

RUH SAĞLIĞI DANIŞMANLIĞI

I. Giriş

II. Terminoloji

- 1.Terminoloji bilmenin faydaları
- 2.Ruh Sağlığı İle İlgili Terminoloji
 - a. Mental,Ruh,Spirit,Tın,Wind,
 - b. Zekâ,Akıl,Zihin, Şuur, İdrak, Dikkat, Hafıza, Muhâkeme İrade,Duyarlılık (Teesüriyet), Motor Davranış
 - c.Sağlık,sıhhat,âfiyet,mutluluk,huzur,saadet
 - d.Normal Kelimesinin Kökeni (Etimolojisi)
 - d1.Normalin Ölçüsü
 - d2.Normalin Çeşitleri

III. Ruh Sağlığının Önemi (günümüzde dünyamızın psikolojik,sosyolojik,pedagojik,fizik)

IV. Ruh Sağlığının Tanımı

V. Ruh Sağlığı Yerinde Olan İnsanların Bazı Özellikleri

- 1.Kendini Bilmesi
- 2.Güvenen ve Güvenilen Olması
- 3.Seven ve Sevilen Olması
- 4.İletişimde Başarılı Olması
- 5.Niteliksel ve Niceliksel Açından zamanın Kıymetini Bilmesi
- 6.Ait Olduğu Kültürü Yaşaması (Kültürün tahrif olmuş tarafını düzeltme görevi)
- 7.Kaos, Kargaşa ve Katil çıkarmayıp Birliğe Vesile Olması
- 8.Kan Dökmemesi ve Dökenden de Hoşlanmaması
- 9.Duygularının Dengeli Olması
- 10.İradesinin Sağlam Olması
- 11.Entellektüel Yönünün Gelişmiş Olması
- 12.Bütün topluluklar için geçerli olmak üzere Fert ve Ait olmayı Başarmış Olması
- 13.Karşı Cinsle İnsânî Münasebet Kurabilmesi
- 14.Üreten ve Ürettiği ile Arasında Anlamli Bağ Kurabilmesi
- 15.İnsânî Hedef, Amaç ve İdealinin Olması

VI. Hayatın Dönemlerine Göre Ruh Sağlığı İle İlintili Sorun Alanları

- 1.Doğum Öncesi,Doğum,Doğum Sonrası Dönemi
- 2.Okul Öncesi ve Okul Çağı
- 3.Gençlik Dönemi
- 4.Yetişkinlik Dönemi
- 5.Yaşlılık Dönemi

VII. Ruh Hastalıklarında Damgalanma (Yaftalanma,Etiketelenme,Stigmatizasyon) Sorunu

VIII.Ruhsal Bozukluklarla İlgili Sık Görülen Yanlış İnançlar ve Gerçekler

IX . Ruh Hastalıklarında Belirtiler

- 1.Şuur Bozuklukları
- 2.İdrak Bozuklukları
- 3.Dikkat Bozuklukları
- 5.Hafıza Bozuklukları
- 6.Zekâ Bozuklukları
- 7.Muhakeme Bozuklukları
- 8.Fikir Akışı
- 9.İrade Bozuklukları
- 10.Duyarlılık (Tessüriyet) Bozuklukları
- 11.Motor Davranış Bozuklukları
- 12.Konuşma Bozuklukları

IX .Başlıca Ruh Hastalıkları

- 1.Duygudurum Bozuklukları (Affective Bozukluklar)
 - a.Depresyon
 - b.İki Uçlu Duygu Durum Bozukluğu (bipolar)
 - c.Mani Atağı
- 2.Kaygı Bozuklukları (Anksiyete)
 - a.Yaygın Kaygı Bozukluğu
 - b.Panik Bozukluk
 - c.Sosyal Kaygı Bozukluğu
 - d.Fobiler
 - e.Saplantı(Musallat fikir)-Zorlantı (obsessive-compulsive)
- 3.Şizofreni ve Diğer Psikotik Bozukluklar
 - a.Şizofreni
 - b.Paranoid (sanrısız,hezeyan) Bozukluklar
- 4.Bedensel Belirtili (Somatoform) Bozukluklar
 - a.Konversiyon (conversion, dönüştürme)
 - b.Somatizasyon (Bedenselleştirme) Bozukluğu
 - c.Hipokondriyazisasyon (sağlık kaygısı) Bozukluğu
- 5.Organik Nedenli Ruhsal Bozukluklar
 - a. Deliryum(delirium,çılgınlık,sayıklama)
 - b.Demens(dementia, bunama)
- 6.Yeme Bozuklukları
 - a.Anoreksiya nervoza (anorexia nervosa, aşırı iştahsızlık)
 - b.Blumia nervoza (kadınlarda görülen hastalık derecesinde zayıflama isteği)
- 7.Uyku Bozuklukları

