

صحتك النفسية

د. مجيدة محمد الناجم

المرض النفسي والوصمة الاجتماعية

على الرغم من حملات التوعية بالمرض النفسي وانتشار الأمراض النفسية وعلاجها إلا أنه ما زالت الوصمة الاجتماعية التي تلاحق المريض النفسي حاضرة بصور وأشكال متعددة، مما يؤثر سلباً على سير علاج المريض النفسي وعلى علاقاته الاجتماعية وثقته في نفسه وفي قدرته على ممارسة حياته بشكل طبيعي. فكثير من الأشخاص يخفون إصابتهم بالأمراض النفسية خوفاً من الوصمة الاجتماعية وما يتبعها من تحقير أو نظرة دونية له، وهذا الأمر له تبعاته السلبية عليه من حيث توازنه النفسي كما يبغضه من الحصول على حقوقه، فمثلاً هناك طلبة جامعيون يعانون من مرض نفسي يتطلب أخذ علاج دوائي له آثار مثل القدرة على التركيز ونحو ذلك، ويخفي على أستاذ المقرر ذلك خوفاً من نظرة دونية أو تقليل من شأنه، وهذا الإحساس والتوقع الذهني سيكون له أثر تقييم الأستاذ له وعلى درجاته، على الرغم من أنه لو أطلع على وضعه لتمت معالجة الوضع ومراعاة ظروفه، كما يحصل مع نظيره ممن يعاني من مرض عضوي لا يخجل في الحديث عنه ووضع أستاذ المقرر معه في الصورة مراعاة ذلك في التقييم وفي المهام التي يكلف بها. وبالتالي يحصل على حقه بأكمل وجه، وهذا مثال على مواقف كثيرة ومتعددة، فقد يتكرر ذلك الموقف في العمل وحتى على مستوى العلاقات الاجتماعية خصوصاً في العلاقة الزوجية مما يجعل التبعات المترتبة على إخفائه لمرضه النفسي أكبر بكثير من آثار المرض النفسي بحد ذاته، لذا يجب العمل على نشر الوعي تجاه ذلك من خلال حملات التوعية والتعاطي الإيجابي مع المرض النفسي في وسائل الإعلام وفي الدراما، حتى تخف مثل هذه المظاهر التي تجعل آثار المرض النفسي ومعاناة المرضى النفسيين أكبر بكثير من الواقع فتجعل البسيط صعباً.

أستاذ مشارك بقسم الدراسات الاجتماعية

عضو لجنة تعزيز الصحة النفسية بجامعة الملك سعود

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