

HIGIENE MENTAL

(Programa)

1 - Que é a saúde mental?

Inter-relações da Higiene Mental com as diversas ciências do espírito.

2 - A chamada Higiene Mental pré-concepcional. Os problemas da escolha de Cônjuge. Contribuição da genética humana na profilaxia mental.

Como pode estabelecer-se o chamado conselho pré-nupcial. Aspectos psicológicos da intervenção familiar e técnica neste assunto. A capacidade para o matrimônio. Dinâmica sexual, familiar, econômica e social da vida matrimonial sob o ponto de vista psico-higiênico. Atitude perante as distrações e os valores.

A Higiene Mental da mulher grávida. Pontos mais comuns da problemática psíquica dos diversos tipos de gravidez. Normas para o preparo moral da mãe durante os diversos períodos da gestação.

A Higiene Mental do parto e do puerpério. Problemas psicológicos mais frequentes durante esse período e atitudes recomendáveis para sua superação.

3 - Higiene Mental da lactância, da toilette e do sono, durante o primeiro semestre da vida. A relação inicial mãe-filho. Importância do segundo semestre da vida para a fixação das atitudes sociais. Normas psico-higiênicas vigentes para este período.

Psico-higiene da educação dos esfíncteres (a luta pela limpeza). Significado psicológico das anomalias de conduta da criança durante o segundo ano da sua vida, neste aspecto. Normas para o controle dos esfíncteres.

Psico-higiene dos hábitos motores: a bipedestação, a marcha, as primeiras atividades exploratórias. Vantagens da observação sistemática dos movimentos.

Psico-higiene da linguagem. Como evitar os erros mais comuns na educação da linguagem.

4 - Psico-higiene das relações da criança com o seu pai, durante a primeira infância. Estudo das principais situações conflitivas e normas para evitá-las.

Psicodinâmica das relações entre irmãos na primeira infância. Assistência psicológica no jogo como recurso de observações e correção de atitudes neuróticas. A tese de Schneersohn.

Psico-higiene escolar. Problemas de aprendizagem. Estudo das inter-relações do lar e da escola sob o ponto de vista da psico-higiene infantil.

(continua)

(Programa de Higiene Mental - continuação)

Normas para a profilaxia dos ressentimentos e das atitudes viciosas da infância em relação com os valores éticos. Psico-higiene moral na infância. A tese de Chishcolum.

Importância da psico-higiene na adolescência. Normas gerais para a preservação da Saúde Mental nessa fase da vida.

5 - Psico-higiene do trabalho. Escolha, preparo, formação e execução do trabalho.

Psico-higiene sexual nas diversas fases da vida: mocidade, "adulter" e velhice.

Psico-higiene das relações sociais (nos três planos fundamentais).

Higiene mental do jogo, as distrações e a política.

6 - Temas especiais. A luta contra o alcoolismo. Efeitos do álcool no organismo humano. As diversas categorias de alcoólatras.

Causas, motivos e fatores, coletivos e individuais do alcoolismo.

7 - A luta contra o suicídio. Diversas formas de suicídio mental e corporal. As falsas teses de suicídio.

A prevenção de suicídio. Pontos básicos para conseguir o "apago" à vida.

A luta contra a tanatofilia. Como mudar de atitude perante a vida e perante a morte.

Síntese das normas psico-higiênicas: o ajuste do ser (estrutura), o fazer (esforço), o pretender (aspiração), o valer (rendimento), o parecer (aparência) e o obter (resultado).

as) Dr. Hélio Durães de Alkmim

..*.*.*