

بهداشت روانی

با تجدید نظر و اضافات

نویسنده

دکتر سعید شاملو



تهران - ۱۳۹۵

سخنی با شما مدرس محترم و دانشجوی عزیز

چندی است که همه، شاهد کاهش شمارگان چاپ در کتاب‌های دانشگاهی هستیم و نظاره‌گریم که چگونه شمارگان کتاب‌ها که زمانی نه‌چندان دور با هزارگان چاپ می‌شد، اکنون با صدگان منتشر می‌گردد. آیا فکر نمی‌کنید که با این روند رویه افول، چنین شتابان به کجا می‌رویم؟

شما مدرس محترم ممکن است صرفاً به خاطر کمک به دانشجو و صرفه‌جویی در هزینه تهیه کتاب به آنان توصیه کنید که به جای خرید کتاب، از کپی بخش‌هایی از آن استفاده کنند و یا شما دانشجوی عزیز ممکن است بپندیشید که با اقدام به کپی از روی کتابی، هزینه‌ای کمتر برای تهیه کتاب پرداخت کرده‌اید و هر چند که اغلب چنین نیست، اما نتیجه و حاصل کار چیزی جز نابودی فرهنگ و عدم رغبت به ارائه دستاوردهای جدید در عرصه علم نخواهد بود.

لطفاً بیاید به آینده کشورمان و فرزندانمان بیشتر بیندیشیم و به آینده علم و دانش در کشور عزیزمان ایران که زمانی مهد علم و ادب بود بیشتر بها دهیم و در مقابل آیندگان از خود سلب مسئولیت نکنیم. و در نهایت با ترویج استفاده از کپی و PDF های غیر مجاز که بدون رضایت نویسنده و مترجم و ناشر تهیه می‌شود،

۱. موجب ترک بار و بی‌انگیزی از فعالیت فرهنگی و بروز مشکلات و خسارت‌های جبران‌ناپذیر به قشر فرهنگی جامعه نشیم.

۲. باعث ورشکستگی صنعت نشر کشور و به دنبال آن بیکاری قشر عظیمی از کارکنان این عرصه از ناشر تا حروفچین، طراح و صحافی و... شویم.

۳. و سرانجام افرادی غالباً ناآگاه و بد ندرت نا رست را تشویق به کار نامشروع و خلاف قانون نکرده، خود و خانواده و فرزندان آنان را دچار راف و نزاع راه حرام و تعدی به حقوق دیگران نسازیم.

شاملو، سعید ۱۳۸۳=۱۳۰۸

بهداشت روانی / تألیف سعید شاملو. - [ویرایش ۲]. تهران: رشد، ۱۳۹۵.

[۲۹۶] ص. فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیفا (فهرست‌نویسی پیش از انتشار).

شابک: ISBN 964-6115-25-X کتابنامه: ص. [۲۹۶].

۱. بهداشت روانی. الف. عنوان.

۶۷-۴۲۹/۷۶ م

کتابخانه ملی ایران

۳۶۲/۲

۹ ب ۲ / RA ۷۹۰

مفتی با شما مدرس محترم و دانشجوی عزیز

چندی است که غمناک شاهد کاهش شمارگان چاپ در کتابهای دانشگاهی هستیم و نظاره گریم که چگونه شمارگان کتابها که زمانی نه چندان دور با هزارگان چاپ می شده اکنون با صدگان منتشر می گردد آیا فکر نمی کنید که با این روند رویه افول چنین کتابهایی به کجا می رود؟

شما مدرس محترم ممکن است صرفاً به خاطر کنگره دانشجویی و صرفه جویی در هزینه تهیه کتاب به فکر کاهش تعداد کتابها از چاپ نباشید و یا شاید دانشجویان نیز ممکن است به خاطر کمبود بودجه و یا به خاطر کمبود امکانات چاپی و یا به خاطر کمبود بودجه چاپ کتاب پرداخت کرده اند و هر چند که اغلب چنین نیست اما تجربه و حاصل کار چیزی جز نابودی فرهنگ و عدم رغبت به ارائه کتابهای جدید در عرصه علم نخواهد بود.

