

II- مفاهيم أساسية في علم النفس المرضي

1- الصحة النفسية

ليست خلوّ الفرد من الأعراض المرضية الظاهرة التي تظهر على شكل توتّرات وقلق أو وساوس وأفكار قهرية أو سلوكيات شاذة، بل خصائص وهي:

○ التوافق الاجتماعي ← القدرة على إقامة علاقات إجتماعية مُرضية

○ الاتزان الانفعالي

○ القدرة على مواجهة المواقف المحبّطة

○ القدرة على الإنتاج والابتكار في حدود الذكاء والإستعدادات

○ الإستمتاع بالحياة مع الأصدقاء والعمل والأسرة

○ القدرة على القيام بتغييرات بناءة في نمط الحياة والتكيف مع الأوضاع الجديدة

وعدم الإمتثال لكل ما يسود في المجتمع من عادات قد يكون بعضها سيّء (كالإدمان..)

2- المرض النفسي:

عرّفته جمعية الطب النفسي الأمريكية على أنه: « عبارة عن مجموعة الانحرافات التي تنجم عن علة عضوية أو تخريب في المخّ، بل هي اضطرابات وظيفية ومزاجية في الشخصية، وتكون ناتجة عن الخبرات المؤلمة أو الصدمات الانفعالية أو اضطرابات في علاقات الفرد مع الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه ويتفاعل معه وترتبط بماضي حياة الفرد وخاصة طفولته المبكرة.»

3- الفرق بين المرض النفسي والسلوك المرضي:

السلوك المرضي هو سلوك عابر تصبغه الاضطرابات السلوكية بطريقة غير متوقعة، فمثلا قد نشاهد السلوك القهري لدى شخص عادي وهذا يحدث نتيجة مواقف معينة أو مثيرات مفاجئة وعندما تنتهي المثيرات يختفي هذا السلوك المرضي، أما المرض النفسي فهو اضطرابات مستمرة في سلوك الفرد تزداد عنفا من وقت لآخر حيث يتميز هذا السلوك بالانحراف في التفكير والإدراك وكذلك الأعمال العادية التي يقوم بها كل يوم، وبذلك يفتقد المريض للراحة الجسمية والنفسية.