

۱۵۲.۴۰۵
ناره درخواست



روان‌شناسی پیشگیری

علم ارسای سلامت فرد و اجتماع

نویسنده:

جان. ال. رمانو

مترجم:

حسین ناصری

سرشناسه

:رومانو، جان

Romano, John

عنوان و نام پدیدآور : روان‌شناسی پیشگیری: علم ارتقای سلامت فرد و اجتماع/نویسنده جان. ال. رمانو؛ مترجم حسین ناصری.

مشخصات نشر : تهران، جهاد دانشگاهی شهید بهشتی، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۲۳۸ص: مصور، جدول.

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۴۷۹-۰۸۷-۴ : ۱۰۰ ریال

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت : عنوان اصلی: Prevention Psychology: enhancing personal and social well-being, c (۲۰۱۵)

یادداشت : کتابنامه: ص ۲۰۰-۲۳۸.

عنوان دیگر : علم ارتقای سلامت فرد و اجتماع.

موضوع : فشار روانی - پیشگیری

موضوع : Stress (Psychology- Prevention)

موضوع : روان‌شناسی رشد

موضوع : Developmental psychology

موضوع : خشونت در مدرسه - پیشگیری

موضوع : School violence- Prevention

شناسه افزوده : ناصری، حسین، ۱۳۴۹، مترجم.

شناسه افزوده : جهاد دانشگاهی شهید بهشتی، واحد شهید بهشتی

رده‌بندی کنگره : ۶۵۰/۴۵۰ RC

رده‌بندی دیویی : ۶۰۶/۸۹۰۵

شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۰۹۳۸۰



دانشگاه شهید بهشتی
دانشگاه علوم، تحقیقات و فناوری



شهید بهشتی

عنوان: روان‌شناسی پیشگیری (علم ارتقای سلامت فرد و اجتماع)

تألیف: جان. ال. رمانو

ترجمه: حسین ناصری

ویراستار: ثمره عبدالصمدی

ناشر: جهاد دانشگاهی شهید بهشتی به سفارش دفتر مشاوره و سلامت سازمان امور دانشجویان

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۷۹-۰۸۷-۴

قیمت: ۱۰۰ ریال

تلفن مرکز پخش و توزیع: تهران - میدان فردوسی - خیابان انقلاب اسلامی - خیابان شهید موسوی (فرصت جنوبی) - پلاک ۲۷

سازمان امور دانشجویان - دفتر مشاوره و سلامت

وب‌سایت: www.iransco.org

کلیه حقوق این اثر متعلق به دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فناوری است. هر گونه چاپ و تکثیر کل یا قسمتی از محتویات اثر به هر صورت اعم از فتوکپی، برداشت به صورت دست‌نویس و غیره بدون اجازه کتبی مترجم ممنوع است و متخلفان به موجب قانون حمایت از ناشران تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۸	پیشگفتار.....
	فصل اول
۹	مقدمه.....
۱۰	تعریف روان‌شناسی پیشگیری.....
۱۵	چشم‌انداز نویدبخش پیشگیری در قرن ۲۱.....
۱۶	راهبرد ملی پیشگیری.....
۱۶	این کتاب.....
	فصل دوم
۱۹	تاریخچه پیشگیری.....
۱۹	ابتدای قرن بیستم و آگاهی سلامت روان.....
۲۲	دولت آمریکا: ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها.....
۲۵	پیشگیری از اواسط تا اواخر قرن بیستم.....
۲۶	پیشگیری و روان‌شناسی اجتماع.....
۲۷	مشاوره و پیشگیری.....
۲۸	مددکاری اجتماعی و پیشگیری.....
۲۹	انجمن تحقیقات پیشگیری.....
۲۹	مدل‌های نظری پیش برنده پیشگیری.....
۳۰	خلاصه.....
	فصل سوم
۳۳	نظریه‌های پیشگیری در تغییر رفتار.....
۳۴	مدل بین نظری تغییر رفتار.....
۳۵	مراحل تغییر.....
۳۵	پیش تعمق.....
۳۶	تعمق.....
۳۶	آمادگی.....
۳۶	اقدام.....
۳۷	نگهداری.....
۳۷	پایان‌دهی.....
۳۷	فرایندهای تغییر.....
۳۹	سود و زیان‌های تغییر (تعادل در تصمیم).....
۳۹	خود-کارآمدی.....
۳۹	وسوسه.....
۳۹	نقاط قوت و محدودیت‌ها.....
۴۱	نظریه عمل مستدل و رفتار برنامه‌ریزی شده.....
۴۲	نگرش‌ها و هنجارهای ذهنی.....
۴۳	نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده.....
۴۴	استخراج پژوهشی.....
۴۵	نقاط قوت و محدودیت‌ها.....
۴۷	مدل باورهای سلامتی.....
۴۷	باورهای سلامتی.....
۴۸	محرك‌ها.....
۴۸	مدل باورهای سلامتی و نظریه شناخت اجتماعی.....
۵۱	نقاط قوت و محدودیت‌ها.....
۵۳	مصاحبه انگیزشی.....
۵۵	تحقیقات مصاحبه‌ی انگیزشی.....

