

يوجد للصحة النفسية معاني كثيرة منها. تضي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ورضاه عن نفسه، وتوافقه مع المجتمع الذي يعيش فيه، وقدرته على التكيف مع الوسط الذي يعيش فيه مع متغيرات البيئة المادية والاجتماعية من حوله. في حالة دينامية تبدو في قدرة الفرد على التوافق المرن الذي يناسب الموقف الذي يمر به أو يخبره والمقصود بالتوافق المرن هو قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية تتميز بالمرونة (الأخذ والعطاء) يتضمنها التعاون والاحترام والتقدير المتبادل والتسامح والثقة بحذر مع الناس. كذلك قدرة الفرد على التوفيق بين مواقع المتصارعة مع متطلبات الحياة ضمن قدراته وإمكاناته، ويتقبل ويرفض ما يناسبه وما لا يناسبه بفعل فهمه واستبصاره لنفسه. هي حالة عقلية الفعالية حركية دائمة نسبية، ويكون الفرد في رضا تام عن نفسه وشعوره بالسعادة مع الذات والآخرين. هي الحالة التي يتسم فيها الشخص بالخلق القويم والكفاءة والكفاية والاتزان والسلوك السوي (العادي) وتكامل الشخصية،