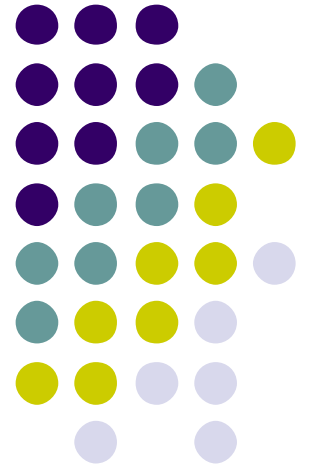


بهداشت رواني از دید
مکاتب روان شناسي



پایک سپاس مقدم

SEPASMOQADAM@IOP.IR



بهداشت رواني از دید
مکاتب روان شناسي

مکتب زیست گرایي

بهداشت رواني زماني وجود خواهد داشت
که بافت ها و اندام هاي بدن
به طور سالم کار کنند.



بهداشت رواني از دید
مکاتب روان شناسي

مکتب زیست گرایي

پایه اصلي روان پزشکی را تشکیل می دهد، بیشتر بر
بیماري رواني توجه دارد نه بهداشت رواني، زیرا بیماری
رواني را جزء سایر بیماریها به حساب می آورد



بهداشت رواني از دید
مکاتب روان شناسي

مکتب روان کاوي

بهداشت رواني، کنش متقابل موزون
بين سه عنصر مختلف شخصيت
(*نهاد، من و من برتر*) است.



سه عنصر شخصیت از دید روان کاوی

نهاد به وسیله چیزی اداره می شود که فروید آن را اصل لذت می نامید.

اصل لذت، یعنی، تلاش آنی و گسترده برای کسب لذت و شیوة کاهش تنشها، بدون در نظر گرفتن منطق یا واقعیت.

بنابراین نهاد از منطق، واقعیت و حساب و کتاب به دور است و فقط می خواهد نیازها را برطرف کند. کودک هرچه به دست می آورد به دهان خود می برد: غذا سوزن، چاقو، اسباب بازی، گوشه پتو و چیزهای دیگر



من، از تولد به بعد، همراه با رشد کودک،
ساخته می شود. من تابع اصل واقعیت است :
تحلیل می کند، می فهمد و ناسازگار می شود.

من، دومین عنصر روان است و زمانی به وجود می
آید که نهاد با واقعیت روبه رو می شود و تغییر مسیر
می دهد

مثلاً، وقتی کودک متوجه می شود که اگر از نردبان بالا برود احتمال
دارد بیفتد یا اگر چاقو را به دهان ببرد احتمال دارد خود را زخمی کند .
من او تشکیل می شود.



**من برتر، از اصل آرمانی و کمال جویی تبعیت
می کند و برای فرد وجدان اخلاقی فراهم
می نماید. از ممنوعیت های والدین، تابوها و
الزامات اجتماعی آگاه می کند.**



مکتب رفتار گرایی

بهداشت روانی، سازگاری فرد با محیط است.

پاسخ ← ارگانیسم ← محرک

آنچه را که مکاتب دیگر بیماری روانی به حساب می آورند از دید رفتارگرایان، رفتاری است که مثل سایر رفتارها آموخته شده است



مکتب رفتار گرایي

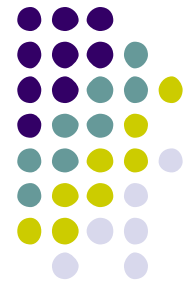
● بیماری رواني از دید رفتارگرایان، رفتاري است که مثل سایر رفتارها آموخته شده است

● بهداشت رواني، رفتاري است که با محیط معيني، با نوعي بهنجاري رفتاري، سازگاري دارد.
اصطلاح « سازگاري» قضاوت ارزشي مشاهده گر، والدین و معلم را دربرمي گیرد .



مکتب انسان گرایی

بهداشت روانی، ارضای نیازهای سطوح پایین و رسیدن به سطح خودشکوفایی است.



مکتب انسان گرایی

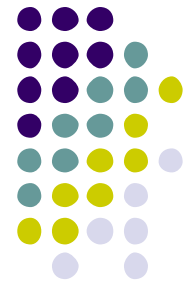
**مزلو معتقد است که نیازهای انسان، متناسب با
نیرومندی، به پنج طبقه تقسیم می شود.
به عقیده او، « بهداشت روانی عبارت از حالت کسی
است که از نظر نیازهای بنیادی آن قدر ارضا شده است
که می تواند برای خود شکوفایی انگیزه داشته باشد**



مکتب انسان گرایی

مزلو، برای تحقق عزت نفس و خود شکوفایی،
سیزده معیار بالینی پیشنهاد می کند:

- ادراک خوب از واقعیت ؛
- پیشرفت در قبول خود، دیگران و طبیعت ؛
- پیشرفت در داشتن اراده ؛
- پیشرفتهای نسبی در مسائل اصلی ؛
- آزاد بودن و شوق زندگی داشتن ؛



مکتب انسان گرایی

خود مختاری فزاینده و مقاومت درتشکیل گروهها ؛
ابتکار داشتن در قضاوت و عنی بودن در انگیزش ؛
فراوانی تجربه های بسیار بالا ؛
همانند سازی خوب با انسانیت ؛
بهبود روابط با دیگران ؛
راحتی در قبول دیگران ؛
رشد خلاقیت ؛
تحرك در نظام ارزشها ؛



سه عنصر شخصیت از دید روان کاوی

نهاد، نهاد تنها عنصر ذاتی شخصیت است : عنصری که به هنگام تولد حضور دارد . نهاد منبع همه نیروهای غریزی فرد است و از اصل کسب لذت پیروی می کند : می خواهد بلافاصله ارضا شود . نهاد معمولاً به شیوه تکانشی، غیر منطقی و غیر اخلاقی عمل می کند.



سه عنصر شخصیت از دید روان کاوی

نهاد، منبع همه نیروهای غریزی فرد است و از

اصل کسب لذت پیروی می کند. می خواهد

بلافاصله ارضا شود، به شیوه تکانشی، غیر

منطقی و غیر اخلاقی عمل می کند.



مکتب بو م شناسي

**بهداشت رواني، حفظ تعادل فرد ـ محيط و توجه به
حریمها و قلمروهاي شخصي است.**