۵۹	نقاط قوت و محدودیت‌ها.....
۶۰	خلاصه.....

فصل چهارم

۶۳	عوامل محافظ.....
۶۳	تقویت نقاط قوت و ایجاد رفتارهای مثبت.....
۶۳	پیش‌زمینه.....
۶۴	عوامل محافظ و خطر.....
۶۷	عوامل محافظ و خطر در رفتارهای آسیب‌زا در دوره نوجوانی.....
۶۹	عوامل محافظ و خطر در خشونت دوره‌ی نوجوانی.....
۷۰	گسترش عوامل محافظ در مدارس.....
۷۱	عوامل محافظ و خطر در مصرف مواد در دوره‌های نوجوانی و جوانی.....
۷۲	عوامل محافظ افسردگی در بزرگسالان.....
۷۳	تاب‌آوری.....
۷۴	تاب‌آوری در نوجوانان و جوانان اقلیت‌های قومی.....
۷۶	تقویت عوامل محافظ فراگیر.....
۷۶	روان‌سناسی مثبت.....
۸۰	یابنده نقاط قوت کلیفت.....
۸۱	سرمایه رشدی مولفه‌ی نه.....
۸۲	خلاصه.....

فصل پنجم

۸۵	عدالت اجتماعی و حمایت از سیاست‌های عمومی.....
۸۶	جان رالز: عدالت توزیعی و تاب‌ناپذیری عدالت محور.....
۸۷	چرخ الپی: عدالت اجتماعی و پیشگیری.....
۹۲	ایساک پرلنتسکی: سلامت همگانی.....
۹۴	چند فرهنگی گرایی عدالت اجتماعی و پیشگیری.....
۹۷	پیشگیری و حمایت از سیاست‌های عمومی.....
۱۰۳	خلاصه.....

فصل ششم

۱۰۵	کاربرد پیشگیری در موقعیت‌های آموزشی.....
۱۰۵	پیشگیری در دوره‌ی پیش از مهدکودک تا دبیرستان: تاریخچه، مشخصات و برنامه‌ها.....
۱۰۹	برنامه‌های شاخص برای کودکان، نوجوانان، مدرسه رو و دانشجویان.....
۱۰۹	پیش‌دستان.....
۱۱۱	های اسکوپ.....
۱۱۱	مدرسه‌ی ابتدایی.....
۱۱۲	برنامه‌ی سال‌های شگفت‌انگیز.....
۱۱۴	برنامه‌ی سحرخیزان.....
۱۱۵	مدارس راهنمایی.....
۱۱۶	پروژه‌ی نورتلند.....
۱۱۷	آموزش مهارت‌های زندگی.....
۱۱۹	دبیرستان.....
۱۱۹	آموزش مواجهه و حمایت و مراقبت، ارزیابی، پاسخ، توانمندسازی.....
۱۲۱	برنامه تقویت مهارت‌های زندگی زونی.....
۱۲۳	برنامه‌ی تمرین ورزشی نوجوانان و یادگیری اجتناب از استروئیدها.....
۱۲۴	موسسات آموزش عالی و دانشگاه‌ها.....
۱۲۵	برنامه‌ی تناسب.....
۱۲۶	برنامه‌ی به چالش کشیدن مصرف الکل در دانشگاه.....
۱۲۷	برنامه‌ی آموزش تاب‌آوری پن برای دانشجویان.....
۱۲۹	پیشگیری از خودکشی در دانشگاه‌ها.....
۱۳۰	خلاصه.....

فصل هفتم

۱۳۳	کاربرد پیشگیری در اجتماع و فضاهاى پزشکی
۱۳۳	پیشگیری در محلات
۱۳۴	برنامه‌ی شروع بهتر، آینده‌ی بهتر
۱۳۶	مرور مداخلات اجتماع-محور در پیشگیری از افسردگی و اضطراب در نوجوانان
۱۳۸	برنامه‌های اجتماع-محور در سالمندان
۱۳۹	ارتقای سلامت در جمعیت سالمندان
۱۳۹	پیشگیری از افسردگی و خودکشی در سالمندان
۱۴۰	پیشگیری در موقعیت‌های پزشکی
۱۴۳	مداخلات پیشگیری در بیماران پزشکی ارجاع شده
۱۴۹	تبدیل تحقیق به فعالیت‌های بالینی
۱۵۲	طیف اختلال اتیسم
۱۵۳	بهبودی افسردگی در بیماران سالمند
۱۵۵	کارزارهای سلامت عمومی
۱۵۶	نوجوانان و پیشگیری از سلامت-محور
۱۵۷	خلاصه

