



www.massira.jo

# الصحة النفسية لل فرد والمجتمع

الدكتور  
محمد أحمد المشاقبة



رقم التصنيف : 616.89  
المؤلف ومن هو في حكمه : محمد أحمد المشاقبة  
عنوان الكتاب : الصحة النفسية للفرد والمجتمع  
رقم الإيداع : 2017/7/3805  
المواصفات : الصحة النفسية/ الإرشاد النفسي/ اضطرابات الشخصية  
بيانات النشر : عمان - دار الرسائل الجامعية للنشر والتوزيع

تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

## حقوق الطبع محفوظة للناشر

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة لدار الرسائل الجامعية للنشر والتوزيع عمان - الأردن ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد الكتاب كاملاً أو مجزأً أو تسجيله على اشرطة كاسيت أو إدخاله على الكمبيوتر أو برمجته على إسطوانات ضوئية إلا بموافقة الناشر خطياً

Copyright © All rights reserved

No part of this publication may be translated, reproduced, distributed in any form or by any means, or stored in a data base or retrieval system, without the prior written permission of the publisher

الطبعة الأولى 2018م - 1439هـ

  
دار  
المسيرة  
للنشر والتوزيع والطباعة  
شركة جمال أحمد حيف وإخوانه

  
دار  
الرسائل الجامعية  
للنشر والتوزيع والطباعة  
شركة جمال أحمد حيف وإخوانه

## عنوان الدار

الرئيسي : عمان - العبدلي - مقابل البنك العربي هاتف : 962 6 5627049 فاكس : 962 6 5627059  
الفرع : عمان - ساحة المسجد الحسيني - سوق البتراء هاتف : 962 6 4640950 فاكس : 962 6 4617640  
صندوق بريد 7218 عمان - 11118 الأردن

E-mail: Info@massira.jo . Website: www.massira.jo

التصميم والاخراج بالدار - دائرة الانتاج

www.massira.jo

# الصحة النفسية للأفرد والمجتمع

الدكتور  
محمد أحمد المشاقبة



## الفهرس

المقدمة ..... 19

### الفصل الأول

#### مقدمة في الصحة النفسية

23	.....	صعوبة تعريف الصحة النفسية
24	.....	تعريف الصحة النفسية
26	.....	مفهوم الصحة النفسية
27	.....	المفهوم السلبي
28	.....	المفهوم الإيجابي
29	.....	مميزات ذوي الصحة النفسية
29	.....	مظاهر الصحة النفسية
31	.....	منهج الصحة النفسية
31	.....	المنهج النمائي
32	.....	المنهج الوقائي
34	.....	المنهج العلاجي
34	.....	الوقاية
37	.....	علاقة الصحة النفسية بالتخصصات والعلوم الأخرى
37	.....	علاقة الصحة النفسية بعلم نفس الشواذ

37	علاقة الصحة النفسية بعلم نفس النمو .....
37	علاقة الصحة النفسية بعلم النفس الاجتماعي .....
38	علاقة الصحة النفسية بالطب .....
39	علاقة الصحة النفسية بعلم النفس الإرشادي .....
39	علاقة الصحة النفسية بالعلوم الشرعية .....
39	علاقة الصحة النفسية بالأخلاق .....
40	علاقة الصحة النفسية بعلم النفس المرضي .....
40	علاقة الصحة النفسية بالإحصاء .....
40	علاقة الصحة النفسية بعلم الوراثة .....
40	علاقة الصحة النفسية بعلم الصيدلة .....
41	الصحة النفسية من الماضي إلى الحاضر .....
43	الصحة النفسية في العصور الحديثة .....
46	تطور الاهتمام بالصحة النفسية حديثا .....
46	مرحلة الإصلاح والتنوير .....
47	مرحلة الاكتشافات العلمية والطبية .....
47	مرحلة حركة الرعاية الصحية والعقلية .....
47	مرحلة علم الصحة النفسية .....
47	معايير وأسس السواء واللاسواء .....
49	المعيار الإحصائي .....
50	المعيار الاجتماعي .....

