

صحتك النفسية

د. أحمد كساب الشايع

خرافات حول الاضطراب ثنائي القطب

الاضطراب ثنائي القطب هو أحد الاضطرابات النفسية المُحاطة بهالة من سوء الفهم، كأغلب الاضطرابات النفسية. ولتسليط الضوء على هذا الجانب، قامت مؤسسة The Mighty بالتعاون مع مؤسسة ثنائي القطب الدولية «International Bipolar Foundation»؛ وكلتيهما مؤسسات غير ربحية وغير حكومية تهدف للمساعدة والتوعية والتثقيف، بسؤال مجموعة ممن لديهم هذا الاضطراب عما يتمنون القضاء عليه من الخرافات وأشكال سوء الفهم التي تحيط به ويتمنون زوالها. وكنتيجة لهذا الإجراء، أورد موقع المؤسسة ١٢ خرافة «Myth» تواترت في المقابلات التي أجروها. ومع أنه من غير الواضح كم عدد الذين تم سؤالهم، وما هي خصائصهم الديموغرافية والسريرية، وكيف تم جمع البيانات وتحليلها؛ وغير ذلك من شروط منهجية ضرورية. إلا أنه ربما من المفيد استعراض هذه الاثنتي عشرة «خرافة»، والتي تعكس على الأرجح كثيراً مما يحيط بالاضطراب من أفكار مغلوطة. وهي كما يلي:

الخرافة الأولى: الهوس هو الجزء الجميل من الاضطراب ثنائي القطب.

الخرافة الثانية: من لديهم ثنائي القطب هم أناس مزاجيون.

الخرافة الثالثة: من لديهم ثنائي القطب يتسمون بالعنف.

الخرافة الرابعة: إن كان لديك ثنائي القطب فأنت مجنون.

الخرافة الخامسة: من لديهم ثنائي القطب لا يستطيعون المحافظة على علاقات جيدة مع الآخرين.

الخرافة السادسة: لا يمكن لمن لديهم ثنائي القطب أن يكونوا أزواجاً أو آباءً جيدين.

الخرافة السابعة: أي يوم سيئ لدى من لديهم ثنائي القطب يمثل نوبة من نوبات الإضطراب.

الخرافة الثامنة: من لديهم # ثنائي القطب ضعفاء لأنهم لا يستطيعون السيطرة على انفعالاتهم.

الخرافة التاسعة: من لديهم ثنائي القطب، يببالغون في التعبير وحسب «دراميون».

الخرافة العاشرة: من لديهم ثنائي القطب لديهم انقسام في الشخصية «أكثر من شخصية».

الخرافة الحادية عشرة: حينما يبدأ من لديهم ثنائي القطب بتناول الأدوية يُشفون منه.

الخرافة الثانية عشرة: لا يمكن لمن لديهم ثنائي القطب أن يحققوا النجاح في حياتهم.

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