

 차례

- 머리말 _ 3

제1장

인간행동과 정신건강의 이해 ... 9

1. 인간의 행동 _ 11
2. 건강과 정신건강의 개념 _ 13
3. 안녕, 웰빙 및 건강모형 _ 17

제2장

적응, 부적응 및 적응기제/방어기제 ... 25

1. 적응의 개념 _ 27
2. 적응의 이론 _ 29
3. 갈등의 의미와 유형 _ 30
4. 적응의 대처양식 _ 32
5. 부적응의 개념 _ 34
6. 적응기제/방어기제 _ 38

제3장

이상행동, 증상론/정신병리학 및 치료심리 ... 47

1. 이상행동 _ 49
2. 증상론/정신병리학 _ 53
3. 치료심리 _ 66

제4장

스트레스와 정신건강 ... 83

1. 스트레스의 개념 _ 85
2. 스트레스의 원인 _ 86
3. 스트레스의 반응 및 증상 _ 89
4. 스트레스의 예방 및 관리법 _ 91

제5장

성격과 정신건강 ... 97

1. 성격의 개념 및 정의 _ 99
2. 성격의 결정요인 _ 100
3. 성격의 이론 _ 100
4. 건강한 성격 _ 106
5. 성격의 측정 _ 119

제6장

인간관계와 정신건강 ... 125

1. 인간관계의 이해 _ 127
2. 인간관계의 형성 _ 128
3. 바람직한 인간관계 _ 134

제7장

성, 사랑과 정신건강 ... 137

1. 성의 개념 _ 139
2. 사랑 심리 _ 143

제8장

중독과 정신건강 ... 151

1. 중독의 개념 _ 153
2. 중독의 종류 _ 157
3. 중독의 예방과 대처 _ 185

제9장

자살과 정신건강 ... 187

1. 자살의 개념 _ 189
2. 자살의 정의 _ 191
3. 자살의 원인 _ 194
4. 청소년 자살 _ 199
5. 노인 자살 _ 201
6. 자살의 예방과 대처 _ 207
7. 자살의 치료 및 관리 _ 209

제10장

학대와 정신건강 ... 211

1. 학대의 개념 _ 213
2. 학대의 정의 _ 214
3. 아동학대 _ 214
4. 배우자학대 _ 217
5. 학대의 예방 및 대책 _ 225

제11장

문화적 다양성과 정신건강 ... 227

1. 문화의 개념 _ 229
2. 문화의 속성 및 관점 _ 231
3. 다문화 및 새터민의 이해 _ 233
4. 다문화와 문화적응 _ 236
5. 다문화가정의 문제와 해결방안 _ 244

제12장

정신장애와 정신건강 ... 249

1. 정신장애의 분류체계: DSM-5를 중심으로 _ 251
2. 정신장애의 유형 _ 252

제13장

정신건강과 법, 위기대처 및
건강관리 ... 269

1. 정신건강 문제의 이해 _ 271
2. 정신건강 증진을 위한 제도적 환경과
정신건강 문제 _ 272
3. 정신건강증진서비스 및
전달체계 _ 274
4. 정신건강 관련 법 _ 281
5. 정신건강 사업의 추진방향 _ 284
6. 청소년 위기 및 대처방법 _ 295
7. 현대인 위기 및 대처방법 _ 309

- 참고문헌 _ 321
- 찾아보기 _ 339