت سربازی می شود، صفات و خصلت هایی ویژه خود دارد؛ اما پس از اتمام این دوره، بسیاری از آن صفات، دچار تحول و دگرگونی می شوند. طبیعی است که یک جوان، متناسب با ویژگی های محیط خدمت خود، نگرش و شناخت و تفکرات متفاوتی نسبت به دوران پیش از سربازی پیدا می کند. با توجه به جنبه های مختلف دوران خدمت، این نگرش ها و تفکرات (اعم از مثبت و منفی)، در ابعاد روحی، تربیتی و اجتماعی یک جوان، خواه ناخواه، تأثیر خواهند گذاشت.

از آن جا که جنبه های مثبت دوران سربازی، سبب افزایش بهره وری و کارایی سربازان می شود و جنبه های منفی آن، بهره وری آنها را دچار اختلال می کند و از طرفی، تأثیرات مخربی در رفتار و دیدگاه سرباز، نسبت به نیروهای مسلح می گذارد، توجه و تأکید بر جنبه های مثبت و شناخت و رفع جنبه های منفی، اهمیت ویژه ای پیدا می کند.