فصل هشتم

۱۵۹	توصیه‌هایی برای توسعه، اجرا و ارزیابی مداخلات پیشگیری
۱۶۰	مرحله‌ی اولیه
۱۶۰	گروه مشورتی
۱۶۰	ارزیابی نیازهای اجتماع
۱۶۱	مشورت با متخصصان و دستیابی به منابع مرتبط
۱۶۲	در نظر گرفتن چارچوب‌های نظری در پیشگیری
۱۶۲	انتخاب فعالیت‌های پیشگیری
۱۶۳	انتخاب معیارهای ارزیابی
۱۶۳	مرحله‌ی میانی
۱۶۳	اجرا و ارزیابی برنامه
۱۶۳	جمع‌آوری اطلاعات
۱۶۴	مرحله‌ی پایانی
۱۶۴	اعمال تغییرات موردنیاز
۱۶۴	بایبندی به مداخلات پیشگیری
۱۶۶	انتقال پژوهش دانشگاهی به یک موسسه‌ی اجتماعی
۱۶۷	ملاحظات در مداخلات محیط‌های پزشکی
۱۶۹	خلاصه

فصل نهم

۱۷۱	اخلاق، آموزش و تأمین اعتبار در پیشگیری
۱۷۱	اخلاق در پیشگیری
۱۷۶	تربیت و آموزش
۱۸۱	تأمین اعتبار
۱۸۴	خلاصه

فصل دهم

۱۸۵	چشم‌انداز روان‌شناسی پیشگیری
۱۸۹	پیوست‌ها و منابع
۱۹۰	ضمیمه‌ی الف
۱۹۱	ضمیمه‌ی ب
۱۹۸	درباره‌ی مؤلف
۱۹۹	منابع

پیشگفتار

آدمی در طی قرون و اعصار همواره با خطرهای بسیاری همراه بوده است. این واقعیت او را واداشت که به پیش‌بینی موقعیت‌های خطرناک و تهدیدکننده بپردازد. به این ترتیب انسان به تدریج با آزمون و خطا یاد گرفت که پیش‌بینی کند در چه مواقعی با خطر رودررو می‌شود. این گونه بود که مغز بشر، قابلیت پیش‌بینی را در قالب حل مسئله، به یکی از مهم‌ترین توانایی‌های خود تبدیل کرد: "پیشگیری". بر این اساس پیشگیری به عنوان یکی از عالی‌ترین کارکردها به تدریج به تکامل رسید. همین موضوع بسیاری از علوم را واداشت که به شکل تخصصی به پیشگیری بپردازند؛ و در نهایت علم پیشگیری شکل گرفت. وظیفه‌ی این علم علاوه بر طراحی و اجرای برنامه‌هایی که به فرد و اجتماع کمک می‌کند، که از بار مخاطرات خود بکاهند، این است که به تدوین سیاست‌گذاری‌های پیشگیرانه و قوانینی منجر شود که انواع ایجاد آسیب‌های روانی-اجتماعی شود. تا مادامی که برنامه‌ها و مداخلات پیشگیرانه، سیاست‌ها، قوانین و مقررات از چارچوب‌های علمی و مبتنی بر شواهد تبعیت نکنند، تغییرات قابل توجهی به وجود نمی‌آید. علاوه بر این، علم پیشگیری همچون دیگر علوم نیازمند به متخصصان و کارشناسانی است که آن را به پیش ببرند. با توجه به این که مباحث پیشگیری به شکل رسمی وارد رشته‌ها و دروس دانشگاهی نشده‌اند، طبیعتاً ضعف سرمایه‌ی انسانی در رشته‌های مختلف به‌ویژه روان‌شناسی، جامعه‌شناسی، مدیریت و علوم سیاسی موجب شده است برنامه‌ریزی، سیاست‌گذاری و قانون‌گذاری‌های کلان‌فایده تاروپوده‌های پیشگیری باشند و در نتیجه درصد قابل توجهی از اعتبارات و منابع ملی صرف رفع آسیب‌های شکل گرفته گردد.

نکته‌ی قابل توجه در مورد کتاب روان‌شناسی پیشگیری این است که باوجود اهمیت پیشگیری در کاهش آسیب‌های اجتماعی و ارتقا کیفیت زندگی، این کتاب تنها اولین کتاب در این حوزه در کشور است بلکه در مقیاس جهانی نیز، اولین کتابی است که به شکل جامع به روان‌شناسی پیشگیری پرداخته است. به این علت است که دفتر مشاوره و سلامت سازمان بهداشت و دانشجویان وزارت علوم، تحقیقات و فن‌آوری امیدوار است با چاپ این کتاب که توسط آقای حسن ناصری از کارشناسان قدیمی و خبره حوزه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی ترجمه شده است، گامی باشد که گام کوچکی در وارد کردن علم پیشگیری در مباحث دانشگاهی و از آن مهم‌تر سیاست‌های عمومی کشور برداشته باشد.

دکتر حمید یعقوبی

روانشناس بالینی، مدیرکل دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فن‌آوری

تابستان ۱۳۹۶