

CZYNNIKI RYZYKA DLA ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Czynniki ryzyka

Jednym z najważniejszych czynników jest stres, który ma bardzo negatywny wpływ zarówno na zdrowie fizyczne jak i psychiczne. Zdrowe relacje są również bardzo ważne dla utrzymania dobrego stanu zdrowia psychicznego.



Problemy ze zdrowiem

Istnieje kilka (najczęściej przewlekłych) schorzeń, które mogą wpływać na stan zdrowia psychicznego, prowadząc np. do lęku lub depresji.



Różne etapy życia

Każdy z etapów życia (dzieciństwo, dorastanie, dorosłość) wiąże się z innymi czynnikami ryzyka dla zdrowia psychicznego: szkoła, rodzice, praca, samotność.



Dobrostan psychiczny

Na dobre samopoczucie wpływają nie tylko indywidualne cechy czy atrybuty, ale także okoliczności społeczno-ekonomiczne, w jakich znajdują się osoby oraz szersze otoczenie.

