

## تقرير

### لجنة الصحة العقلية

#### بمخلة دراسات الصحة والعلاقات الإنسانية

بفلم

الدكتور صبرى جرجس

عقدت في الفترة بين ٩ ، ١٤ مارس من عام ١٩٥٢ بدار الحكمة بمدينة القاهرة حلقة دراسات الصحة والعلاقات الإنسانية . وذلك تحت إشراف لجنة مشتركة من المنظمات والهيئات الاجتماعية بالتعاون مع وزارة الصحة العمومية والهيئة الصحية العالمية واليونسكو .

وقد تناولت أبحاث هذه الحلقة موضوعات « الطب الوقائي » و « التعليم الصحي » و « الصحة الاجتماعية » . كما شملت أيضاً ندوة علمية لبحث الوسائل الإيجابية لرفع المستوى الصحي في مصر .

وانتظمت أعمال الحلقة في لجان ست ، هي لجنة تنسيق المجتمع ، ولجنة الصحة الاجتماعية ولجنة التعليم التوضيحي ولجنة الحياة القروية ولجنة التعليم الصحي ولجنة الصحة العقلية . وعقدت كل من هذه اللجان اجتماعين ناقشت فيهما الموضوع الخاص بها . وفي اليوم الأخير لاجتماعات الحلقة عقدت جلسة عامة استمع فيها الحاضرون إلى رؤساء اللجان يلقون تقاريرهم .

وقد رأس لجنة الصحة العقلية الدكتور صبرى جرجس ، وفيما يلي تقرير هذه اللجنة

---

( ١ ) رأت اللجنة ألا تعرض لموضوع الصحة العقلية في الريف لصيق الوقت أولاً ، ولأن هذا الموضوع سبق أن عرض له الدكتور محمد كامل الحفوف بك في حلقة الدراسات الاجتماعية للفنون العربية التي عقدت بالقاهرة في نوفمبر وديسمبر عام ١٩٥٠ راجع مجلة علم النفس ، مجلد ٩ عدد ٣ ، فبراير - مايو ١٩٥١ .

## ١ - مقدمة :

١ - لا بد قبل بحث موضوع الصحة العقلية من تحديد المعنى المقصود بهذه الكلمة وقد اتفق رأى اللجنة على أن الصحة العقلية هى الحالة التى يستطيع المرء فيها أن يعيش فى سلام نسبي مع نفسه ومع الغير ، وأن يحقق فيها إمكانياته إلى أقصى مداها ( بما فى ذلك مساهمته لخير الجماعة ) ، وأن يتحقق له منها الرضى فى العمل وفى الزواج والأسرة وفى العلاقات الاجتماعية بوجه عام .

٢ - عند تطبيق هذا التعريف للصحة العقلية على الأوضاع السائدة بمجتمعنا نستصطلم على التو بمشكلة ضخمة ، إذ منجد أن نسبة الناس الذين لا تتوفر لهم الشروط اللازمة لتحقيق الصحة العقلية مرتفعة أيما ارتفاع . والوضع الراهن الذى لا يكاد يرى الانحراف عن حالة الصحة العقلية إلا فى الحالات المقعدة من المرض العقلى بعيد عن أن يواجه المشكلة مواجهة صادقة أو مستبصرة ، والمثل فيه كمن لا يرى العلة فى حالة الإصابة الدرقية إلا إذا وصلت إلى درجة التكهنف .

## ب - عوامل الصحة العقلية :

يمكن تناول هذه العوامل تحت الرؤوس الآتية :

١ - صحة بدنية جيدة : تجمع بين الوراثة الطيبة ( التى تخلو من العوامل المباشرة السببة ومن الاستعداد غير المناسب على حد سواء ) وبين ككل العوامل التى تساعد المرء على الاحتفاظ بصحة البدن ( من غذاء ومسكن وعمل وترفيه واستعدادات علاجية كافية ) . ويقصد بالصحة هذا شئ آتخر غير انتفاء المرض . . . يقصد بها حالة إيجابية يستطيع الفرد أن يحقق فيها ككل إمكانياته الفسيولوجية على خير وجه ، لا مجرد عدم وجود المرض .

