

المفاهيم الخاطئة في العلاج النفسي

صحة نفسية مجتمعية أقوى



المركز الفلسطيني للإرشاد

مفهوم خاطيء

الإضطرابات النفسية مرتبطة بالجنون والتخلف العقلي

مفهوم صحيح

الاضطرابات النفسية : هي صعوبة التكيف ومواجهة مواقف الحياة بيسر 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 الاضطراب لفترة ليست بالقصيرة ، بحيث لا يستطيع الفرد بما يملك من قدرات ومهارات شخصية أو علاقات إجتماعية التغلب عليه .

الإضطرابات النفسية تختلف إختلافاً كبيراً عن

«الجنون» والتخلف العقلي فالجنون بمعنى

«الاضطراب الذهني» هو مرض عقلي

شديد ، والتخلف العقلي عبارة

عن إصابة شاملة في الجهاز

العصبي المركزي (الدماغ)

ينعكس بقدرات عقلية متدنية

بشكل متفاوت .



مفهوم خاطيء

«الطبيب النفسي غير مستقر نفسياً، ومنظره مخيف وغريب»

مفهوم صحيح

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

مفهوم خاطيء

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

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 خاطيء

«العلاج النفسي مجرد جلسات كلامية»

مفهوم صحيح

- العلاج النفسي ليس مجرد حوار مع المريض .
- العلاج النفسي يتبع منهجاً وبرنامجاً خاصاً .
- المرشدون والمعالجون النفسيين 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 عدة، أولها الجهل والخرافة والشائعات المغرضة المتعلقة به، إضافة إلى النظرة السلبية السائدة من قبل الكثيرين نحو الطب النفسي، حيث يربطونه بعلاج الجنون فقط، علماً أن الإضطرابات النفسية الشديدة لا تشكل إلا حوالي ١٪ من الإضطرابات النفسية ككل، وهذه النظرة الخاطئة تدفع الناس إلى التوجه 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
الفردى والاستشارات وخدمة
الطب النفسي في بعض الفروع



بيت حنينا ٠٢-٦٥٦٢٢٧٢ • البلدة القديمة في القدس ٠٢-٦٢٧٧٣٦٠

رام الله ٠٢-٢٩٨٩٧٨٨ • نابلس ٠٩-٢٣٣٥٩٦٤

جنين ٠٤-٢٥٠٤٠٦٠ • عزون ٠٩-٢٩٠٢٤٦٢

www.pcc-jer.org email: pcc@palnet.com