

진행자용

시간 조절을 위해
문항 수를 조정합니다.

연습문제) 회복이란 증상이 완전히 사라져야만 완성되는 것이다. (X)

- 증상이 있더라도 나의 삶을 주도적으로 살아가는 과정이 회복입니다.

1. 정신질환은 마음이 약하거나 의지가 부족해서 생기는 병이다. (X)

- 뇌의 신경전달물질 불균형 등 생물학적 요인이 큼니다. 의지의 문제가 아닙니다.

2. 조현병은 '마음의 병'이 아니라 '뇌의 기능적 장애'이다. (O)

- 뇌 회로의 문제로 발생하는 신체 질환의 일종으로 이해해야 합니다.

3. 약을 오래 복용하면 지능이 떨어지거나 바보가 된다. (X)

- 약은 증상을 조절해 뇌를 보호합니다. 지능 저하와는 관련이 없습니다.

4. 우울증은 시간이 지나면 누구나 저절로 낫는 병이다. (X)

- 단순한 기분 저하가 아니므로 전문적인 치료와 상담이 병행되어야 합니다.

5. 정신과 약은 증상이 사라지면 즉시 본인이 판단해서 끊어도 된다. (X)

- 임의 중단은 재발 위험을 높입니다. 반드시 의사와 상의해야 합니다.

6. 조울증(양극성장애)은 기분이 너무 좋은 상태도 병의 증상일 수 있다. (O)

- 들뜨고 잠을 안 자는 '조증'시기 역시 치료가 필요한 상태입니다.

7. 정신질환이 있으면 정상적인 일상(일, 학업, 대인관계)은 불가능하다. (X)

- 적절한 치료와 관리를 유지하면 직업 생활과 일상이 충분히 가능합니다.

8. 스트레스는 정신질환의 증상을 악화시키는 주요 원인 중 하나이다. (O)

- 스트레스 관리는 재발 방지를 위해 매우 중요한 요소입니다.

9. 우울증은 마음이 약해서 생기고, 힘내면 해결된다. (X)

- 우울증은 의지 문제가 아니라 뇌 기능, 스트레스, 환경, 신체 요인이 함께 작용하는 질환이며 치료와 지지가 필요합니다.

회복이란

**증상이 완전히 사라져야만
완성되는 것이다.**

**정신질환은
마음이 약하거나
의지가 부족해서 생기는 병이다.**

**조현병은 '마음의 병'이 아니라
'뇌의 기능적 장애'이다.**

**약을 오래 복용하면
지능이 떨어지거나
바보가 된다.**

**우울증은
시간이 지나면
누구나 저절로 낫는 병이다.**

**정신과 약은 증상이 사라지면
즉시 본인이 판단해서
끊어도 된다.**

**조울증(양극성장애)은
기분이 너무 좋은 상태도
병의 증상일 수 있다.**

**정신질환이 있으면
정상적인 일상
(일, 학업, 대인관계)은
불가능하다.**

스트레스는

**정신질환의 증상을 악화시키는
주요 원인 중 하나이다.**

**우울증은
마음이 약해서 생기고,
힘내면 해결된다.**