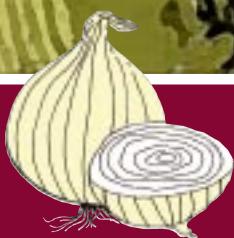


المفاهيم الخاطئة في العلاج النفسي

صحة نفسية مجتمع أقوى



المركز الفلسطيني للإرشاد

مفهوم خاطئ

الإضطرابات النفسية مرتبطة بالجنون والتخلف العقلي

مفهوم صحيح

الاضطرابات النفسية : هي صعوبة التكيف ومواجهة مواقف الحياة بيسراً وسهولة . فتؤدي هذه الصعوبة إلى الشعور بالحزن والكآبة العامة ، و/أو الاضطراب والتعقيد في علاقات الإنسان مع من حوله من أفراد أسرته ، أصدقائه وزملائه في العمل ، و/أو التصرف العدواني أحياناً تجاه نفسه واتجاه الآخرين ، وسرعة الإنفعال الذي قد يؤدي إلى صعوبات في الأداء الوظيفي اليومي في البيت ، الدراسة أو العمل . وقد يستمر هذا الإضطراب لفترة ليست بالقصيرة ، بحيث لا يستطيع الفرد بما يملك من قدرات ومهارات شخصية أو علاقات إجتماعية التغلب عليه .

الإضطرابات النفسية تختلف اختلافاً كبيراً عن «الجنون» والتخلف العقلي فالجنون يعني «الاضطراب الذهني» هو مرض عقلي شديد ، والتخلف العقلي عبارة عن إصابة شاملة في الجهاز العصبي المركزي (الدماغ) ينعكس بقدرات عقلية متدنية بشكل متفاوت .



مفهوم خاطئ

«الطبيب النفسي غير مستقر نفسيًا، ومتظره مخيف وغريب»

مفهوم صحيح

الطبيب النفسي أو الأخصائي النفسي ، هو إنسان عادي ، مثله مثل باقي الناس ، درس الطب النفسي ، أوعلم النفس ، وتخصص فيه ، والذي يميزه هو معرفته وإلمامه بالنفس البشرية والإضطرابات النفسية وطرق علاجها .

مفهوم خاطئ

«لا تصب الأمراض النفسية الصالحين والأتقياء، وذلك لأنها ناتجة من تسلط الشيطان على ضعاف الإيمان»

مفهوم صحيح

الإضطرابات والأمراض النفسية لا ترتبط بقوة أو ضعف الإيمان ، لأن الجميع معرض للإصابة بأمراض نفسية ، مثلما أن الكل معرض للإصابة بأمراض جسدية .

مفهوم خاطئ

«العلاج النفسي مجرد جلسات كلامية»

مفهوم صحيح

- العلاج النفسي ليس مجرد حوار مع المريض .
- العلاج النفسي يتبع منهاجاً وبرناماً جاماً خاصاً .
- المرشدون والمعالجون النفسيون هم أشخاص مختصون وذوو توجهات علاجية مختلفة .
- تتبع في جلسات العلاج النفسي أساليب مختلفة مثل : العلاج الفردي ، العلاج الأسري والعلاج الجماعي .
- يتيح العلاج النفسي للفرد فرصة التعرف على ذاته والتحدث عن ضغوطاته ، وتعلم كيفية التعامل معها .

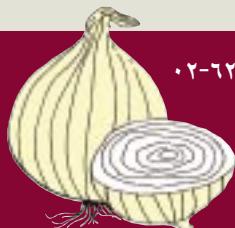
«يواجه الطب النفسي في بلادنا العربية مشاكل عدّة، أولها الجهل والخرافة والشائعات المغرضة المتعلقة به، إضافة إلى النظرة السلبية السائدة من قبل الكثرين نحو الطب النفسي، حيث يربطونه بعلاج الجنون فقط، علمًاً أن الإضطرابات النفسية الشديدة لا تتشكل إلا حوالي ١٪ من الإضطرابات النفسية ككل، وهذه النظرة الخاطئة تدفع الناس إلى التوجّه نحو أساليب علاج لا تساعدهم في حل مشكلاتهم»

د. حسان المالح

بالشراكة مع صندوق الأمم المتحدة الإنمائي للمرأة
United Nations Development Fund for Women



يقدم المركز الفلسطيني للإرشاد بفروعه المختلفة خدمات العلاج الفردي والاستشارات وخدمة الطب النفسي في بعض الفروع



بيت حنينا • ٠٢-٦٥٦٢٢٧٢ • البلدة القديمة في القدس
رام الله • ٠٢-٢٩٨٩٧٨٨ • نابلس • ٠٩-٢٣٣٥٩٦٤
جنين • ٠٤-٢٥٠٤٠٦ • عزون • ٠٩-٢٩٠٢٤٦٢
www.pcc-jer.org email: pcc@palnet.com