



يعد موضوع الصحة النفسية من أهم وأعقد المشاكل التي يواجهها الإنسان حيث شهدت الفترة الأخيرة تغيرات كثيرة ومختلفة في حياة البشر مما أدى إلى تنوع مشكلات الأفراد، فالحياة التي يحيها الفرد وهو سقيم نفسياً لا تقل ضيقاً عن الحياة التي يحيها وهو عليل الجسم، حيث أن الصحة النفسية السليمة قد تساعد أو تهون من قسوة المرض العضوي الجسدي وليس العكس بصحيح. والسعي للوصول إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية هدف يسعى إليه الأفراد جميعاً من أجل حياة يتمتع بها الفرد ويتمتع بها الآخرون معه.

فتقدم الأمم ونهضتها يعتمد بالأساس على قواها البشرية، من حيث سلامتهم الجسمية والعقلية والخلقية، ومن حيث قدرتهم على التكيف ومسايرة الأحداث والتصدي لها بما يناسبها، والانتفاع من إيجابياتها والوقاية من سلبياتها وهذا يتطلب من العلماء القيام بإجراء البحوث والدراسات لمواجهة التطورات في الحياة ووضع الحلول المناسبة للمشاكل ومساعدة الناس على استثمار طاقاتهم بشكل جدي، لذا يجب الإهتمام بصحة الأفراد وتوفير العناية اللازمة لهم من خلال مكافحة الأمراض والحد من انتشارها والتي تتسبب في ضعف قابلية الفرد على العمل وتحقيق الضمان والاستقرار النفسي للفرد للعيش براحة وأمان من أجل الاستمرار في الحياة ومواكبة التقدم والازدهار. فقدرة الفرد على أن يحيا حياة يشعر فيها بالرضا والإرتياح تتوقف على ما يتمتع به من صحة نفسية.

### الفصل الأول: مفهوم الصحة النفسية

- ✓ علم الصحة النفسية، وتعريفاتها، ومظاهرها.
- ✓ خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية.
- ✓ العلاقة بين الصحة النفسية والعقلية والجسدية.
- ✓ الصحة النفسية والمرض النفسي.

- ✓ الفرق بين المرض النفسي والسلوك المرضي.

- ✓ نسبة الصحة النفسية ومستوياتها ومناهجها وأهميتها.

### الفصل الثاني: الشخصية بتن السواء واللاسواء

- ✓ مفاهيم السواء واللاسواء ومعاييرها في علم النفس المرضي.
- ✓ تعريف الشخصية، ومحدداتها وخصائصها
- ✓ النظريات الشخصية.
- ✓ الشخصية بين السواء واللاسواء.

### الفصل الثالث: الصحة النفسية من المنظور الإسلامي

- ✓ مفهوم الصحة النفسية في الإسلام ومنهج الإسلام في تحقيقها.
- ✓ السلوك الأخلاقي والصحة النفسية.
- ✓ مؤشرات الصحة النفسية في ضوء القرآن والسنة.
- ✓ دور التربية الإسلامية في الصحة النفسية.
- ✓ أركان الإيمان كما ورد ذكرها في القرآن الكريم.

### الفصل الرابع: التوافق والصحة النفسية

- ✓ مفهوم التوافق والفرق بينه وبين التكيف ومظاهره.
- ✓ النظريات المفسرة للتوافق النفسي.
- ✓ التوافق والصحة النفسية في المنشآت الاجتماعية.
- ✓ الصحة النفسية في (الأسرة - المدرسة - المجتمع)

### الفصل الخامس: الحيل الدفاعية النفسية

- ✓ تعريف الحيل الدفاعية النفسية وأهدافها.
- ✓ مظاهر الحيل الدفاعية النفسية وأنواع الحيل الدفاعية.

### الفصل السادس: الأمراض النفسية (العصاب)

- ✓ مفهوم المرض النفسي.
- ✓ مظاهر الاضطرابات النفسية.
- ✓ أسباب الأمراض النفسية.
- ✓ التصنيف الحديث للاضطرابات النفسية.
- ✓ العصاب (تعريفه - تصنيفه - أسبابه - أعراضه - تشخيصه)
- ✓ نماذج من الاضطرابات العصابية

(القلق - الفوبيا - الوسواس القهري - الهستيريا)

### الفصل السابع: الأمراض العقلية (الذهان)

- ✓ تصنيف الذهان وأسبابه وأعراضه وعلاجه ومآل الذهان.
- ✓ نماذج من الاضطرابات الذهانية

### الفصل الثامن: الاضطرابات السيكوسوماتية

- ✓ تعريف الاضطرابات السيكوسوماتية وأسبابها وخصائصها.
- ✓ الاضطرابات السيكوسوماتية والضغط النفسي.
- ✓ الفرق بين الاضطراب السيكوسوماتي والعصاب.
- ✓ الاتجاهات المفسرة للاضطرابات السيكوسوماتية.
- ✓ أشكال الاضطرابات السيكوسوماتية وعلاجها.
- ✓ اضطرابات الأكل واضطرابات النوم.

### الفصل التاسع: الاضطرابات السلوكية

- ✓ تعريف الاضطرابات السلوكية ومحدداتها وتصنيفها.
- ✓ خصائص المضطربين سلوكياً.
- ✓ أساليب الكشف عن الاضطرابات السلوكية.
- ✓ الاتجاهات النظرية المفسرة للاضطرابات السلوكية.
- ✓ نماذج من الاضطرابات السلوكية.
- ✓ علاج الاضطرابات السلوكية.

### الفصل العاشر: العلاج النفسي

- ✓ مفهوم العلاج النفسي وأنواعه:
- (بالتحليل النفسي - السلوكي - المعرفي السلوكي - العلاج الجماعي)

### الفصل الحادي عشر: الصحة النفسية للمعلم

- ✓ أهمية الصحة النفسية للمعلم.
- ✓ خصائص المعلم الناجح.
- ✓ العوامل التي تحقق الصحة النفسية للمعلم والمعلمة
- ✓ دور المعلم في تحقيق الصحة النفسية للطلاب.
- ✓ أثر الضغوط النفسية على الصحة النفسية للمعلم والطلاب.
- ✓ الاحتراق النفسي في مهنة التدريس.