٢ - ظروف بيئية مناسبة تلازم الفرد منذ مطلع حياته وهى تشمل :

( أ ) البيت المتماثل المنسجم الذى يوفر للطفل الأمن والطمأنينة وبنية فيه الثقة بالنفس ويلدربه على التدرج نحو الاستقلال ونحو الاضطلاع بالتبعات الناضجة كمواطن صالح على خير وجه .

( ب ) المدرسة التى تحقق رسالتها كمؤسسة اجتماعية تعد الفرد للحياة بما نعمل على تنبيه إمكانياته وتنمية فاعليته مع المجتمع .

( ج ) المجتمع بما فيه من تقاليد ومثل عليا وما يتيح للفرد من طمأنينة اقتصادية

في ظلال العدالة والإنصاف وتكافؤ الفرص وما يفتح أمامه من آفاق للتحرر والإفصاح عن الذات .

### ٢ - مظاهر الانحراف عن الصحة العقلية :

إذا ذكرنا التعريف الذي وضعناه للصحة العقلية سهل علينا أن نلم بأهم مظاهر الانحراف عنها . ويمكن تلخيص هذه المظاهر فيما يأتي :

١ - الاضطرابات النفسية والسلوكية في الطفولة والمراهقة . وهذه الاضطرابات أهمية خاصة تلك أنها نذير لانحراف خطير عن أصول الصحة العقلية ، وأن علاجها في ذلك الوقت يقي من تطورها إلى مرض نفس أو عقل فيما بعد .

### ٢ - عدم التوافق الانفعالي :

( أ ) الذي يبدو بصفة خاصة في سوء التكيف المهني ( في العمل العادي . في المصنع ، في الجيش إلخ ) . الانقطاع عن العمل بسبب الصراعات الانفعالية . سوء العلاقة بين الزملاء والرؤساء والمرؤسين . ضعف الإنتاج بوجه عام .

( ب ) الذي يبدو بصفة خاصة في سوء التكيف الزوجي : حالات الانيار الزوجي والابت المتهدم نتيجة صراعات انفعالية عند أحد الزوجين أو عند كليهما . وحتى حين لا تنفصم عرى العلاقة الزوجية في الظاهر فقد يكون لهذا الصراعات الانفعالية أثرها بالغ السوء على الصحة العقلية للأبناء .

( ج ) الذي يتصل بالحالة الصحية للفرد : فإن كثيراً من الاضطرابات العضوية ترجع إلى الحالة الانفعالية للفرد أو على الأقل تتصل بها اتصالاً مباشراً قريباً . وفي ضوء هذا الفهم الشامل لمعنى الصحة والمرض ظهر الطب النفسيوسوماتي وخطا في سبيل التقدم واتخذ خطوات كبيرة ( معالجة المريض لا المرض ، الإنسان لا العضو ) .

٣ - السلوك المضاد للمجتمع بما في ذلك السلوك الخارج على القانون ( أي الجريمة ) .

٤ - المرض النفسي بما في ذلك الإدمان ( إدمان الخمر والمخدرات ) .

٥ - المرض العقلي .

### د - علاج المشكلة :

في ضوء ما تقدم رأيت اللجنة أن تكون توصيات العلاج على النحو الآتي :

## ١ - الجانب الوقائى :

(١) الوالدان والأسرة : لما كانت الأسرة هى البيئة الأولى للفرد وكانت العلاقة بالوالدين والاحوة هى أول علاقة يكونها المرء مع العالم الخارجى ولما أثرها الباقى فى أرجاءه التكيفية فيما بعد . فإن العناية برفع مستوى الوعى بأصول الصحة العقلية فى البيت والأسرة ينبغى أن تكون أول ما يتضمنه برنامج يستهدف صيانة صحة العقل .  
والتوصيات بهذا الصدد تشمل :

١ - العناية على نطاق واسع لأصول الصحة العقلية التى يمكن ملاحظتها وتطبيقها فى تنشئة الأطفال : وذلك عن طريق الكتب المبسطة والنشرات والمحاضرات والإذاعات والتيليبيات والأفلام السينمائية وما أشبه .

