

ذہنی صحت سے جڑی غلط فہمیوں کو رد کریں!

✓ سچ

مناسب علاج، مدد اور توجہ کے ذریعے کسی ذہنی بیماری کا علاج اس حد تک ممکن ہے کہ متاثرہ فرد ایک اطمینان بخش اور بھرپور زندگی گزار سکے۔

اگرچہ والدین کی طرف سے دیکھ بھال بچے کی ذہنی صحت پر اثر ڈال سکتی ہے لیکن ذہنی مرض کا سبب بننے کی واحد وجہ یہ نہیں۔

ذہنی بیماری کو نہ تو کوئی اپنی پسند سے چنتا ہے اور نہ ہی یہ ذاتی کمزوری کی کوئی علامت ہے۔

ذہنی مرض کا ذہانت سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

ذہنی بیماریاں نوجوانوں اور بچوں سمیت تمام عمر کے افراد کو متاثر کر سکتی ہے۔

ذہنی امراض کا اچھی تعلیمی یا سماجی حیثیت سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

ذہنی امراض کے شکار اکثر افراد خطرناک نہیں ہوتے اور ان سے دوسروں کو کوئی خطرہ نہیں ہوتا۔

وہ نوجوان جو اپنی ذہنی صحت کے مسائل کے سلسلے میں مناسب مدد یا علاج حاصل نہیں کر پاتے ان کو تعلیمی کارکردگی، سماجی تعلقات اور روزمرہ کے کاموں میں مشکلات جیسے منفی نتائج کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔

✗ جھوٹ

کسی شخص کو اگر ذہنی بیماری ہو جائے تو وہ کبھی صحت یاب نہیں ہوسکتا/ہو سکتی

والدین کی جانب سے اچھی دیکھ بھال نہ ہونا ذہنی امراض کا واحد سبب ہے

کسی ذہنی مرض کا پیدا ہونا ذاتی کمزوری کی علامت ہے

ذہنی امراض کے حامل افراد زیادہ ذہین نہیں ہوتے

نوجوانوں کو ذہنی بیماری نہیں ہوسکتی

امتحان میں اچھے نتائج حاصل کرنے اور وسیع حلقہ احباب والے نوجوان ذہنی مرض کا شکار نہیں ہوسکتے

ذہنی بیماری سے متاثرہ لوگ خطرناک ہوتے ہیں

نوجوانوں کو ذہنی امراض کے کسی ماہر سے مدد حاصل کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی