



بهداشت روانی

تألیف:

سوسن نیک منش



انتشارات سوره مهر

بهداشت روانی

✱ تالیف: سوسن نیک‌منش

✱ ناشر: سرافراز

✱ چاپ و صحافی: سرافراز

✱ تعداد صفحات: ۱۶۷ صفحه

✱ نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۲

✱ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۲۸-۰۲۵-۰

✱ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

✱ قیمت: ۷۹۰۰ تومان



کتاب مقرر برای ناشر محفوظ است.

سرشناسه	نیک‌منش، سوسن، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	بهداشت روانی / تالیف نیک‌منش.
مشخصات نشر	کرج: سرافراز، ۱۳۹۲
مشخصات ظاهری	۱۶۷ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۳۲۸-۰۲۵-۰
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا	
موضوع	بهداشت روانی -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	بهداشت روانی -- آزمون‌ها و تمرین‌ها (عالی)
رده بندی کنگره	۱۳۹۲ ب۹ ن/۸۰۸ RAY
رده بندی دیویی	۸۹۰۷۶/۶۱۶
شماره کتابشناسی ملی	۳۲۳۴۳۸۳

مرکز بخشی: انتشارات سرافراز

کرج - رجائی شهر - بلوار مؤذن شرقی - روبروی بانک ملی دانشگاه آزاد - پلاک ۳۲

تلفن: ۰۲۶-۳۴۴۲۱۵۹۵-۳۴۴۵۰۱۵۳-۳۴۴۴۳۶۹۶-۳۴۴۲۱۵۹۵-۰۹۳۵۵۹۱۷۳۳۷

www.hamrahbook.ir

www.kharazmibookshop.com

مقدمه ناشر

دانشجوی عزیز، مجموعه کتاب‌های همراه توسط مجرب‌ترین و با سابقه‌ترین اساتید دانشگاه‌های کشور و با هدف استفاده کامل و بهینه برای دانشجویان دانشگاه پیام نور و سایر موسسات آموزش عالی کشور تهیه گردیده است. در این کتابها سعی گردیده که حجم کتاب به گونه‌ای تنظیم گردد تا هم مطالب کتاب را به طور کامل پوشش داده و هم کل موضوعات کتاب با توجه به زمان دانشجو برای او قابل مطالب باشد. در طول این کتابها مباحث به زبان ساده توضیح داده شده است و همچنین علاوه بر سوالات و خودآزمایی‌های کتاب سوالات امتحانی ادوار گذشته متناسب با موضوع مورد بحث قرار گرفته و پاسخ آنها داده شده است. در پایان کتاب چند دوره از سوالات امتحانی ادوار گذشته برای مرور دانشجو و آشنایی و آمادگی برای امتحان نهایی با پاسخ قرار گرفته است. هدف ما در این سری از کتاب‌ها کیفیت، قیمت مناسب، حجم قابل قبول و نیز مفید و موثر بودن کتاب برای دانشجو بوده است.

این کتاب‌ها حاصل تلاش حرفه‌ای چند تن از اساتید صاحب‌نظر دانشگاه بوده و هدف آن رضایت دانشجو و استفاده موثر از آن می‌باشد. از دوستان و دانشجویان عزیز خواهشمندیم که با نظرات سازنده خود ما را در بهبود و ارتقای سطح کیفی این کتاب‌ها یاری فرمایند.

پرسوز و سربلند باشید

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول - بهداشت روانی و سطوح پیشگیری
۱۰	فصل دوم - مکانیسم‌های دفاعی روانی (۱)
۲۴	فصل سوم - مکانیسم‌های دفاعی روانی (۲)
۴۰	فصل چهارم - ناکامی، تعارض و فشار روانی (۱)
۵۶	فصل پنجم - ناکامی، تعارض و فشار روانی (۲)
۶۷	فصل ششم - اضطراب
۸۱	فصل هفتم - دوران شیرخوارگی
۸۷	فصل هشتم - جو عاطفی خانواده، مهر و محبت و اعمال قدرت والدین
۹۳	فصل نهم - ساختار خانواده و مسائل آن
۱۰۰	فصل دهم - خانواده و تنش‌های آن
۱۰۸	فصل یازدهم - بلوغ و نوجوانی
۱۱۵	فصل دوازدهم - جوانی و میانسالی
۱۲۳	فصل سیزدهم - دوران پیری
۱۳۴	فصل چهاردهم - ازدواج
۱۳۸	فصل پانزدهم - رابطه بین زن و شوهر و فرزندان
۱۴۷	فصل شانزدهم - سوالات امتحانی ادوار گذشته دانشگاه پیام نور