شما باید به اینده کشور و اینده علم و دانش در کشور زمانی مهد علم و ادب بود بیشتر بهادری و در مقابل ایندگان از خود سلب

و هر چه در توان دارید به اینده کشور و اینده علم و دانش در کشور

و هر چه در توان دارید به اینده کشور و اینده علم و دانش در کشور

و هر چه در توان دارید به اینده کشور و اینده علم و دانش در کشور

بهداشت روانی

با تجدید نظر و اضافات

نویسنده: دکتر ... سال

چاپ بیست و هشتم: زمستان ۱۳۸۵

چاپ بیست و ششم: ۱۳۹۳ - چاپ بیست و هفتم: زمستان ۱۳۹۴

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرمانسا



مرکز نشر و پخش کتابهای روان شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان شهدای زاندارمری (بین خ دانشگاه و خ ابوریحان)، شماره ۴۱، تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبروی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید، شماره ۷۲،

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲ - ۶۶۴۹۸۳۸۶ - دورنگار ۶۶۴۹۷۱۸۱

تهران - ۱۳۹۵



۲۰۰۰ تومان

فهرست

پیش‌گفتار: برچاپ و ویرایش جدید ۹

فصل اول - مقدمه ۱۱

رفتار غیرعادی کودکان دبستان - و دبیرستان ۱۶ - رفتار غیرعادی دانشجویان دانشگاه ۱۷ - تعریف بهداشت روانی
و سه سطح پیشگیری ۱۸ - ادراک بهداشت روانی ۲۲ - احترام به شخصیت ۲۴ - شناختن محدودیتها ۲۵ - پی
بردن به علل رفتار ۲۶ - رفتار تابع سلامت ۲۷ - نیازهای اولیه ۲۸

فصل دوم - اهمیت انگیزه‌های رفتار بش در بهداشت روانی ۲۹

احتیاجات و انگیزه‌ها ۳۰ - طبقه‌بندی احتیاجات ۳۰

فصل سوم - رابطه احتیاجات جسمانی با بهداشت روانی ۳۷

اهمیت غدد ۳۸ - غده تیروئید ۳۹ - غده هیپوفیز ۴۰ - غده آدرنال ۴۰ - غده ترشح هورمونهای
تناسلی ۴۱ - رابطه خستگی با غدد ۴۱ - گرسنگی ۴۲ - برنامه تغذیه به زنان ۴۳ - میل جنسی ۴۴ - مشکلات
جنسی ۴۵

فصل چهارم - نقش احتیاجات روانی در تأمین بهداشت روانی ۴۷

رابطه با اولیا ۴۹ - از خود راندن ۵۱ - توجه افراطی ۵۳ - خانواده گسسته ۵۳ - اختلافات خانوادگی ۵۵ - هدف
زندگی ۵۵ - رابطه با برادران و خواهران ۵۶ - تشکیل و تکامل خودپنداری ۵۷ - نمونه‌ای از ناراحتی روانی در
خانواده ۵۹ - ازدواج ۶۰ - رشد عاطفی و فکری ۶۱ - توافق علایق و طرز تفکر ۶۲ - عقاید مذهبی ۶۳ - تشابه
تحصیلی و طبقاتی ۶۴ - طرز فکر درباره امور جنسی ۶۵ - رابطه با اولیا ۶۶ - پیری ۶۷

فصل پنجم - رابطه نیاز به پیشرفت با بهداشت روانی ۶۹

نقاهت‌های فردی ۷۰ - منحنی توزیع نرمال (طبیعی) ۷۰ - اصول مقدماتی آمار ۷۲ - میزان تمایل مرکزی ۷۲ - میزان

انحراف ۷۳ - همبستگی آماری ۷۴ - درصدی ۷۵ - تفاوت فراوان استعداد در افراد ۷۶ - استعداد از لحاظ کمیت متفاوت است ۷۷ - علل تفاوت‌های فردی ۷۸ - تأثیر وراثت در عقب‌ماندگی هوش ۷۹ - تأثیر وراثت در افراد باهوش ۷۹ - تحقیقات دربارهٔ دوقلوها ۸۰ - تأثیر محیط‌های مختلف ۸۱ - نتیجه ۸۲ - میل به موفقیت ۸۳