٢ - العمل على تحقيق كل ما من شأنه رفع مستوى الأمر من الناحية المادية والثقافية وعلى تدعيم استقرارها وأمنها المادى وتوثيق التماسك والانسجام بين أعضائها ، وذلك عن طريق العدالة الاجتماعية ورفع الوعى العام والتوجيه والتشريع إذا لزم الأمر .  
(ب) المدرسة : ليست المدرسة مكاناً يلحق التلميذ فيه بعض المعارف وحسب ، بل هى مؤسسة اجتماعية لتربية الشخصية ، ومهمتها فى الواقع امتداد لمهمة البيت : أى مساعدة شخصية الصغير على التفتح وتنبيه إمكانياته وإعداده لكى يكون المواطن الصالح . والتوصيات بهذا الصدد تشمل :

## ١ - التلميذ : تتضمن التوصيات بصدد التلميذ ما يأتى :

(١) رعاية صحته البدنية سواء من وجهتها العامة أو من وجهة العيوب الخاصة كعيوب الحواس ، أو من وجهة الحالات المرضية المزمنة والعاهات .  
(ب) إيجاد الوسائل التعليمية المناسبة للمتخلفين ذهنياً ( ناقصى العقل ) .  
(ج) مقابلة حاجة التلاميذ المضطربين أو المشكلين انفعالياً ، وذلك بإعداد مدارس خاصة بهم يمكن نقلهم منها إلى المدارس العادية بعد زوال الاضطراب وعودتهم إلى حالة السواء .

## ٢ - المدرس : تتضمن التوصيات بصدد المدرس ما يأتى :

(١) زيادة العناية بدراسة سيكولوجية الطفولة والمراهقة فى برامج إعداد المعلمين والمعلمات أو على الأقل زيادة الجانب العملى فى هذه الدراسة بحيث تزهل المعلم لفهم حاجات الطفل النفسية ومعالجة مشكلاته الصغيرة بمعالجة صحيحة فور ظهورها .

(ب) عدم إرهاق المدرس بالعمل وتجنب كل ما من شأنه أن يثير في نفسه السخط وعدم الرضى ، فإن أية مشكلة لدى المدرس قد ينعكس أثرها على الصغار .  
(ج) العمل على تدعيم الصلة الفردية بين المعلم والتلميذ ، فإن هذه الصلة قوية الأثر في تنبيه شخصية الصغير . وليس مما يساعد على ذلك تكديس الفصول بالتلاميذ على النحو القائم الآن .

٣ - المدرسة : تتضمن التوصيات بضد المدرسة ما يأتى :

- (١) صلاحية المكان من حيث الاتساع وإعداد الفصول ومطابقتها للشروط الصحية وما إلى ذلك .
- (ب) إعداد المناهج بحيث تنشط الرغبة في التفكير لدى التلميذ وتنبه ما لديه من إمكانيات ذهنية . لا الاكتفاء بحفظ بعض المعلومات واختزانها في الذاكرة . ثم تنويع المناهج بحيث تلائم استعداد التلميذ وحاجة البيئة .
- (ج) تطبيق التوجيه التعليمي للتلميذ في أوسع نطاق مستطاع بحيث يوجه كل فرد الوجهة التي تتلاءم واستعداداته وقبوله وظروفه .
- (د) إيجاد علاقة متصلة بين المدرسة والأسرة ، فإن الاثنين تسندان غاية واحدة والتعاون بينهما لازم لتحقيق الهدف المشترك .
- (هـ) الاهتمام بحسن شغل وقت الفراغ للتلميذ ، فليس أفكك بصحة النفس من الفراغ ، وتعديل برامج النشاط المدرسي بحيث تصبح بالنسبة للتلميذ خبرة حية لا أداء جامداً لا يثبه فيه شيئاً .
- (و) توثيق العلاقة بين المدرسة والمؤسسات التي قد يتصل عملها بها كعيادات توجيه الطفولة .

(ز) المهن التي يتصل عملها بالرعاية الصحية والاجتماعية للجمهور :

تشمل التوصيات بهذا الصدد ما يأتى :

- ١ - الأطباء : لابد من أن يكون الأطباء على قدر من الوعي بالصحة العقلية وأثر الخائب الانفعالي في الصحة والمرضى يؤهلهم تفهم المرض وتوجيه علاجه على مستوى أفضل من المستوى الحالي . وما من سبيل إلى تنبيه هذا الوعي إلا بتعديل مناهج الدراسة الطبية بحيث تشمل على المبادئ الأساسية لعلم النفس وأصول الصحة العقلية .
- ٢ - المولدات والمرضات والزائرات الصحيات : هؤلاء بحكم صلتهم الوثيقة



بالأمومة والطفولة في بواكيرها يستطيعون أن يساهموا مساهمة فعالة الأثر في توجيه الأم إلى القواعد السليمة في الرضاعة ووران وظائف الإخراج وتنشئة الطفل بوجه عام مما تعرف علاقته الخاصة بالصحة العقلية للفرد .

