

Anksiyete Bozuklukları, OKB ve TSSB Nedir?

Çalışma Kağıdı

Anksiyete bozuklukları yaygın endişe ve korku durumlarıyken, OKB tekrarlayıcı düşünceler (obsesyonlar) ve davranışlar (kompulsiyonlar) ile, TSSB ise travmatik bir olayın ardından ortaya çıkan belirtilerle kendini gösterir.

Sorular

1. Aşağıdakilerden hangisi Anksiyete Bozuklukları için tipik bir belirtidir?
 - A) Aşırı neşe hali
 - B) Sürekli ve yaygın endişe
 - C) Travmatik olayları unutma
 - D) Tekrarlayan ve istenmeyen düşünceler
2. OKB'de 'obsesyon' ne anlama gelir?
 - A) Zorlayıcı bir davranış
 - B) Tekrarlayan ve istenmeyen düşünce
 - C) Travmatik bir anı
 - D) Sosyal geri çekilme
3. TSSB'nin temel tetikleyicisi nedir?
 - A) Genetik yatkınlık
 - B) Sosyal baskı
 - C) Travmatik bir olay yaşanması
 - D) Bireysel başarısızlıklar
4. Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB) olan bir kişi günlük hayatta nasıl zorluklar yaşayabilir?
5. OKB'ye sahip bir bireyin tekrarlayan el yıkama davranışı (kompulsiyon) hangi obsesyonla ilişkili olabilir?
6. TSSB yaşayan bir kişi, travmatik olayı hatırlatan durumlardan neden kaçınır?
7. Tanımla: Anksiyete Bozuklukları
8. Tanımla: Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB)
9. Tanımla: Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB)

Cevap Anahtarı

1. B) Sürekli ve yaygın endişe — Anksiyete bozukluklarının temelinde, kontrol edilmesi zor, sürekli ve yaygın bir endişe hali yatar.
2. B) Tekrarlayan ve istenmeyen düşünce — OKB'de obsesyonlar, kişinin zihnini meşgul eden, rahatsız edici ve tekrarlayan düşüncelerdir.
3. C) Travmatik bir olay yaşanması — TSSB, kişinin hayatını tehdit eden veya büyük korku yaratan bir travmatik olay yaşamasının ardından ortaya çıkar.
4. Sürekli endişe hissi, uyku sorunları, konsantrasyon güçlüğü, kas gerginliği ve çabuk yorulma gibi belirtilerle günlük işlevselliği etkilenebilir.
5. Kirlenme veya mikrop kapma korkusu (obsesyon) nedeniyle birey, kendini güvende hissetmek için defalarca el yıkama davranışında bulunabilir.
6. Travmatik olayın tetiklediği yoğun korku, panik ve rahatsızlık hislerini tekrar yaşamamak için, olayı hatırlatan yerlerden, kişilerden veya durumlardan kaçınma davranışı sergiler.
7. Aşırı ve sürekli endişe, korku ve gerginlik hali.
8. İstenmeyen, tekrarlayan düşünceler (obsesyonlar) ve bu düşünceleri azaltmaya yönelik zorlayıcı davranışlar (kompulsiyonlar).
9. Tehlikeli veya travmatik bir olay yaşadıktan sonra ortaya çıkan belirtiler (örneğin, geri yaşama, kaçınma, olumsuz düşünceler).

Bounlu

Tüm kartlar, adım adım çözümler ve AI hoca desteği Notek uygulamasında.
Sınav tarihlerini Promy otomatik hatırlatıcıya çevirir.