فصل ششم - رابطه نیاز به ارزش و ایمنی با بهداشت روانی ۸۷

ابعاد خویشتن ۸۷ - خود ایده‌آل ۸۸ - احساس ارزش ۸۸ - علل پیدایش پدیده خویشتن، تصویر خود و ارزش خود ۸۸ - مقایسه با دیگران ۸۹ - ایفای نقش ۸۹ - همانندسازی الگوها ۹۰ - بحران هویت ۹۰ - نیاز به احساس ارزش ۹۱ - احساس ایمنی ۹۱ - احساس ناایمنی اولیه و ثانوی ۹۳ - عوامل مربوط به احساس ایمنی و احساس ناایمنی ۹۴ - خانواده ۹۴ - همانندسازی و احساس ایمنی ۹۴ - رابطه انتظارات و هدفها با احساس ایمنی ۹۵ - طردکردن ۹۵ - رابطه خانواده گسسته و اختلافات خانوادگی و احساس ایمنی ۹۶ - رابطه خواهران و برادران با احساس ایمنی ۹۱ - رابطه احساس ناایمنی با محیط بیرون از خانواده ۹۷

فصل هفتم - یادگیری بهداشت روانی ۹۹

روشهای یادگیری ۹۹ - پاسخ سریعی ۱۰۰ - طریقی از بین بردن رفتار شرطی ۱۰۱ - تجارب هیجانی ۱۰۱ - ادامه رفتار شرطی ۱۰۲ - حل مسأله ۱۰۳ - یادگیری بر اساس آزمایش و خطا ۱۰۳ - بصیرت ۱۰۴ - قانون تأثیر و تقویت رفتار ۱۰۶ - تعمیم یا انتقال یادگیری ۱۰۷ - حل مسأله زکاري ۱۰۸ - اضطراب ۱۱۱ - یادگیری اضطراب ۱۱۲ - ۱ - محبت (پاداش) - خشم (تنبيه) به مقدار مساوی ۱۲ - ۲ - محبت (پاداش) - بدون تنبيه ۱۱۴ - ۳ - خشم (تنبيه) بدون پاداش ۱۱۵ - ۴ - محبت (پاداش) کم - خشم (تنبيه) زیاد ۱۱۵ - ۵ - محبت (پاداش) زیاد - خشم (تنبيه) کم ۱۱۶ - اضطراب سرکوب‌کننده است ۱۱۶ - اضطراب از یادگیری - آموزش می‌کند ۱۱۹

فصل هشتم - استرس و بهداشت روانی ۱۲۱

تعریف استرس ۱۲۱ - تاریخچه و وضع فعلی استرس ۱۲۲ - روشهای پیشگیری از استرس ۱۲۸ - هدفهای کوتاه‌مدت ۱۲۹ - هدفهای درازمدت ۱۳۰ - هدف نهایی ۱۳۱

فصل نهم - رابطه محرومیت با بهداشت روانی ۱۳۳

پرخاشگری ۱۳۴ - مکانیزمهای سازگاری ۱۳۶ - جبران ۱۳۷ - تعویض ۱۳۷ - جبران از طریق کودکان ۱۳۸ - همانندسازی ۱۳۹ - عذرتراشی ۱۴۰ - برون‌فکنی ۱۴۱ - هذیان ۱۴۲ - منفی‌بافی ۱۴۲ - رویای روز ۱۴۳ - انواع رویای روز ۱۴۴ - بازگشت ۱۴۴ - سرکوبی ۱۴۵

فصل دهم - تأثیر رسانه‌های گروهی و فن‌آوریهای جدید بر بهداشت روانی ۱۴۷

بخش اول - تلویزیون ۱۴۷ - تأثیر مثبت و منفی تلویزیون ۱۴۸ - تلویزیون و خشونت ۱۴۹

خودکشی در تلویزیون - خشونت شخصی ۱۵۰ - بخش دوم - رایانه و اینترنت ۱۵۳ - جنبه‌های آموزشی رایانه ۱۵۳ - اینترنت ۱۵۴ - تأثیر بازیهای رایانه‌ای بر بهداشت روانی کودکان و نوجوانان ۱۵۶

فصل یازدهم - بهداشت روانی و ورزش ۱۵۷
 مراحل رشد و ارتباط آن با ورزش ۱۶۱ - نقش بزرگسالان در ورزش کودکان و نوجوانان ۱۶۲ - نقش مربی در بهداشت روانی ۱۶۲ - پژوهش در انگیزه، رضایت و تعارض ۱۶۳

فصل دوازدهم - بهداشت روانی و اجتماع ۱۶۵
 عوامل اجتماعی - رنر در بهداشت روانی ۱۶۷ - مرکز راهنمایی کودک ۱۶۷ - کودکان و جوانان ناسازگار ۱۶۸ - علل پیدایش رفتار کودکان، جوانان ناسازگار ۱۶۸ - علل عاطفی ۱۶۹ - درمان ۱۷۰ - پیشگیری ۱۷۱

