

به نام خدا  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بابل  
دانشکده پزشکی

طرح درس: پرستاری بهداشت روان

تعداد واحد: 2 واحد (34 ساعت)      ساعت کلاس: شنبه ها 10-12:15  
نوع واحد: نظری      فراگیران: دانشجویان پرستاری ورودی 94  
مدرس: سید جواد حسینی      تاریخ امتحان: 1396/3/31  
پیش نیاز: روانشناسی فردی و اجتماعی

**هدف کلی درس:**

آشنایی دانشجویان با اصول و مبانی بهداشت روان، انسان و نیازهای اساسی او، مفهوم خویشتن، علل و عوامل موثر در بروز بیماریهای روانی. طرق پیشگیری از آنها با تاکید بر مراقبت های اولیه بهداشت روان در مراحل مختلف رشد و ارائه مداخلات منطقی در جهت حفظ و توسعه سلامت روان فرد، خانواده و جامعه.

**شرح درس:**

در این درس کسب دانش و بینش در زمینه شناخت انسان، نیازهای اساسی، توانایی های بالقوه و بالفعل، مفهوم خود، آشنایی با علل و عوامل موثر در ایجاد اختلالات روانی، آشنایی با فشارهای روانی و بحرانها، اصول برقراری ارتباط درمانی با مددجویان در چارچوب فرآیند پرستاری و نقش مذاهب الهی در پیشگیری و درمان اختلالات روانی با تاکید بر مراقبت های اولیه بهداشت روان مد نظر است.

**اهداف رفتاری:**

در پایان این درس دانشجویان قادر خواهند بود:

- 1- علم بهداشت روان را توضیح دهند.
- 2- اهمیت و زیانبخشی بیماریهای روانی را توضیح دهند.
- 3- علل افزایش و شیوع بیماریهای روانی را شرح دهند.
- 4- اصول اساسی بهداشت روان را توضیح دهند.
- 5- جمعیت های آسیب پذیر در بهداشت روان را به ترتیب نام ببرند.
- 6- اهداف بهداشت روان را شرح دهند.
- 7- عوامل بروز اختلالات روانی را توضیح دهند.
- 8- بهداشت روانی و پیشگیری اولیه در دوره های مختلف زندگی را شرح دهند.
- 9- تاریخچه بیماریهای روانی و روانپرستاری در ایران و جهان را توضیح دهند.

- 10- نیازها و طبقه بندی آنها بر اساس تئوری مازلو و اهمیت نقش نیازها در شخصیت انسان را توضیح دهند.
  - 11- توانایی های بالقوه و بالفعل و اهمیت شناخت آنها از نظر بهداشت روان را شرح دهند.
  - 12- تعریف مفهوم خود و اجزای آن را تشریح نمایند.
  - 13- تنش زاهای مفهوم خود را شرح دهند.
  - 14- ارتباط درمانی را توضیح دهند.
  - 15- مراحل ارتباط درمانی را شرح دهند.
  - 16- خصوصیات ارتباط درمانی را نام برده آن ها را توضیح دهند.
  - 17- ارتباط تسهیل کننده را توضیح دهند.
  - 18- موانع و سدهای ارتباط درمانی را شرح دهند.
  - 19- نشانه شناسی و ارزیابی روانی مددجویان را بدانند.
  - 20- طبقه بندی اختلالات روانی طبق DSM 5 را توضیح دهند.
  - 21- تعریف استرس و راههای مقابله با آن را شرح دهند.
  - 22- تعریف بحران و راههای مقابله با آن را توضیح دهند.
- شیوه ارزشیابی دانشجو:**

- امتحان نیم ترم بعد از اتمام مبحث مفهوم خود 35% نمره
- پرسش و پاسخ تا 5% نمره
- امتحان پایان ترم 65% نمره

#### منابع:

- 1- شاملو، سعید. بهداشت روانی . تهران. انتشارات رشد. 1393
- 2- میلانی فر، بهروز. بهداشت روانی. تهران . نشر قومس. 1388
- 3- سیمز، اندرو. شاهسوند، اسماعیل. علائم در ذهن. نشر چامه. تهران. 1378
- 4- پور افکاری، نصرت ... .نشانه شناسی بیماریهای روانی. چاپ آزاده. تبریز . 1393
- 5- گاربر. ترجمه: خز علی، شاهین و ... . چگونه با کودک رفتار کنیم. انتشارات مروارید. تهران. 1393
- 6- بوالهروی، جعفر. بهداشت روان برای کارشناسان بهداشتی. انتشارات حکیم هیدجی. تهران. 1390
- 7- فونتتل. ترجمه : حاجی زاده، مسعود و ... . کلید های رفتار با نوجوانان . انتشارات صابرین. تهران. 1389
- 8- جنتی، یدا...-حسینی،سید جواد و... .پرستاری بهداشت روان ( 1 ) . نشر جامعه نگر . تهران 1393
- 9- جمعی از مولفان. روانشناسی رشد (1). انتشارات سمت. تهران . 1388

10- مانفرد، مارگریت و ... . ترجمه گلاب، رقیه و ... . روان پرستاری . مرکز نشر دانشگاهی  
تهران 1370

11- کرین سی، ویلیام. ترجمه فدایی، فرید. پیشگامان روانشناسی رشد. انتشارات  
اطلاعات. تهران 1394

12- حسینی، سید ابوالقاسم. اصول بهداشت روانی. آستان قدس رضوی. مشهد . 1388

13- کاپلان و سادوک. ترجمه رضاعی، فرزین. خلاصه روانپزشکی جلد ( 1). انتشارات  
ارجمند. تهران . 1394

14- ابراهیمی، اختر. ارتباط و ارتباط درمانی و الگوهای ارتباطی در خانواده. چاپ اتحاد.  
تهران. 1371

15- کاترین م. فورتناش . ترجمه آقاجانی محمد . طرح های مراقبتی  
روان پرستاری . انتشارات اندیشه رفیع . تهران .  
1391

16- Fortinash Holoday Worret .Psychiatric Mental Health  
Nursing .2012 .Fifth Edition .

