



الحدّ بين ردّة فعل عاديّة  
ومرض نفسي

## ردّة فعل عاديّة

الانفصال العاطفي  
فقدان شخص عزيز  
الشعور بعدم الأمان



## مرض نفسي

اكتئاب  
الاضطراب ثنائي القطب  
الفصام  
اضطراب القلق



الصحة النفسية حسب تعريف  
(OMS) منظمة الصحة العالمية  
هي حالة من  
الرفاهية وينجم الشخص  
فيها يعرف قدراته، ويواجه  
الضغوطات العادية متاع  
الحياة، ويخدم بشكل منتج،  
ويكون قادر يساهم في  
المجتمع. يعني الصحة  
النفسية موش كان غياب  
الأمراض النفسية، هي زادة  
القدرة على التكيف  
والعيش بطريقة متوازنة  
ومرضية

شئوة هي الصحة  
النفسية؟

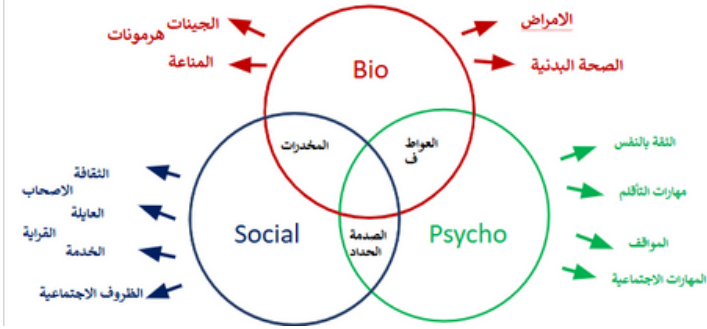


٣ حاجات تفرّق بين ردّة فعل عاديّة ومرض



شدة - مدة - التأثير على مجالات الحياة

## منين يجي مرض الإكتئاب ؟

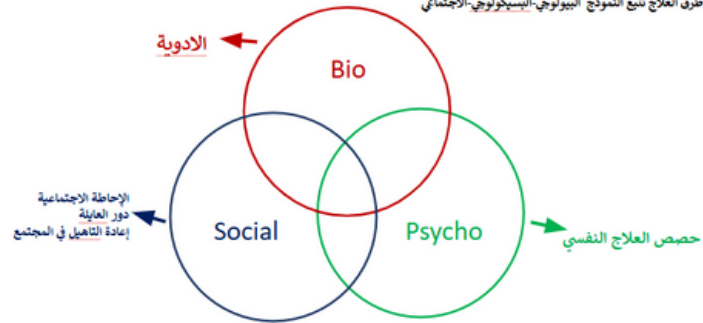


## شنيا أعراض الإكتئاب ؟



## كيفاه يتعالج مرض الإكتئاب ؟

طرق العلاج تتبع النموذج البيولوجي-البيكولوجي-الاجتماعي



مدة 15 يوم

+

التأثير على مجالات الحياة

الإكتئاب

حزن

فقدان الرغبة

فقدان الرغبة في الخروج، التسلية، الأكل

فقدان تقدير الذات  
إحساس بالذنب

نُلقي اللوم على الآخرين

فقدان الطاقة

نشاط اليومي يبقى محفوظًا