

فهرست مطالب

فصل اول: پیش درآمد

- مقدمه ۹
- مسئله چیست؟ ۱۱
- چرا این مسئله مهم است؟ ۱۵
- به کجا می‌رویم؟ ۱۷
- بد نیست بدانید ۱۸

فصل دوم: راهی که در پس و پیش است

- اعتیاد به مواد؛ معضل همگانی ۲۱
- طبقه‌بندی کلی مواد روانگردان ۲۳
- مواد افیونی ۲۴
- مواد توهم‌زا ۲۷
- مواد محرک ۲۷
- نظریه‌های سوء‌مصرف مواد ۳۰
- نظریات مربوط به اعتیاد ۳۰
- رویکرد فیزیولوژیکی ۳۱
- نظریه روان‌تحلیلی، نظریه روان‌تحلیل‌گری ۳۳
- نظریه رفتارگرایی ۳۵
- نظریه شناختی رفتاری ۳۸

۸۱	مفاهیم و اهداف بهداشت روانی
۸۱	بهداشت روانی با مفهوم سلامت و تکامل روانی
۸۲	بهداشت روانی با مفهوم پیشگیری از بیماریهای روانی
۸۳	روشهای کمک به بهداشت روانی
۸۵	هوش هیجانی
۸۶	تعریف هوش هیجانی
۸۷	نظریه‌های هوش هیجانی
۸۸	نظریه هوش هیجانی سالووی و مایر
۹۱	نظریه هوش هیجانی گلمن
۹۷	نظریه هوش هیجانی بار - آن
۱۰۰	نظریه هوش هیجانی هیگز و دالواتیز
۱۰۳	اضطراب
۱۰۵	طبقه‌بندی اضطراب
۱۰۷	تفاوت ترس با اضطراب
۱۰۷	علائم اضطراب
۱۰۸	پاسخ‌های فیزیولوژیکی (بدنی)
۱۱۱	علل اضطراب از دیدگاه‌های مختلف
۱۱۲	رویکرد زیست‌شناختی
۱۱۲	رویکرد روان‌پویایی
۱۱۴	رویکرد رفتاری
۱۱۴	رویکرد گشتالتی
۱۱۵	رویکرد شناختی
۱۱۸	رویکرد انسان‌گرایی - وجودی
۱۱۹	اختلالات اضطرابی
۱۱۹	اختلال اضطراب فراگیر
۱۲۰	اختلال فوبیا
۱۲۱	اختلال وسواس فکری و عملی

۴۰	اعتیاد به مواد و تاثیرات روانشناختی
۴۷	اعتیاد به بازی کامپیوتری
۴۹	تاریخچه بازی‌های کامپیوتری در جهان
۵۲	تاریخچه بازی‌های کامپیوتری در ایران
۵۳	نظریه‌های راجع به بازی
۵۳	نظرات پیشوایان اسلام و دانشمندان اسلام
۵۴	نظریه ویگوتسکی
۵۴	نظریه پیازه
۵۴	نظریه روان‌تحلیلگری
۵۴	نظریه‌های بازی
۵۶	نظریه جان سولر
۶۱	ویژگی‌های بازی کامپیوتری
۶۳	اعتیاد و وابستگی به بازی‌های کامپیوتری
۶۶	ساختار بازی کامپیوتری
۶۷	انواع بازی‌های کامپیوتری
۶۷	اثرات مختلف بازی‌های کامپیوتری
۶۹	سلامت روان چیست؟
۷۲	معیارهای بیماری و سلامتی روانی
۷۳	تعریف بیماری روانی
۷۴	نظریه‌پردازان سلامت روان
۷۵	سلامت روانی از نظر فروید
۷۶	سلامت روانی در مکتب آدلر
۷۶	سلامت روانی از نظر گلاسر
۷۷	سلامت روانی از نظر یونگ
۷۸	نظریه‌ی مراجع محوری راجرز
۷۹	سلامت روان از نظر واتسون
۷۹	سلامت روان از نظر بک و ایس

فصل اول: پیش درآمد

مقدمه

در چند دهه گذشته، اعتیاد^۱ رشد فزاینده‌ای داشته که نشان دهنده بروز یک مشکل جدی در سلامت جسمی و اجتماعی است (عباسی، تازیکی و مرادی، ۱۳۸۵). مصرف مواد مخدر و وابستگی به آن پدیده‌ای مزمن و عود کننده است که با صدمه‌های جدی جسمانی، مالی، خانوادگی و اجتماعی همراه است. یکی از مسائل و معضلات مهم که در قرن اخیر به صورت جدی در جامعه جهانی بروز نموده است، موضوع وابستگی و مصرف مواد محرک و الکل و سوء استفاده از داروهای روانگردان^۲ می‌باشد. در واقع اعتیاد همراه با سوء تغذیه و آلودگی‌های محیط زیست از جمله مشکلات بزرگ جوامع بشری است که متأسفانه تمام جوامع صنعتی و غیر صنعتی را گرفتار کرده است (شایه، وطن‌خواه، زرگر، تیموری، احمدیان، ۱۳۹۳). از آنجا که مصرف مواد با سایر کژروی‌ها و با مشکلاتی مانند اختلال‌های روانی، فرار از منزل، پرخاشگری و خشونت در رفتارهای اجتماعی، دزدی، بزهکاری، افت تحصیلی، بی‌علاقه شدن به تحصیل، اقدام به خودکشی^۳، فحشا (استاور^۴، هال، مک ماهون،

1 Addiction
2 Psychotropic drugs
3 Suicide
4 Stover

- اختلال استرس بعد از ضربه ۱۲۱
اختلال حمله هراس (پانیک) ۱۲۲

فصل سوم: یک پژوهش عملی

- جامعه آماری ۱۲۵
نمونه پژوهش و روش نمونه‌گیری ۱۲۵
ملاک‌های ورود و خروج ۱۲۶
ابزار پژوهش ۱۲۶

فصل چهارم: نتیجه‌گیری

- بررسی و نتیجه فرضیه‌های تحقیق ۱۲۹
منابع ۱۳۹