

سلامت روان در حوادث غیر مترقبه

سیده مطهره نبوی

www.ketab.ir



سرشناسه	نیوی، سیده مطهره، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	سلامت روان در حوادث غیر مترقبه/ سیده مطهره نیوی.
مشخصات نشر	گراگان: یاقوت سرخ، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۵۶ ص.: ۵/۲۱×۵/۱۲ سم.
شابک	978-622-6022-25-5 : ۱۷۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	قربانیان فاجعه -- خدمات بهداشت روانی
موضوع	Disaster victims -- Mental health services
موضوع	بلاهای طبیعی -- جنبه های روان شناسی
موضوع	Natural disasters -- Psychological aspects
رده بندی کنگره	RC۴۵۱/۴
رده بندی دیویی	۳۶۳/۳۴۸
شماره کتابشناسی ملی	۵۶۸۸۵۵۸



مؤلف	سیده مطهره نیوی
عنوان	سلامت روان و حوادث غیر مترقبه
نوبت چاپ	اول ۱۳۹۸
شمارگان	۳۰۰ نسخه
طرح جلد	فهرمه اسبومحلی
قطع	رقعی
شابک	۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۰۲۲ - ۲۵-۵
قیمت	۱۷۰۰۰۰ ریال

گراگان، بلوار جانبازان، جانباز ۲۲، انتشارات یاقوت سرخ کد پستی: ۴۹۱۶۶۴۷۳۵

تلفن: ۰۹۱۱۷۹۲۰۴۹۱-۰۹۱۱۱۷۷۰۴۹۱

Hossein.yaghooti491@gmail.com

فهرست مطالب

صفحه	عناوین
۱.....	مقدمه
	فصل اول تعاریف و مبانی نظری
۵.....	معانی ، مفاهیم و تعاریف غیر مترقبه
۷.....	حوادث غیر مترقبه و سلامت روان
۹.....	ویژگی های وضعیت بحرانی یا حوادث غیر مترقبه
۱۲.....	درجه بندی بحران
	فصل دوم نشانه شناسی مشکلات روانی در حوادث غیر مترقبه
۱۶.....	علائم روانشناختی افراد دچار بحران
۱۷.....	عوامل مرتبط با میزان آسیب روانی بحران
	فصل سوم سلامت روان ، مفاهیم ، معانی و تعاریف آن
۲۰.....	مفهوم سلامت روان
۲۵.....	الگوها و نظریه های سلامت روان
۲۵.....	- الگوی پیشنهادی آلپورت و فروید
۲۶.....	- الگوی پیشنهادی راجرز
۲۶.....	- الگوی پیشنهادی فروم
۲۷.....	- الگوی پیشنهادی مزلو
۳۰.....	- الگوی پیشنهادی یونگ
۳۰.....	الگوی پیشنهادی فرانکل

- ۳۱.....الگوی پیشنهادی پرلز
- ۳۲.....الگوی پیشنهادی دایر
- ۳۳.....نظریه سلامت روان اسکینر
- ۳۳.....نظریه سلامت روان اریکسون
- ۳۴.....نظریه سلامت روان موری

فصل چهارم_حمایت روانی و اجتماعی

- ۳۵.....حمایت روانی چیست؟
- ۳۶.....اصول مداخله روانی در بحران
- ۳۸.....نقش روانشناسی در ارتقاء سلامت روان
- ۴۴.....راهکارهای دستیابی به سلامت روان در بحران
- ۴۳.....منابع

رخ می دهد. حوادث غیرمترقبه ممکن است ناگهانی آشکار شود، در چنین شرایطی بحرانهای جسمی روانی نیز بر افرادی که در حوزه بروز حوادث غیرمترقبه زندگی می کنند نیز وارد می شود که ضرورت توجه را به خود جلب می کند.

چنانچه مدیریت حوادث غیرمترقبه به موقع انجام وظیفه نموده و با جمع آوری طرفهای درگیر بحران و ارائه راه حل ، می توان از خیلی حوادث ناگوار و دشوار انسانی و طبیعی جلوگیری کرد. نوع بلا بسته به وسعت فراگیری آن ممکن است بالای فردی یا اجتماعی باشد که در نوع بلایای اجتماعی، خسارهای جانی و مالی آن نیز وسعت خواهد یافت و بلا به یک فاجعه تبدیل می گردد که معمولاً به دلیل آنکه رفع آنها مشکل و طولانی می باشد، به یک بحران اجتماعی تبدیل شده که رفع آن نیازمند کمکهای خارج از منطقه خواهد بود. بنابراین "بحران" شرایطی است که کل جامعه را به نوعی با فاجعه ای درگیر می نماید و ضرورت یک عزم همگانی بر رفع آن می باشد (درستیان و درستیان، ۱۳۹۰). در غیر این صورت با بحران جدی مواجه می شود. پس از وقایع ناگهانی و شدید از سیل و زلزله