فصل سیزدهم - نقش مدرسه در بهداشت روانی ۱۷۳
 پیشرفت در درس ۱۷۴ - امتحان ۱۷۵ - تمرین ۱۷۶ - انضباط ۱۷۷ - ناسازگاری علامت ناراحتی روانی است ۱۷۸ - آموزگار ۱۷۸ - تعلیم اصول بهداشت روانی به آموزگاران ۱۷۹

فصل چهاردهم - بهداشت روانی کودکان استثنایی ۱۸۱
 کودکان پر استعداد ۱۸۱ - مشخصات عقلانی کودک ۱۸۲ - پیشرفت تحصیلی ۱۸۳ - موقعیت خانوادگی ۱۸۳ - سازگاری کودکان پرهوش در مدرسه ۱۸۴ - عقب‌افتادگی ۱۸۵ - مشخصات افراد کم‌هوش ۱۸۶ - مشکلات سازگاری ۱۸۷ - محیط خانواده ۱۸۷ - سازگاری کودکان کم‌هوش ۱۸۸ - سازگاری عاطفی ۱۸۹ - عقب‌افتادگی کاذب ۱۸۹

فصل پانزدهم - اخلاق و بهداشت روانی ۱۹۱
 منش یا کاراکتر بی‌اخلاق ۱۹۲ - منش جمع‌گرا ۱۹۴ - منش سلطه‌جو ۱۹۵ - منش اشتراک ۱۹۶ - منش مقرانی ۱۹۸ - منش اخلاقی - خودکفا - نودوست ۱۹۹

فصل شانزدهم - اندازه‌گیری روانی ۲۰۱
 آزمونهای هوش ۲۰۲ - ماهیت هوش ۲۰۲ - فرضیه‌هایی که اساس آزمونهای هوش است ۲۰۳ - تفسیر نتایج آزمون هوش ۲۰۳ - آزمونهای هوش فردی ۲۰۴ - آزمون هوش استانفورد - بنه ۲۰۴ - آزمون وکسلر ۲۰۵ - آزمونهای حرفه و علاقه ۲۰۶ - آزمونهای استعداد ۲۰۷ - آزمونهای علاقه ۲۰۷ - آزمون شخصیت ۲۰۸ - آزمون سازگاری بل ۲۰۹ - آزمون شخصیت مینسوتا ۲۱۰ - روشهای فرافکنی ۲۱۱ - آزمون رورشاخ ۲۱۲ - آزمون دریافت ذهنی ۲۱۲

فصل هفدهم - روان‌شناسی حقوقی و بهداشت روانی ۲۱۳
 حقوق آموزشی و بهداشت روانی ۲۱۴ - حق آزادی بیان و عقیده ۲۱۴ - تنبیه بدنی ۲۱۵ - حق آزادی از تبعیض
 ۲۱۵ - حقوق کودکان با نیازهای ویژه ۲۱۵ - حق درمان ۲۱۶ - روان‌شناسی و روانپزشکی کودکان و نوجوانان ۲۱۶
 - حقوق قانونی کودکان و نوجوانان در دادگاه ۲۱۷ - کودک‌آزاری ۲۱۷

فصل هیجدهم - بهداشت روانی و اعتیاد ۲۱۹
 تحمل ۲۲۰ - محرومیت از مواد ۲۲۰ - وابستگی روانی ۲۲۰ - فرایند سیگاری شدن ۲۲۱ - اعتیاد به الکل ۲۲۳ -
 روشهای پیشگیری از الکلیسم ۲۲۵ - سوء مصرف مواد دارویی ۲۲۵ - چه کسانی معتاد می‌شوند و چرا؟ ۲۲۶ -
 پیشگیری از جلدگیری از سوء مصرف ۲۲۶

فصل نوزدهم - رابطه بهداشت روانی با روان‌نژندی - پیشگیری نوع دوم ۲۲۹
 طبقه‌بندی ۲۳۰ - اسطوره نوروپنیک ۲۳۱ - از هم پاشیدگی روانی ۲۳۲ - هیستری و اختلالات
 پسیکوفیزیولوژیک ۲۳۳ - اختلالات حرکتی ۲۳۶ - حمله‌های هیستریک ۲۳۷ - بی‌حسی ۲۳۷ - اختلالات بینایی و
 شنوایی ۲۳۷ - اختلال در تکلم ۲۳۸ - اختلالات دستگاه تنفسی ۲۳۹ - اختلالات دستگاه گوارش ۲۳۹ - علل ایجاد
 هیستری ۲۴۰ - شخصیت هیستریک ۲۴۱ - هیپو ۲۴۱ - وسواس ۲۴۳ - افسردگی ۲۴۵

