

صحتك النفسية

د. أحمد كساب الشايع

تمكين المصاب باضطراب نفسي

في تقرير نشرته جمعية علم النفس البريطانية في مارس 2015، دعت إلى تجنب استخدام بعض الأوصاف اللغوية التي ترى أنها غير مناسبة في سياق العمل النفسي العيادي أو البحثي، إذ ترى أنها تؤدي من توصف به دون أن يكون هناك مبرر علمي كاف أو فائدة سريرية لاستخدامها، ومن ذلك مثلاً؛ الدعوة إلى استخدام صفة «كرب أو صعوبات أو مشاكل Distress» بدلاً عن إطلاق صفة «المرض النفسي Mental Illness»؛ فبدلاً من القول إن لدى فلان مرض نفسي، تقترح الجمعية أن نقول: «كرب انفعالي أو كرب نفسي»، مثلاً.

وجاءت هذه الدعوة في سياق توجه أعم نحو مزيد من تمكين المصابين باضطرابات نفسية. فقد انتشرت خلال العقد الأخير في دول أوروبا الغربية وخاصة بريطانيا، حركة إشراك المصابين باضطرابات نفسية في التخطيط للخدمات التي تقدم لهذه الفئة، وعلى مستوى أكبر كباحثين مشاركين في الأبحاث التي تحاول فهم هذه الاضطرابات وعلاجها. وهم الآن أعضاء أساسيون في كثير من المؤسسات والفرق البحثية المرموقة في بريطانيا، كالمعهد الوطني للأبحاث الصحية National Institute for Health Research ومجلس الأبحاث الطبية The Medical Research Council. ويطلق عليهم مسمى باحث مستخدم للخدمة Service-user researcher، وأحياناً خبير بالخبرة -Expert-by-experience.

ولهذه الحركة عدة بواعث، منها مثلاً لا حصرًا، الشعور بالحاجة لإدماج خبرة هؤلاء الباحثين الشخصية في صياغة النظريات والفرضيات التي تحاول فهم الاضطراب النفسي، وتنامي الوعي بخطأ الزعم أن الإصابة بالاضطراب النفسي تسلب الشخص تماماً قدرته على الحكم والتمييز والفهم السليم.

أستاذ علم النفس المرضي المساعد

قسم علم النفس

إشراف اللجنة الدائمة لتعزيز الصحة النفسية بالجامعة

للتواصل مع الوحدات التي تقدم خدمات الصحة النفسية بالجامعة:

- وحدة الخدمات النفسية بقسم علم النفس بكلية التربية- هاتف:

0114674801

- مركز التوجيه والإرشاد الطلابي بعمادة شؤون الطلاب- هاتف:

0114973926

- وحدة التوجيه والإرشاد النفسي بعمادة شؤون الطلاب- هاتف:

0114673926

- الوحدة النفسية بقسم علم النفس بالمدينة الجامعية «طالبات»-

هاتف: 0532291003

- قسم الطب النفسي بمستشفى الملك خالد الجامعي- هاتف:

0114672402

- مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي- هاتف: 0114786100