51	..... المعيار المثالي
52	..... المعيار القانوني أو الجنائي
52	..... المعيار الطبي الإكلينيكي
54	..... مراجع الفصل الأول

## الفصل الثاني

### الاحباط والصراع والتكيف

59	..... الإحباط
60	..... عتبة الاحباط
61	..... أنواع الإحباط
63	..... مصادر الإحباط
64	..... علاقة الإحباط بالصحة النفسية
66	..... نتائج الإحباط وأثره في شخصية الفرد
66	..... أولاً: النتائج الايجابية للإحباط
66	..... ثانياً: النتائج السلبية للإحباط
69	..... الصراع النفسي
70	..... مفهوم الصراع النفسي
71	..... أشكال الصراع النفسي
73	..... الصراع والصحة النفسية
73	..... التكيف
74	..... مفهوم التكيف

76	التكيف والصحة النفسية .....
77	مؤشرات التكيف النفسي .....
78	مراجع الفصل الثاني .....

## الفصل الثالث

### القلق والضغط النفسي

83	القلق .....
84	مدى انتشار القلق .....
84	أعراض القلق .....
85	أسباب القلق النفسي .....
85	أنواع القلق .....
85	القلق الواقعي .....
85	القلق العصابي .....
86	القلق الخلقي .....
86	التأثير والآثار التي يخلقها القلق على الإنسان بشكل عام .....
87	الضغوط النفسية .....
87	مراحل الضغط .....
87	مرحلة التنبيه والحذر .....
88	مرحلة المقاومة .....
88	مرحلة الإنهاك والتعب .....
89	مصادر الضغط النفسي .....

90 .....مراجع الفصل الثالث

## الفصل الرابع

### الصحة النفسية والتوافق

95 ..... مفهوم التوافق

98 ..... مستويات التوافق النفسي

98 ..... أولاً: مستوى التوافق الشخصي

99 ..... ثانياً: مستوى التوافق الاجتماعي

99 ..... ثالثاً: مستوى التوافق المهني

99 ..... طبيعة عمليات التوافق

102 ..... أهمية دراسة التوافق النفسي

103 ..... تحليل عملية التوافق

104 ..... مجالات التوافق النفسي

104 ..... التوافق العقلي

104 ..... التوافق الديني

104 ..... التوافق السياسي

105 ..... التوافق الجنسي

105 ..... التوافق الزوجي

105 ..... التوافق الأسري

106 ..... التوافق الاقتصادي

106 ..... التوافق المدرسي



106	التوافق الترويجي
107	التوافق المهني
107	متطلبات عملية التوافق
108	أهمية دراسة عمليات التوافق
109	معوقات التوافق
109	التوافق والصحة النفسية
110	مراجع الفصل الرابع

## الفصل الخامس

### وسائل وميكانزمات الدفاع النفسية

114	أهم وسائل الدفاع
114	التبرير
114	الكف
114	الإنكار
115	رد الفعل العكسي (التكوين العكسي)
115	الكبت
116	الانسحاب
117	الإسقاط
118	النكوص
119	التسامي
119	الإزاحة

120	التعويض
121	مراجع الفصل الخامس

## الفصل السادس

### الشخصية ونظرياتها

125	مفهوم الشخصية
127	الشخصية السوية
128	العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية
128	العوامل الجسمية
128	العوامل النفسية
129	العوامل البيئية
129	الجوانب المهمة في دراسة الشخصية
129	تركيب الشخصية
129	محددات الشخصية
130	نظريات الشخصية
130	نظرية التحليل النفسي
130	الشخصية
132	المبادئ التي تحكم الشخصية
134	النظرية السلوكية
134	بناء الشخصية
135	نمو الشخصية

135	..... نظرية الذات
136	..... الشخصية
137	..... نظرية ألفرد أدلر
137	..... المبادئ الأساسية لنظرية أدلر في الشخصية
140	..... مراجع الفصل السادس

## الفصل السابع

### الأمراض النفسية (العصابية)

145	..... الأمراض النفسية
145	..... الإعراض الإكلينيكية (السريية) العامة للعصاب (المرض النفسي)
146	..... الفروق بين الأمراض النفسية (العصابية) والأمراض العقلية (الذهانية)
148	..... أبرز الأمراض العصابية
148	..... الوسواس القهري
149	..... أعراض الوسواس القهري
150	..... تفسير عصاب الوسواس المتسلطة والأفعال القهرية
152	..... أسباب الوسواس القهري
153	..... علاج الوسواس القهري
154	..... أخطاء شائعة حول الوسواس القهري
156	..... الهستيريا
157	..... أنواع الهستيريا
157	..... الهستيريا التحويلية

