

بهداشت روانی

www.ketab.ir

تالیف

دکتر اقبال زارعی - گلشن شکری

سرنشانه	: زارعی، اقبال، ۱۳۴۵
عنوان و نام پدیدآور	: بهداشت روانی / نویسندگان اقبال زارعی-گلشن شکری
مشخصات نشر	: تهران: اندیشه ارشد، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۲ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۷۱-۷۰-۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: بهداشت روان
موضوع	: Mental health
شناسه افزوده	: شکری، گلشن، ۱۳۵۸
رده بندی کنگره	: RA ۷۹۰ / زب ۹ ۱۳۹۷
رده بندی دیوید	: ۲/۳۶۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۳۱۵۸۱۴
انتشارات اندیشه ارشد	
نام کتاب	: سلامت روانی
مولفین	: دکتر اقبال زارعی (عضو هیات علمی دانشگاه)-گلشن شکری
حروف چینی-ویراستاری:	: اعظم فتح بخش
طراح جلد	: عارف شکری
نوبت چاپ	: اول-۱۳۹۸
قطع	: وزیری
شمارگان	: ۱۰۰۰
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۷۱-۷۰-۸
قیمت	: ۱۰.۰۰۰ تومان

هرگونه کپی برداری از سبک و سیاق و یا تکثیر کل یا قسمتی از کتاب های انتشارات اندیشه ارشد ممنوع بوده و متخلف بر اساس قانون دفاع از حقوق مولفین و مصنفین تحت پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت. و با حقوقي انتشارات اندیشه ارشد

فهرست

فصل اول

تاریخچه بهداشت روانی..... ۶

فصل دوم

اصول بهداشت روانی و معیارهای رفتار نابهنجار..... ۱۲

فصل سوم

بیماری های روانی در جامعه..... ۲۵

فصل چهارم

احتیاجات جسمانی با بهداشت روانی..... ۳۱

فصل پنجم

یادگیری و بهداشت روانی..... ۵۴

فصل ششم

ورزش و بهداشت روانی..... ۶۲

فصل هفتم

اعتیاد و بهداشت روانی..... ۷۰

فصل هشتم

قانون و بهداشت روانی..... ۸۸

فصل نهم

استرس و بهداشت روانی..... ۹۵

فصل دهم

فضای مجازی و بهداشت روانی..... ۱۰۴

فصل یازدهم

تکنولوژی پزشکی..... ۱۱۳

کتاب حاضر درباره، بهداشت روانی است و ما لازم می بینیم قبل از این که شروع کنیم، دو سه نکته خیلی کوتاه، به عنوان مقدمه خدمتتان عرض کنیم. یکی از مهم ترین مسائل دین اسلام، توجه به بهداشت و سلامت جسم و روان است. واژه «دین» در لغت؛ یعنی کیش، آیین، طریقت و شریعت و در اصطلاح «به مجموعه ای از بایدها و نبایدها و باورهای طقی و عقلانی گفته می شود که بر اساس ویژگی ها و نیازهای فطری بشر استوارند و همین مسئله، خود به عنوان اصلی ترین عامل تأمین بهداشت روانی و احساس خودارزشمندی است». ما، تهیه این کتاب از منابع فارسی و انگلیسی استفاده کرده ایم. کتاب های ترجمه شده را، جدیدترین ویرایش انگلیسی مطابقت داده ایم. از بخش های قوی الهام گرفته ایم و، در مواردی که ضعف ها را، البته از دید خودمان، اصلاح کرده ایم. بنابراین مدیون کسانی هستیم که در ترجمه کتاب های مذکور زحمت کشیده اند.

اسحاق راجی گلشن شکری

تابستان ۱۳۹۷