

Svjetska zdravstvena organizacija definiše zdravlje kao stanje potpunog fizičkog, mentalnog i društvenog zdravlja, a ne samo odsutnost bolesti (WHO, 1948). Ova definicija, koja se nije mijenjala od 1948. godine, polazi od pozitivnog koncepta zdravlja i holističke, ekološke perspektive koja zdravlje sagledava kao produkt dinamičke interakcije između pojedinca i njegovog društvenog, biološkog i fizičkog konteksta.

Pored tradicionalnih 7 indikatora zdravstvenog statusa populacije, ovaj pristup pridaje veliku važnost i indikatorima koji su povezani s mentalnim zdravljem, opštim kvalitetom društvenog i ekonomskog života, zadovoljstvom, obrazovanjem i kulturnim specifičnostima (Boyden, 1973, 1980) te onima za koje postoji sve više dokaza da utiču na zdravlje preko psihoneuroendokrinih puteva (Coe, 1999; Kiecolt-Glaser i Glaser, 1995; Kiecolt-Glaser, 2009).

Takva koncepcija zdravlja uključuje kvalitete pojedinca koje se odnose na otpornost, sposobnost savladavanja teškoća i sposobnost realizacije vlastitih potencijala, ali i složenu mrežu individualnih (bioloških i psiholoških) i kolektivnih (sociokulturnih, ekonomskih i okolinskih) rizičnih i zaštitnih faktora zdravlja (Kirby i Fraser, 1997; Rutter, 2006). Mentalno zdravlje stanje je uopštenog dobrog čuvstvenog i socijalnog prilagodjena u različitim područjima života.

Mentalno zdrava osoba zadovoljna je, rado živi i ima osjećaj da uspješno koristi svoje potencijale i ostvaruje svoje ciljeve (Petz, 2005). Malo detaljnije i šire, Svjetska zdravstvena organizacija (WHO, 2001) definiše ga kao stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje vlastite sposobnosti, uspješno se suočava s uobičajenim životnim stresovima, produktivno i djelotvorno radi, te doprinosi zajednici u kojoj živi.

Smatra ga i opštim javnim dobrom, osnovnim ljudskim pravom, tvorcem socijalne kohezije, socijalnog kapitala i sigurnosti. Nadalje, mentalno je zdravlje bitno i za odgovarajuće porodično i interpersonalno funkcioniranje.

Tako shvaćeno, mentalno zdravlje osnova je zdravlja uopšteno, a kvaliteta mentalnog zdravlja ključ je zdravog života (Kardum, Gračanin, Dankić i Perhat, 2008). Holistički model mentalnog zdravlja uopšteno uključuje koncepte temeljene na antropološkim, obrazovnim, psihološkim, religijskim i sociološkim pretpostavkama (Kuzman, 2010).