

المرض العقلي: الخرافات والحقائق

تعتبر الأمراض العقلية شائعة وفي نفس الوقت يُساء فهمها على نطاق واسع في أغلب الأحيان. يتعرض الأشخاص الذين يعانون من أمراض عقلية للتمييز في كثير من الأحيان من قبل آخرين ممن يعتقدون بأنها حالة غير شائعة وبالصورة النمطية المؤذية. الحقيقة أن المرض العقلي يمكن أن يصيب أي شخص. زود نفسك بالحقائق، ثم استخدم معرفتك لتوعية الآخرين وللتواصل مع هؤلاء الذين يعانون من حولك.

الخرافة	الحقيقة
ليس هناك أمل بالنسبة للأشخاص المصابين بأمراض عقلية.	بإستطاعة الأشخاص تحقيق الشفاء والتعافي! تتوافر المزيد من المعالجات، الخدمات، وأنظمة الدعم المجتمعية بصورة أكثر من ذي قبل، كما تتوافر الكثير منها في أماكن العمل. يعيش الأشخاص المصابون بأمراض عقلية حياة منتجة وفعالة.
ليس بمقدوري فعل أي شيء لشخص مصاب بمرض عقلي.	يمكنك فعل الكثير، بدءً من طريقة تصرفك وحديثك. يمكنك خلق بيئة تعتمد على قدرات الأفراد ونقاط قواهم وتعزز من مدى استيعابهم. على سبيل المثال، عامل الأشخاص المصابين بأمراض عقلية باحترام وكرامة، كما تحب أنت أن يعاملك أي فرد.
يتسم الأشخاص المصابون بأمراض عقلية بالعنف ولا يمكن التنبؤ بأفعالهم.	في الحقيقة، لا تبدي الغالبية العظمى من الأشخاص المصابين باعتلالات الصحة العقلية عنفاً أكثر من أي شخص آخر. يعد الأشخاص المصابون بأمراض عقلية أكثر عرضة لأن يصبحوا ضحايا جرائم. من المحتمل أن تكون على صلة بشخص ما مصاب بمرض عقلي ولا تدرك حتى ذلك.
الأمراض العقلية لا تؤثر علي.	تؤثر الأمراض العقلية تقريباً على كل عائلة في أمريكا. لا تتصف الأمراض العقلية بالتمييز – كبار، أطفال، مراهقين، الكبار في السن جميعهم يختبرون اعتلالات الأمراض العقلية.
الأمراض العقلية ناجمة عن ضعف في الشخصية.	الأمراض العقلية تكون نتيجة تفاعل بين عوامل بيولوجية، نفسية واجتماعية. يمكن أن تساهم أيضاً التأثيرات الاجتماعية، مثل خسارة فرد محبوب أو وظيفة ما، في تكون مشاكل مختلفة بالصحة العقلية.
عند إصابة أشخاص بأمراض عقلية، فلن يقوموا بالتعافي أبداً.	تُظهر الدراسات أن أغلب الأشخاص المصابون بأمراض عقلية يقومون بالتحسن، والعديد منهم يتعافى بصورة كاملة. يشير التعافي إلى الإجراء الذي من خلاله يتمكن الأشخاص من العيش، العمل، التعلم والمشاركة بشكل كامل في مجتمعاتهم. بالنسبة لبعض الأفراد، يعد التعافي القدرة على عيش حياة منتجة ومثمرة. بالنسبة لآخرين، يعني التعافي تراجع أو اختفاء الأعراض بشكل كامل. أظهر العلم أن الأمل يلعب دوراً أساسياً ومتكاملاً في تعافي الفرد.
الأطفال يسيئون التصرف أو يخفون في الدراسة لجذب الانتباه فقط.	يمكن أن تكون المشاكل السلوكية أعراض لمشاكل عاطفية، سلوكية أو عقلية، بدلاً من مجرد أدوات لجذب الانتباه. يمكن للأطفال تحقيق النجاح في المدرسة باستيعاب وانتباه مناسبين، وفي وجود خدمات الصحة العقلية.