Aula 13 ciências humanas enf geral

Comportamento normal e anormal ,sua interpretação sócio cultural.

**Comportamento** é a maneira de se comportar (reagir, portar-se). Trata-se da forma de proceder das pessoas ou dos organismos perante os estímulos e em relação ao entorno. Existem diversos modos de comportamento, que variam consoante as circunstâncias em questão.

**O comportamento** é um termo que caracteriza toda e qualquer reação do indivíduo, animal, órgão ou instituição perante o meio em que está inserido.

**Comportamento normal**

É aquele que está em conformidade com as normas ou que se encontra no seu estado natural é um estado padrão, normal, que é considerado correto, sob algum ponto-de-vista. A normalidade muitas vezes se dá por conta de uma maioria em comum, sendo anormal aquele que contraria esta maioria.

**Comportamento anormal é**  um comportamento típico que acontece em intensidade e frequência (excessos comportamentais) que causam sofrimento para o indivíduo, o que, por conseguinte, indica a necessidade de acompanhamento psicológico .

**Há dois tipos de comportamentos:** os culturais e os instintivos.

**Define comportamento cultural** como “padrões de comportamentos aprendidos e transmitidos socialmente

Instinto, ou comportamento inato, é uma ação que é impulsiva ou imediata baseada em um gatilho ou circunstância particular.

**Comportamento aprendido** é uma ação que alguém aprende ou desenvolve ao longo do tempo através da observação, educação, formação ou experiência. Muitos cientistas acreditam que a maioria dos comportamentos humanos são o resultado de algum nível de ambos: comportamento instintivo e comportamento aprendido.

**A OMS define saúde mental** como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade.

**Saúde Mental** de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Ter saúde mental é: Estar bem consigo mesmo e com os outros. Aceitar as exigências da vida.

**Importância de saúde mental**

Cuidar da saúde mental evita o desencadeamento de diversas doenças, como depressão e ansie