و... اکثر افراد علائم روانی ناشی از ترس را بروز می‌دهند. علائمی از قبیل گوش به زنگی به محرک‌های مختلف، آشفتگی در خواب و اشتها، اضطراب و... این واکنش‌های روانی بسته به سن و جنسیت، ویژگی‌های شخصیتی، ابتلا به بیماری‌های جسمی یا ابتلا به اختلالات روانی در افراد مختلف متفاوت است. مهم تر اینکه در صورت تداوم بیش از یک ماه، می‌تواند منجر به اختلالاتی از قبیل افسردگی، اضطراب، اختلالات روان-تنی، اختلال خواب و اختلال ناتوان کننده استرس پس از سانحه شود که نیازمند درمان و رسیدگی جدی است.

شرایط اضطراری و بلایای طبیعی، همواره کره زمین را تحت تاثیر قرار می‌دهند و سبب وارد آمدن آسیب به مردم، نابودی دارایی‌ها و انهدام زیربناها، اقتصاد و امکانات محیط می‌گردند. وارد شدن آسیب به مردم، مواردی چون مرگ، جراحی، بیماری، سوء تغذیه و فشارهای روحی روانی را شامل می‌شود. در این خصوص باید راه‌های آگاهی به سلامت روان افراد در مقابله با حوادث غیر مترقبه دانست، بدین منظور برای شناخت بحران‌های فردی و بحرانهای طبیعی، ضروری است که ویژگی‌ها و مفاهیم بحران اعم از فردی و طبیعی را شناخت و تجربیات کشورهای مختلف را در این رابطه پیدا کرد.

تردیدی نیست که تجربیات انسانی از بحران تحت عنوان مبانی علم نظری در دسترس همگان قرار دارد و از این طریق می‌توان به مقدمات علمی دست یافت و موضوعاتی چون بحران در طبیعت و بحران در انسان را شناخت و خدماتی که می‌تواند انسان را از بحران برهاند و او را به سلامت روان برساند، مورد توجه قرار گیرد.

بحران‌هایی چون سیل در استان‌هایی چون: گلستان، خوزستان، کرمانشاه، شیراز و پل دختر از نمونه های عینی بحران طبیعی و بحرانی شدن وضعیت افراد انسانی جامعه است که نیاز به توجه عالمان علوم مختلف مخصوصاً در حوزه روان شناسی سلامت است. به صورت حداقلی تدوین چنین مجموعه‌ای که تعاریف و نظریه‌هایی در ارتباط با سلامت روان و بحران را مورد توجه قرار داده ارزشمند است تا آگاهی بیشتری در ارتباط با سلامت روان ایجاد کند.

نشان دادن وضع مثبت و سلامت روانی که خود می‌تواند نسبت به ایجاد سیستم با ارزشی در مورد ایجاد تحرک و پیشرفت و تکامل در حد فردی و اجتماعی کمک نماید. زیرا وقتی سلامت روان شناخته شد، نسبت به دستیابی به آن اقدام می‌شود و راه برای تکامل فردی و اجتماعی باز می‌گردد. به این منظور لازم است معیارهای سلامت روانی مشخص گردند تا بتوان با توجه به آنها بیماری روانی را شناخت و در نتیجه برای احراز سلامت روانی فعالیت نمود و از

بیماری روانی دور ماند. یعنی به همان ترتیب که در بهداشت عمومی، مثلاً بیماری‌های عفونی مورد بحث قرار می‌گیرند و عوامل بیماری‌زا و چگونگی ایجاد بیماری و علائم بالینی و راه‌های سرایت مورد توجه قرار می‌گیرند تا روش پیشگیری بیماری مشخص شود، در مورد بیماری‌های روانی نیز سعی می‌شود تا عوامل بیماری‌زا و طرز به وجود آمدن بیماری مشخص گردند تا طرز پیش‌گیری نیز شناخته شود و بتوان نسبت به از بین بردن این بیماری‌ها در اجتماعات انسانی در مقابله با حوادث غیر مترقبه، اقدام نمود.