فصل بیستم - بهداشت روانی و روان‌پریشی - پیشگیری نوع سوم ۲۴۷
 طبقه‌بندی ۲۴۷ - شیذوفرنی ۲۴۹ - شیذوفرنی - نوع هیپرنیک ۲۵۰ - شیذوفرنی - نوع کاتاتونی ۲۵۲ - شیذوفرنی -
 نوع پارانوئید ۲۵۳ - علل پیدایش شیذوفرنی ۲۵۴ - تأثیر پریشی در شیذوفرنی ۲۵۶ - پسیکوز عاطفی ۲۶۱ -
 مانیک - دپرسیو یا اختلال دوقطبی عاطفی ۲۶۲ -
 مانیک دپرسیو - نوع مانیک ۲۶۲ - مانیک دپرسیو - نوع دپرسیو ۲۶۴ - مانیک دپرسیو - انواع دیگر ۲۶۵ - علل
 بیماری مانیک دپرسیو ۲۶۵ - افسردگی پسیکونیک ۲۶۶ - عکس‌العملهای پارانوئید ۲۶۶ - پسیکوز پیری ۲۶۸

فصل بیست و یکم - عوامل خطرآفرین و پیشگیری‌کننده در بهداشت روانی ۲۶۹
 جمع‌بندی نهایی ۲۶۹ - پژوهشهای مربوط به عوامل خطرآفرین ۲۷۲ - دوره اولیه کودکی ۲۷۳ - مرحله میانی
 کودکی ۲۷۵ - اواخر کودکی ۲۷۸ - عوامل مثبت در پیشگیری ۲۷۸

فصل بیست و دوم - درمان بیماریهای روانی ۲۸۱
 صلاحیت افراد برای روان‌درمانی ۲۸۲ - صلاحیت حرفه‌ای ۲۸۲ - روانپزشک ۲۸۲ - پسیکوآنالیز ۲۸۳ -
 روان‌شناسی بالینی ۲۸۴ - صلاحیت شخصی ۲۸۵ - روشهای درمان ۲۸۶ - روشهای پزشکی ۲۸۶ - دارو درمانی
 ۲۸۶ - شوک ۲۸۶ - جراحی مغز ۲۸۷ - رفتار درمانی ۲۸۸ - روان‌درمانی ۲۸۸

پیشگفتاری بر چاپ

و ویرایش جدید

در حدود چهار دهه قبل، برای اولین بار، نخستین کتاب «بهداشت روانی» توسط اینجانب به رشته تحریر درآمد. در آن زمان در ایران تنها عده معدودی نسبت به این موضوع بسیار مهم، توجه و با اطلاعات علمی دقیق و صحیحی داشتند و مسئله بهداشت روانی نه تنها مطرح نبود، بلکه حتی از بسیاری مسئولان و متخصصان، به درمان بیماریهای روانی، که به سبب ایجاد مشکلات فردی و اجتماعی می‌آید مورد توجه عاجل و گسترده‌تری قرار می‌گرفت نیز، چندان عنایتی نمی‌شد. در ادامه چاپ اول کتاب بهداشت روانی گفته شد که براساس آمار یکی از بیمارستانهای روانی کشور در آن زمان، برای هر بیمار در روز تنها مبلغ سه تومان مصرف می‌شده است. تعداد روانپزشکان و روانشناسان و سایر متخصصان، بسیار محدود بود و فعالیت آنها بیشتر محدود به برطرف کردن مشکلات اساسی و فوری می‌شد؛ در ضمن اداره‌ای نیز در وزارت بهداشتی تأسیس شده بود که البته فعالیت چشمگیری نداشت. در دبیرستانها مسئله بهداشت روانی به هیچ وجه مطرح نبود و در دانشگاهها رتبه‌های عالی کشور هم درسی در این زمینه تدریس نمی‌شد. انتشار اولین چاپ کتاب بهداشت روانی خوشبختانه مورد استقبال قرار گرفت، و پس از آن نه تنها درس بهداشت روانی در برنامه‌های دانشگاهها و مؤسسات عالی به عنوان درسی اصلی گنجانده شد، بلکه جزو برنامه درسی دبیرستانها، کسب و کار نیز قرار گرفت. در ضمن جنبه‌های عملی و کاربردی آن نیز مورد توجه اولیای کودکان، آموزگاران، استادان، پزشکان، روان‌شناسان، روانپزشکان، دانشجویان و عامه مردم نیز قرار گرفته است. بسیاری از این افراد، براساس اطلاعاتی که از این کتاب به دست آورده‌اند، روشها، بینشها و برخوردهای خود را در ارتباط با تربیت و آموزش و ارشاد کودکان پایه‌ریزی کرده و جهت علمی و روان‌شناسانه‌ای به آن داده‌اند. همچنین بعضی از رسانه‌های گروهی مانند رادیو و تلویزیون نیز براساس برخی از مطالبی که از کتاب بهداشت روانی اقتباس شده بود، برنامه‌های روانی - اجتماعی - تربیتی خاصی را طرح‌ریزی کردند تا مورد استفاده عام قرار گیرد.

