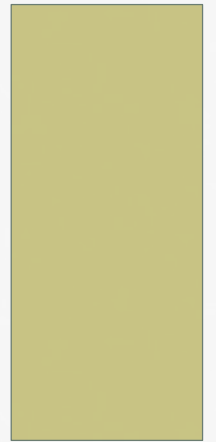


# MENTALNA HIGIJENA

PROF DR M.KEZUNOVIC



# Šta je mentalna higijena ?

Mentalna higijena se bavi čovjekovom ličnošću.

Čovjekova ličnost je kompleksna i nedjeljiva, a svako oboljenje pa makar i najlakše, odražava se na psihi čovjeka.

Mentalna higijena je **kompleksna disciplina** sa ogromnim brojem **problema**, koji se proučavaju i riješavaju ne samo medicinskim već i drugim mjerama i sredstvima.

**Osnovni zadatak** mentalne higijene je da izučava, iznalazi i nastoji da primjeni u praksi raznovrsne mjere, kako bi se obezbjedili uslovi za **razvoj zdravih ličnosti**, sačuvalo i unaprjedilo njihovo psihičko zdravlje, spriječila pojava psihičkih morbidnih stanja, olakšala i omogućila najbolja adaptacija pojedinaca na razne uslove života i rada.

## Šta o pojmu “ličnosti”?

Čovjekova ličnost, karakter i svijest, kao i druge psihičke kategorije, **zavise** od **uticaja spoljne sredine** u datom momentu.

## Šta o pojmu “ličnosti”?

Neophodno je da se pri **proučavanju** ličnosti i uzroka reagovanja, proučava cijela njena prošlost i razvoj, uključujući tu: sredinu, kulturni nivo, ekonomsko stanje, običaje, navike i vjersko uvjerenje.

## Šta o pojmu “ličnosti”?

**Nepravilno** je šematski i mehanički izvoditi zaključke da je **duševno zdravlje** direktno i jedino **uslovljeno povoljnim uslovima života i rada**, a da se u nepovoljnim uslovima stvaraju uvijek i obavezno duševno bolesne ličnosti.

I u određenom sklopu **nepovoljnih uslova** života i rada mogu se oblikovati vanredno **kvalitetne i zrele ličnosti**, i obrnuto.



**Zrelost ličnosti znači sposobnost** - u perspektivi postavljenog cilja - da se **izdrže teškoće, neugodnosti** najrazličitije vrste, sposobnost da se na tom putu pretrpe i porazi i neuspjesi.

Ovakva **ličnost** pokazuje sposobnost da samostalno donosi odluke, preduzimljiva je, ona postavlja sebi zadatke ili ih prima prema svojim objektivno prosuđenim sposobnostima i mogućnostima.

Ona posjeduje visok stepen nezavisnosti i ima sposobost za saradnju sa drugim osobama.

**Duševni poremećaj** – je proizvod nesnalaženja i neslaganja ličnosti sa društvenom sredinom.

**Ličnost postaje bolesna** kada se nađe pod uticajem stresa ili kada kao normalna dolazi u prilike koje joj nameću za nju nemoguća prilagođavanja. (Šnajder)

**Mentalna higijena u svojim preventivnim aktivnostima** polazi od klasifikacije duševnih poremećaja na:

- **organske ili strukturalne**
- **“psihogene”**

U **organskoj grupi** primjenjuju se sredstva koja su usmjerena protiv **fizičkih, hemijskih i bioloških** faktora koji oštećuju **CNS** direktno ili indirektno preko poremećene funkcije drugih tkiva i organa.

U “**psihogenoj**” grupi bi bile  
djelatnosti počevši **od začeca do smrti.**

Specifične su : u trdnoći, odnos majka  
dijete, nasledni faktori, razrušene  
porodice, seksualno vaspitanje,  
interpersonalnih odnosa...

**Djelatnost ljekara** – u oblasti mentalne higijene može se odvijati na kolektivnom, socijalnom i individualnom planu, a najbolje je kada se istovremeno razvija na svim ovim sektorima, jer je

*“zdravlje stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti i oronulosti”.*

HVALA NA PAZNJI !!!