17-NORMAN L.KELTNER DEBBIE STEELE Psychiatric  
Nursing. 2015. SEVENTH EDITION.

| عناوین مطالب درس   | جلسات و تاریخ تدریس |
|--|---------------------|
| مقدمه - تعریف بهداشت روانی - تعریف روان پرستار و شرح وظایف - اهمیت، دامنه، حدود و زبان بخشی بیماریهای روانی - علل افزایش و شیوع بیماریهای روانی  | جلسه اول            |
| عواملی که در سالهای اخیر سبب ازدیاد بیماران بستری در بیمارستانهای روانی شده است. - اصول اساسی بهداشت روانی - جمعیت های آسیب پذیر در بهداشت روان - ویژگی فعالیت های بهداشت روانی - بیماریهای روانی و تسهیلات بهداشت روان کشور                     | جلسه دوم            |
| - تسهیلات بهداشت روانی دور از دسترس مردم قرار دارند. - اهداف بهداشت روانی - پیشگیری اولیه مستقیم و غیر مستقیم - بررسی اتیولوژیک اختلالات روانی - علل بروز اختلالات روانی - علل مستعد کننده - علل تسریع کننده - بررسی اپیدمیولوژیک اختلالات روانی | جلسه سوم            |
| پیشگیری اولیه در قبل و زمان تولد - پیشگیری اولیه در زمان شیرخوارگی و کودکی - پیشگیری اولیه در زمان نوجوانی   | جلسه چهارم          |
| پیشگیری اولیه در زمان جوانی - ازدواج، طلاق<br>پیشگیری اولیه در زمان میانسالی ، پیشگیری اولیه در زمان سالمندی   | جلسه پنجم           |

|              |  |
|--------------|--|
| جلسه ششم     | نتایج حاصله از پیشگیری اولیه- پیشگیری نوع سوم- پیشگیری نوع سوم- تاریخچه بیماریهای روانی- مقدمه- انسانهای بدوی- مردمان قدیم 600-2600 سال قبل از میلاد- پیشرفت های قبل از میلاد- دوران اولیه بعد از میلاد- قرون وسطی- عهد رنسانس- 1500- 1300 بعد از میلاد- دوران اصلاح 1500-1660 بعد از میلاد  |
| جلسه هفتم    | دوران بعد از اصلاح (قبل از قرن هجدهم)- قرن هجدهم- قرن نوزدهم- قرن بیستم- تاریخچه ای مختصر از بیماریهای روانی در ایران- تاریخچه روانپرستاری در کشور- نیاز های اساسی انسان (مقدمه- طبقه بندی)- طبقه بندی نیاز های اساسی طبق نظر مازلو  |
| جلسه هشتم    | -تئوری روانی اجتماعی اریکسون<br>-مفهوم خود(مقدمه، اجزاء)- تصویر ذهنی از جسم خویشتن- اعتماد به نفس - نقش- هویت  |
| جلسه نهم     | -تنش زاهای مفهوم خود<br>-قدرتهای بالقوه و بالفعل<br>-ارتباط و ارتباط درمانی(مقدمه- مراحل ارتباط درمانی- تعریف)   |
| جلسه دهم     | -فرآیند انتقال اطلاعات(ارتباط کلامی و غیر کلامی)- انواع ارتباط غیر کلامی<br>-عواملی که بر ارتباط تاثیر می گذارند.<br>-خصوصیات ارتباط درمانی- انواع ارتباط- مهارتهای تسهیل کننده ارتباط- مهارتهای توجه جسمی و روانی   |
| جلسه یازدهم  | ابعاد اساسی تسهیل کننده ارتباط(همدلی- احترام- خلوص و درستی- واقعی بودن- سریع بودن- رویارویی)<br>-استراتژیهای پاسخ(گشایش سخن- سوالات باز- انعکاس اطلاعات- بیان مجدد- انعکاسات- وصل کردن جاهای خالی اطلاعات- بیان مشاهدات- ایجاد باز خورد- سازماندهی- تمرکز دادن- روشن کردن- خلاصه کردن- سکوت) |
| جلسه دوازدهم | موانع و سدهای ارتباطی<br>-ارزیابی روانی مددجو(نشانه شناسی)- ظاهر کلی<br>-رفتارهای روانی حرکتی- تکلم- نگرش  |
| جلسه سیزدهم  | خلق و عاطفه<br>-تفکر(فرآیند فکر)   |
| جلسه چهاردهم | تفکر(محتوای فکر)، درک<br>-حافظه-هوشیاری-توجه و تمرکز-بصیرت- قضاوت-پذیرندگی- برنامه ریزی  |
| جلسه پانزدهم | DSM-ICD -<br>- ارزیابی محوری<br>- طبقه بندی اختلالات روانی طبق DSM 5   |
| جلسه شانزدهم | -مکانیسم های دفاعی<br>- مفهوم بحران (تعریف-انواع- مراحل- مداخله- پیشگیری)  |
| جلسه هفدهم   | استرس(تعریف- علل- تاثیر- پیشگیری و راههای مقابله)  |