<http://www.bilgiacikkapi.com/toplumsal/temel-uyku-bozukluklari/>

a. Disomniler

- a1.Primer (Birincil) İnsomniya
- a2.Primer (Birincil) Hipersomniya
- a3.Narkolepsi
- a4.Solunumla ilgili uyku bozukluğu
- a5.Sirkadyen (Günlük)Ritim Uyku Bozukluğu(uyku-uyanıklık

Döngüsü Bozukluğu)

b.Parasomniyalar

a1.Uyku Anksiyetesi (Kaygısı) Bozukluğu (Kâbus)

a2.Uykuda Korku (uyku Terörü) Bozukluğu

a3.Uyurgezerlik Bozukluğu

c.Olması Uyku Alışkanlıkları (Uyku Hijyeni)

8.Şahsiyet (personality,Kişiselik) Bozuklukları

a.Paranoid

b.Şizoid

c.Şizotipal

d.Borderline

e.Antisosyal

f.Histrionik

g.Narsisistik

h.Kaçınan (çekingen)

ı.Bağımlı

i.Obsesif-kompulsif

j.Pasif Agresif

9.Cinsel Kimlik Bozuklukları ve Cinsel Sapmalar

a.Cinsel Görev (fonksiyon,işlev) Bozuklukları

b.Cinsel Kimlik Bozuklukları

b1.Transseksüellik(Karşıt - Cisellik)

c.Transvestizm(Karşıt Giyimcilik) Sapmalar

c1.Egzibisyonizm (Teşhircilik)

c2.Fetişizm

c3.Frottörizm

c4.Pedofili

c5.Cinsel Sadizm

c6.Cinsel Mazokizm

10.Dürtü Kontrol Bozuklukları

a.Dürtü Kontrol Bozukluğu

b.Patolojik Kumar Oynama

c.Kleptomani

d.Zorlantılı Cinsellik

11.Umumiyetle İlk Defa Çocuklukta Görülen Ruhî Bozukluklar

a.Dikkat Eksikliği

b.Hiperaktivite

c.Mentalretardasyon

d.Öğrenme Bozuklukları

e.Yaygın Gelişimsel Bozukluk

f.Ayrılık Korkusu

g.Tikler

h.Korkular (Fobiler) ve Okul Korkusu

X.Bağımlılıklar

a.Bağımlılık Nedir?

b.Bağımlılığın Özellikleri

c.Bağımlılıkla İlgili Kavramlar

d.Bağımlılık Yapıcı Madde

e.Bağımlılık Tanı Ölçütleri

f.Bağımlılık Türleri

f1.Madde Bağımlılığı (Uyuşturucu, sigara ve alkol)

f2.Davranışsal (Eylemsel) Bağımlılık

XI. Ruh Sağlığı ve Aile, Ailede Ruh Sağlığı

1.Ailenin Tanımı

2.Aile Çeşitleri

a.Demoğrafik Açısından

a1.Geniş Aile

a2.Çekirdek Aile

b.Yönetim Açısından

b1.Ataerkil Aile

b2.Anaerkil Aile

b3.Pederî Aile

c.Eğitim Açısından

c1.İnsânî Aile (Demokratik Aile)

c2.Baskıcı Aile

c3.Nemelâzımcı (Müsâmahakâr)Aile

c4.İlgisiz Aile

3.Aileyi Oluştururken Aile Ruh Sağlığı ve Karşılaşılabilecek Sorun Alanları

a. Eş Seçerken

b.Fert ve Ait Olmayı Başarmak (Entegrasyon)

c.Anne ve Baba Olabilmek.

d.Eşler Arasındaki Cinsel Sorumluluk

e.Çocuğa Hazır Olma

f.Ailede Engelli veya Özel Bir Fert Olması

g.Ailede Kronik Hasta veya Yaşlı Bulunması

h.Hısım ve Akraba İlişkileri

1.Aile İçi İletişim

i.Evlilik Meseleleri

i1.Eşler(çiftler) Açısından

i2.Çocuklar Açısından