

Masalah mental di kalangan masyarakat

Justifikasi pemilihan tajuk

Masalah mental merupakan salah satu topik yang agak kurang disuarakan dalam kalangan masyarakat. Hal ini kerana, masalah mental bukanlah seperti masalah fizikal seperti demam dan selesema menyebabkan masalah mental ini tidak dicegah di peringkat awal. Selain itu, terdapat pelbagai stigma negatif yang sering lahir di kalangan masyarakat menyebabkan kebenaran tentang hal ini sering tertutup dan dilupakan.

Latar belakang tajuk

Masalah mental sering dikaitkan dengan penyakit serius seperti sawan, Schizophrenia, sakit jiwa dan sebagainya. Namun hakikatnya, depresi, perasaan gelisah yang teruk juga merupakan masalah mental yang sering disebut sebut dalam kalangan masyarakat. Kejahilan tentang topik ini telah mengakibatkan ramai remaja malah kanak-kanak mempunyai inisiatif untuk membunuh diri dan Hal ini terang lagi bersuluh jika kita lihat kadar bunuh diri di negara kita sendiri pada tahun 2020. Mengikut WHO (World Health Organization) kesihatan mental juga merupakan salah satu perkara yang penting demi melabel seseorang sebagai sihat. Oleh hal yang demikian, terang-teranglah bahawa kesihatan mental sangat penting dalam kehidupan seseorang individu.

Permasalahan tajuk

Masalah di dalam masyarakat kita tentang masalah mental ini adalah mereka sering berfikir sebagai katak bawah tempurung dimana mereka tidak mengambil langkah yang sepatutnya apabila berhadapan dengan seseorang yang mengalami masalah mental terutamanya di sekolah. Sebaliknya, ada yang menyangka mangsa mangsa ini hanyalah berpura-pura demi mendapatkan perhatian ramai, memberi kata-kata kesat kepada mereka atau lagi teruk menggunakan kelemahan mereka demi mendapatkan sesuatu manfaat kepada mereka. Bukan itu sahaja, ada juga ibu bapa yang memandang remeh tentang perkara ini lalu membandingkan diri mereka kepada diri mangsa walhal jurang zaman yang sangat jauh menyebabkan perkara yang dikatakan oleh mereka tidak sesuai kepada mangsa tersebut. Terlalu ramai yang masih jahil tentang langkah yang harus dijalankan demi mencegah masalah mental jadi mereka haruslah menimba lebih banyak ilmu agar mereka dapat menyelamatkan individu atau mangsa-mangsa ini sebelum masa sudah terlambat.

Objektif

- Membuktikan bahawa kesihatan mental itu penting
- Menunjukkan bahawa ramai masih jahil berkenaan menjaga individu-individu yang mengalami masalah mental
- Memberi kesedaran kepada golongan yang sering dipengaruhi oleh stigma stigma yang sering diwarwarkan di media sosial
- Membuang stigma orang yang mengalami masalah mental adalah gila dan tidak normal