

الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبياً، حيث يكون الفرد متوافقاً نفسياً وفعالياً واجتماعياً، أي مع نفسه ومع بيئته. يشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال إمكانياته إلى أقصى حد ممكن. يواجه مطالب الحياة بشخصية متكاملة سوية، سلوكه عادي، حسن الخلق، ليحظى بحياة هادئة وسلمية. الصحة النفسية حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك، وليس غياب أو خلو من المرض النفسي. لصحة النفسية شقان: نظري علمي يركز على الشخصية، الدوافع، الحاجات، أسباب الأمراض النفسية، أعراضها، حيل الدفاع النفسي، التوافق، تعليم الناس وتصحيح المفاهيم الخاطئة، إعداد وتدريب الأخصائيين، والقيام بالبحوث العلمية. وآخر تطبيقي عملي يركز على الوقاية من المرض النفسي، تشخيصه وعلاجه.