157	.....	الهستيريا التفككية
159	.....	الصفات العامة للشخصية الهستيريا
160	.....	علاج اضطراب الهستيريا
161	.....	المخاوف المرضية الرهاب
163	.....	الفرع
163	.....	التجوال اللاشعوري (التوهان أو الشرود اللاشعوري)
164	.....	توهم المرض
164	.....	أعراض توهم المرض
165	.....	علاج توهم المرض
166	.....	الاكتئاب
167	.....	الشك المرضي - هوس التشكك
169	.....	مراجع الفصل السابع

## الفصل الثامن

### الاضطرابات العقلية (الذهانية) - الوظيفية

175	.....	طبيعة الاضطرابات الذهانية ومفهومها
176	.....	تعريف الأمراض العقلية
176	.....	الأعراض الإكلينيكية (السريية) العامة للذهان
177	.....	أبرز أنواع الاضطرابات العقلية
177	.....	الفصام
178	.....	تعريف الفصام

179	أسباب مرض الفصام
181	أعراض الفصام
182	أنواع الفصام
182	الفصام البسيط
183	فصام المراهقة (الهيروفرييني)
184	الفصام التخشي أو الهياجي (الكتاتوني)
184	الفصام الهذائي (البارنويدي)
185	الصرع
187	أعراض مرض الصرع
188	تشخيص الصرع
188	الهذاء أو البارانويا
189	أعراض البارانويا
190	أسباب الهذاء أو البارانويا
191	العلاج
192	الهوس
192	أنواع الهوس
192	الهوس المنخفض
192	الهوس الحاد
193	الهوس الحاد الزائد
194	مراجع الفصل الثامن

## الفصل التاسع

### الصحة النفسية في المدرسة

199	تقديم
201	الصحة النفسية في المدرسة
202	الحاجة إلى خدمات الصحة النفسية في المدرسة
203	المناخ المدرسي
203	دور المعلم في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ
205	الصورة التي يجب أن يكون عليها المعلم
206	وظيفة المدرسة في تكوين شخصية التلميذ
208	كيف يمكن تطبيق الصحة النفسية في المدرسة
208	اكتساب التلاميذ الاتجاهات والعادات الصحية
208	أهمية الصحة النفسية للمعلمين
209	الصحة النفسية والمنهج
210	الصحة النفسية للتلميذ
210	مظاهر الصحة النفسية للمعلمين والمعلمات
210	الرضا الوظيفي
212	الفاعلية
213	سيادة العلاقات الإنسانية
213	أعراض سوء الصحة النفسية المدرسية
214	مؤشرات تدهور الصحة النفسية للمعلمين
215	أولاً: الضغوط النفسية لمهنة التعليم

216	مصادر الضغوط النفسية للمعلمين
216	الضغط الناشئ من المهنة
217	الضغط الناشئ من المتعلمين
217	الضغط الناشئ من بيئة العمل
218	الضغط الناشئ من المجتمع
218	الآثار الناجمة عن ضغوط مهنة التعليم
218	الآثار الجسدية
218	الآثار النفسية
219	الآثار الاجتماعية
219	ثانياً: الاحتراق النفسي للمعلمين
221	تأثير المدرسة على صحة التلاميذ النفسية
222	تأثر التلاميذ بأقرانهم
223	أساليب مواجهة ضغوط مهنة التعليم
224	مجالات الصحة النفسية المدرسية
225	العلاقات السائدة في المدرسة
227	مراجع الفصل التاسع

## الفصل العاشر

### الاسلام والصحة النفسية

233	تعريف الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي
233	الحاجة إلى العقيدة

235	تحقيق الصحة النفسية .....
236	مؤشرات الصحة النفسية في ضوء القرآن الكريم .....
237	كيف تحافظ على صحتك النفسية .....
237	العقيدة والعلوم النفسية .....
238	أسباب الاضطراب النفسي في رأي الدين .....
239	أعراض الاضطراب النفسي في رأي الدين .....
240	ما هو موقف الدين من العلاج .....
241	الإيمان والصحة النفسية .....
241	إشباع الجانب الروحي وأثره في تنمية الصحة النفسية .....
243	قواعد التربية الإسلامية في تحقيق الصحة النفسية .....
246	مراجع الفصل العاشر .....
249	المراجع .....