

الصحة النفسية

MENTAL HEALTH

تركز المادة على دراسة المفاهيم الأساسية للصحة النفسية، عواملها المؤثرة، وأهميتها في تعزيز الرفاهية النفسية والاجتماعية للأفراد داخل المجتمع.

وصف المادة

تتناول المادة تعريف الصحة النفسية، الفروق بين الصحة النفسية والاضطرابات النفسية، وأهمية الوقاية والتدخل المبكر. كما تستعرض العوامل البيولوجية، النفسية، والاجتماعية التي تؤثر على الصحة النفسية، مع دراسة بعض الاضطرابات النفسية الشائعة، وأساليب العلاج والدعم النفسي. تركز المادة على تعزيز الوعي بأهمية الصحة النفسية وسبل المحافظة عليها في البيئات المختلفة.

أهداف المقرر

- تعريف الطلاب بمفهوم الصحة النفسية وأهميتها.
- التعرف على العوامل المؤثرة في الصحة النفسية.
- دراسة أنواع الاضطرابات النفسية وأساليب التعامل معها.
- تعزيز مهارات الوقاية والدعم النفسي.
- تنمية وعي الطلاب بأهمية الصحة النفسية في الحياة اليومية.

المخرجات المتوقعة

- فهم شامل لمفاهيم الصحة النفسية والاضطرابات المرتبطة بها.
- القدرة على التعرف على علامات الاضطرابات النفسية الأساسية.
- تطبيق استراتيجيات الوقاية والدعم النفسي في البيئات التعليمية والمجتمعية.
- تعزيز مهارات التواصل والدعم النفسي للآخرين.
- المساهمة في خلق بيئات داعمة للصحة النفسية.