الدّيار
AD-DIYAR
الخميس 15-04-2021 العدد 11433

اطلاق حملّة «كيفك؟... احكيلنا» لمنظمة مالطا - لبنان بالتعاون مع «القديس يوسف»

نظرًا للواقع المأزوم الذي يشهده لبنان وانعكاساته السلبية على مختلف فئات المجتمع، أطلقت منظّمة «مالطا لبنان» بالتعاون مع جامعة القدّيس يوسف في بيروت، حملة «كيفك؟...احكيلنا» للصحّة النفسيّة، وذلك بمشاركة اختصاصيّين ومعالجين نفسيّين من الجامعة والمنظّمة، وبتمويل من الوكالة الألمانية للتعاون الدولي(BMZ) ودعمٍ من «Malteser Internationa».

تهدف الحملة إلى الحدّ من الوصمة الاجتماعية للأمراض النفسيّة والعقليّة ومن إطلاق الأحكام المسبقة والصور النمطيّة. تسعى كذلك إلى رفع الوعي المجتمعيّ حول أهمية المبادرة لطلب الدعم النفسيّ المتخصّص عند اللزوم، كما اللّجوء إلى طبيب العائلة أو مراكز الرعاية الصحّيّة الأولية أو للعائلة والأصدقاء المقرّبين بهدف مشاركة وسرد مشاكلهم كوسيلة للشعور بالراحة النفسيّة، والتخفيف من وطأة همومهم ومخاوفهم، لا سيّما في ظل تأثيرات ما بعد الصدمة نتيجة الأزمات المتفاقمة التي يمرّ بها لبنان. كما تسلّط الحملة الضوء على دور كلّ من الاختصاصي في علم النفس والطبيب النفسي، وأهمية استشارة الطبيب قبل استهلاك أيّ من أدوية الأعصاب والمهدّئات. تأتي هذه الحملة بالتزامن مع ارتفاع معدّلات التوتّر والقلق جرّاء الأحداث المتتالية في لبنان، لا سيّما بعد انفجار مرفأ بيروت والانهيار الاقتصادي الحادّ. أضف إلى ذلك، تداعيات الإقفال العام والحجر المنزلي لمكافحة انتشار فيروس «كوفيد – ١٩».

وقد اعتمدت المنظّمة في مقاربتها لهذه الحملة، مفهوم الإصغاء والاستماع عن كثب لمشاكل الأفراد على اختلاف فئاتهم العمرية والاجتماعية، فلجأت إلى الشارع لتلمّس حال الناس والأفراد والاستفسار عن وضعهم النفسي، حيث تمّت إحالة هذه الشهادات إلى خبراء في الصحّة النفسيّة في جامعة القدّيس يوسف وبناءً عليه، تمّ تحديد ستّة مواضيع تجسّد أبرز الاضطرابات النفسيّة التي اشتكى منها اللبنانيّون، لتشكّل محاور الحملة.

وتلخّصت هذه الأعراض الستّة كالآتي: القلق، الأرق، الاكتئاب والمشاعر السلبية، الوحدة والعزلة الاجتماعية المترافقة مع سلوكيات سلبية غير صحّية، إضافةً إلى الاضطرابات النفسيّة بشكلٍ عام والاضطرابات السلوكية والعاطفية عند الأطفال والمراهقين والشباب (الطاقة المفرطة، التفاعل مع الأهل، قلّة التركيز وانعدام التواصل مع الآخرين نتيجة الاستخدام الطويل للأجهزة الإلكترونية، وعدم اتّباعهم لروتينٍ يوميّ منتظم).

تتجسّد أهداف الحملة بتنفيذ أفلام توعوية تنقل هواجس الأفراد، وتوفّر إرشاداتٍ حول كلّ من الأعراض النفسيّة المذكورة، أسبابها وسبل الوقاية منها. ستتمّ كذلك مناقشة هذه المواضيع بشكل مفصّل من خلال حلقات تلفزيونيّة، يعرض خلالها الأطباء والاختصاصيّون النصائح والحلول وكيفيّة تخطّي المصاعب المرتبطة بهذه الأعراض.

تتخطّى الحملة الشق التوعوي لتشمل الإحالة إلى المراكز الصحية الاجتماعية التابعة للمنظّمة، والمندرجة ضمن برنامج «الرعاية الصحّية الأولية» أو إلى أحد المراكز التابعة لشركاء المنظّمة. وقد طوّرت مراكز المنظّمة خدماتها في مجال الطبّ النفسيّ من خلال فريق مدرّب، حيث يمكن للمريض استشارة المرّض أو المساعد/ة الاجتماعي/ة أو طبيب العائلة، بهدف الاستماع لمشاكله وتحديد الأعراض وتقييم الحالة النفسيّة التي يمرّ بها، قبل أن يتمّ تحويله إلى طبيبٍ متخصّص، إذا لزم الأمر.

وفي هذا الإطار، قالت مديرة قسم التواصل والعلاقات العامّة لمنظّمة مالطا لبنان أميمة فرح: «تأتي حملة الصحّة النفسيّة كذلك ضمن إطار سلسلة خدمات جديدة أطلقتها منظّمة مالطا لبنان في مراكزها، استكمالاً لخدماتها الصحّية والاجتماعية والإنسانية، لا سيّما في ظل ما يشهده لبنان من ضغوط جسيمة، على المستويات الاقتصادية والاجتماعية والصحّية»، مضيفة «نتطلّع من خلال الحملة إلى مساندة الأفراد وتشجيعهم على طلب الدعم النفسيّ من خلال مراكزنا المؤهّلة بفرقٍ طبية متمرّسةٍ في هذا المجال، أو إحالتهم إلى المراكز التابعة لشركائنا».

من جهته، أشاد البرفسور سامي ريشا رئيس قسم الطبّ النفسيّ في المستشفى الجامعيّ «أوتيل ديو دو فرانس» بـ»الشراكة المعرفيّة الهادفة التي تربطنا كصرح أكاديميّ فاعلٍ بالمنظّمة، بحيث يمثّل هذا الترابط الوثيق حجرَ أساس لتشبيك الجهود بين العمل الميدانيّ الإنسانيّ والصحّيّ الاجتماعيّ من جهة، والمجال الطبّي المتخصّص من جهة أخرى، بهدف تعزيز الوعي حول مفهوم الصحّة النفسيّةً والعقلية، باعتبارها جزءًا لا يتجزّأ من الصحّة الجسدية والبدنية».

■ نبذة عن منظّمة مالطا لبنان ■

منظّمة مالطا هي منظّمة دينية ذات سيادة، غير سياسية، تتّخذ من التميّز والتنوّع والتواضع نهجًا لخدمة الفئات الأكثر حاجة. ارتكزت منظّمة مالطا في صميم عملها وتوجّهها، على الإنسان لناحية تحسين سبل عيشه وحفظ عزّته وكرامته، ما رسّخ مكانتها كمنصّةٍ للمشاريع والبرامج الرؤيوية والمبادرات المتكاملة. وقد جسّدت بذلك دورها كمحفّزٍ أساسي للتغيير وأداةٍ فاعلة لإرساء السلام في لبنان.