

الحملة العربية لوصمة المرض النفسي | د يوسف مسلم | اختصاصي العلاج النفسي والسلوكي

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. ومعكم الدكتور يوسف مسلم. واتحدث لكم بمناسبة اطلاق حملة عربية على موضوع الوصمة في

المرض النفسي كثيرا ما نسمع من مصطلحات والفاظ تطلق في حق المريض النفسي - [00:00:00](#)

وكثير من هذه الالفاظ قد لا يكون مناسباً. يشكك باهليته ويشكك بكثير من الامور التي اه تستدعي حتى الوثوق في هذا الشخص

هذا قد يكون بسبب بعض الامور التي فيها سوء فهم بالاصل لطبيعة المرض النفسي والسلوك السوي - [00:00:15](#)

في السلوك السوي نظن دائما ان هناك زاويتين من النظر الى السلوك. زاوية الارادة وزاوية المسؤولية. يعني من زاوية الارادة نظن انه

الانسان هو صاحب ارادة على سلوكه. صاحب ارادة على سلوكه. لذا اذا تصرف باي تصرف وما ضبط نفسه فهو يتحمل مسؤولية هذا

السلوك هذي الزاوية - [00:00:35](#)

هذي المسؤولية اللي بتخليه انه مثلا لازم يعتذر عن السلوك. او لازم يصلح من امره او لازم يقوم ببعض الاشياء او يعاقب حتى ما

صدر منه من سلوك. اذا الارادة والمسؤولية. لكن هل زاويتي النظر هاي الارادة والمسؤولية تجوز في حق من يعانون من الاضطرابات

والامراض النفسية - [00:00:55](#)

حقيقة هذا لما بنبلش نتعمق في طبيعة الاضطرابات والامراض النفسية حيثغير عنا وحيثغير المنظور. لانه ما يجوز في حق المريض

النفسي حقيقة لا يختلف عن كيف بننظر احنا للامراض الجسدية حتى. لنفرض انه هنالك مريض يعاني من السرطان - [00:01:15](#)

هل يلام على ما وقع من مرض هل هو يلام لانه مصاب بالسرطان؟ احنا ممكن نلومه اذا ما سعى للعلاج. يعني سلوكه وسلوكه وارادته

هي ارادة السعي في العلاج ولم تكن ارادة الوقوع في المرض. المريض لم يختر ان يكون مريضا. تأكدوا تماما لم يختر ان يكون

مريضا. لكن نحن نختار كيف نتعامل - [00:01:36](#)

مع المريض. وهذي ارادتنا الان. فبالتالي هذا جزء الارادة وبالتالي هو ليس مسؤول عما وقع في اه حاله من مرض لكنه قل الان عن

طلب العلاج والتشافي. نفس الامر بالنسبة للاضطرابات النفسية. لما نتطلع مثلا على مريض الوسواس القهري - [00:02:00](#)

وين جزئية الارادة في الوسواس القهري؟ هذي افكار اقحامية. هذا سلوك ومشاعر قهرية تتتابه ويضطر الى عمل بعض الاشياء ان كان

من ارادة له فهي ارادة في السعي للعلاج. وليس ارادة حقيقية ومباشرة كأنها كبسة زر يتخلص من المرض - [00:02:19](#)

لاجل ذلك في العلاج بياخدوا وقت ويباخدوا احيانا بعض العلاجات الدوائية والعلاجات السلوكية والعلاجات المعرفية. حتى يصل الى

نقطة الارادة. فنتحقق هون عملية ادارة سلوك ويصبح مسؤول بعدها عما يصدر منه. لكن قبل ذلك هو ليس عليه حرج كونه انه من

اصحاب المعذرة - [00:02:39](#)

حال وحال من يصاب بامراض اخرى. او مثلا مرض الاكتئاب. منتشر مرض الاكتئاب وكثير ما يلام المكتئب. نقول له اطلع غير جو بس

انا مكتئب حقيقة مكتئب ورحت عند طبيب وشخصني باكتئاب حقيقي. يا اخي انت غير بس جو. اطلع اعمل بعض الانشطة. هو لو

قادر يعمل - [00:03:02](#)

هاي الاشياء او حتى لو عملها ما يبطلع من هذا الجو فاذا لم يعد الموضوع موضوع مجرد سلوك او مجرد تفكير سوداوي اصبح مرض

عميق. وبالتالي اين الارادة؟ الارادة هون بتقع في طلب العلاج. والمسؤولية على - [00:03:22](#)

طلب العلاج فلم يكن له ارادة حقيقية في الوقوع في الاكتئاب ولم يكن عليه مسؤولية. ليش هو وقع في الاكتئاب؟ اذا الزاويتين
هدول هم مشكلة كبيرة في منظورنا للسلوك. بحيث انه ما بنميز ما بين السلوك السوي والسلوك اللي ناتج عن اضطراب - [00:03:39](#)
او مرض لما يكون في عنا اضطراب او مرض حقيقي مش مدعى اضطراب او مرض يسعى صاحبه للعلاج. مش تارك نفسه ولا يتحمل
مسؤولية انه يسعى للعلاج ومسؤوليته في السعي للعلاج - [00:03:59](#)

بالتالي هون هذه الاضطرابات النفسية والامراض فعليا هي مشكلة حقيقية وكبرى يعاني منها الشخص. فلما عالموضوع او نطلق عليه
اللقاب وهو يعلم تماما انه الموضوع مش موضوع ارادته والموضوع مش موضوع مسؤوليته. وبجوز نشككه في هذا الكلام فيظن انه
السبب هذا سيزيد ويضعف من مشكلته - [00:04:14](#)

يعني باضعاف واضعاف اذا لتترفق بهؤلاء المرضى حتى نتترفق بهم يجب ان نفهم ما هي هاي الاضطرابات. نفهم شو يعني اكتئاب؟
نفهم شو يعني وسواس. نفهم شو يعني اه اه قلق قلق مرضي. لانه ساعتها حنشوف انه - [00:04:39](#)
الارادة هي شيه ممكن نساعدهم فيه بالعلاج بالتدريج لا يأتي دفعة واحدة. بنخليها بالبداية ارادة لطلب العلاج. والمسؤولية انهم من
اصحاب قدر حقيقة ومنخلي مسؤوليتهم بانهم يسعوا للعلاج ونساعدهم في هذا العلاج. اذا كون عنصر مساعدة. لا تكون عنصر يعكس
- [00:04:55](#)

صورة سيئة لهؤلاء الناس يكفيهم ما يعانوه فلا تضاعف عليهم المشكلة السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - [00:05:17](#)