با توجه به این استقبال نسبتاً مطلوب از کتاب بهداشت روانی در چند سال اخیر، و با در نظر گرفتن این امر که علم و دانش بشر درمورد مسائل مهم و بویژه موضوعهای مربوط به انسان،

هرروز در حال پیشرفت و تغییر است و دائماً کشفیات و تحقیقات و نظریات جدیدی در ابعاد نظری و عملی در دنیا ارائه می‌شود، ما برآن شدیم که تجدیدنظری کلی در این کتاب انجام دهیم. دلیل اینکه به تجدید نظر اکتفا شد و نخواستیم که کتاب جدیدی در این زمینه نگاشته شود، این است که ساختار اصلی و اساسی و موضوعهای مهم مربوط به رشته بهداشت روانی، کمابیش همان است که در چاپ اول به رشته تحریر درآمد. البته در بسیاری از آن مباحث و فصول، تغییرات عمده‌ای ایجاد شده و به جای نظریات و تحقیقات قدیمی و تأیید نشده و یا رد شده از جانب دانشمندان و متخصصان، مطالب، نگرشها، نظریه‌ها و پژوهشهای جدیدتری مطرح شده است. علاوه بر این اضافات و تغییرات و اصلاحات مطالب کتاب، سه فصل عمده نیز که در چاپ اول کتاب بهداشت روانی موجود نیست، اضافه شد. فصول اضافه شده عبارتند از: فصلی درباره رابطه نیاز به احساس ارزش و ایمنی با بهداشت روانی که در چاپ اول تنها به صورت گذرا به آن اشاره شد، در حالی که در حال حاضر روان‌شناسان اهمیت خاصی برای این دو مسئله اساسی در پایه‌ریزی شخصیت انسان و بالمآل در تأمین بهداشت روانی او قایلند. در این فصل نظریات و تحقیقات جدید در ارتباط با این موضوعات آورده شده است. در فصل دیگر، موضوع استرس یا فشار زندگی و تأثیر آن که این مطلب اساسی و حتی حیاتی بر موجود زنده و بویژه بر جسم و روان انسان می‌گذارد، و در بحث قرار گرفته است، زیرا این مسئله نه تنها سبب ایجاد انواع امراض جسمی و روانی می‌گردد بلکه در هر یک از آنها نیز منجر به مرگ می‌شود. فصل جدید دیگری که بر این کتاب افزوده شده مطلبی است درباره رابطه مذهب، اخلاق، منش با بهداشت روانی. همان‌طور که در مقدمه این فصل آمده است، امروزه در کتب بهداشت روانی طرح موضوعهای اساسی مربوط به عواملی مانند خانواده، اجتماع، ارزش و مذهب الزامی است و بدون ملحوظ داشتن این عوامل و روندهای اساسی، کتاب بهداشت روانی کامل نیست. در چاپ و تجدید نظر جدید، افزون بر مطالب فوق هفت بخش جدید اضافه شده است که عبارتند از: تعریف جدید بهداشت روانی براساس سه نوع پیشگیری، تأثیر رسانه‌های گروهی و فیلم‌ها، جدید بر بهداشت روانی، بهداشت روانی و اعتیاد، بهداشت روانی و ورزش، روان‌شناسی حرفه‌ای، بهداشت روانی و تأثیر کودک‌آزاری بر بهداشت روانی و عوامل خطر آفرین و پیشگیری‌کننده در بهداشت روانی.

سعید شاملو

۱۳۷۸