٣ - المشرفون الاجتماعيون وملاحظو العمل بالمصانع إلخ : هؤلاء أيضاً بحكم صلتهم المباشرة بجماعات من الناس يمكن أن يكونوا من الأدوات الفعالة في تهيئة البيئة المستقرة وتدعيم الصحة العقلية .

٢ - في الجانب العلاجي :

تشمل التوصيات بهذا الصدد ما يأتي :

( أ ) تعميم عيادات التوجيه الطفلى والعيادات الطبية العقلية للطفولة والمراهقة بحيث تلبى مع الوقت الحاجة إليها . وعمل هذه العيادات فوق جانبها العلاجي له جانب وقائى أيضاً بإصلاح عيوب البيئة وتنبيه الوالدين إلى أخطاء التنشئة إلخ .

( ب ) تعميم العيادات الملحقمة بمحاكم الأحداث فإن الجانب الأكبر من جرائم الأحداث ليس إلا مظهراً لاضطراب نفسى من أثر عوامل صحية أو بيئية أو انفعالية غير مناسبة . وقد استطاعت هذه العيادات بالتوجيه الصحيح أن تحول دون الحدوث وحياة الجريمة وأن ترده إلى السلوك السرى مواطناً نافعاً .

( ج ) العمل على إنشاء عيادات الإرشاد الزوجى على ألا تقتصر مهمة هذه العيادات على إيداء المشورة بصدد إتمام الزواج أو عدم إتمامه بعد فحص الحالة الصحية والعقلية للمتقدمين إليها ، بل تشمل أيضاً محاولة فهم الخلافات الزوجية على أساس علمى ومساعدة الزوجين على حل ما يستطيع حله من هذه المشكلات .

( د ) تعميم العيادات العقلية الملحقمة بالمستشفيات العامة ، فإن ذلك يعمل على إزالة الوصمة المرتبطة بالمرض العقلى وينبه الوعى العام بهذا الصدد ، فوق ما يتيح من فرص العلاج للحالات التى لا تستدعى الإقامة بالمستشفيات العقلية .

( هـ ) الإكثار من المستشفيات العقلية بحيث تضم كل احتياجات إلى العلاج بها ، مع تجنب الازدحام الذى يهبط بمستوى العناية بنزلاتها . ثم إنشاء مستشفيات ومؤسسات خاصة بتأقضى العقل والصرعى ودمعى الخمر والسيكوباتيين إلخ .

( و ) إصلاح حالة السجون والعناية بالدراسة الفردية لنزلاتها ورفع مستوى الصحة العقلية بها .

( ز ) إنشاء مراكز التأهيل للعاهات والأمراض البدنية والاضطرابات العقلية على حد سواء توجه المصابين إلى خبير مهنة تتفق وحالاتهم .  
 ( ح ) تنظيم التبع بحيث يظل الفرد بعد شفائه تحت الملاحظة الطبية ، وتوجيه التوجيه المناسب عقب ظهور أول بادرة للانتكاس .  
 ٣ - جانب الإعداد لتنفيذ هذه التوصيات :

تشمل التوصيات بهذا الصدد ما يأتي :

( ا ) القيام بعمل دراسة مسحية للوضع الراهن فيما يتعلق بمشكلات الصحة العقلية ، فإن هذه الدراسة تمهيد لازم قبل إعداد البرامج العلاجية اللازمة على نطاق واسع .

( ب ) إعداد العاملين في الميدان إعداداً فنياً سليماً بما يتفق وحاجة البلاد بهذا الصدد . وترى اللجنة تأكيد ضرورة العناية بهذا الإعداد من حيث كفاية العدد وارتفاع المستوى الفني للتدريب على حد سواء . فإن الإعداد الناقص يحمل في طياته القشل المحتوم والإعداد الطيب هو أحسن استثمار لأي مشروع وخير ضمان لنجاح العمل فيما بعد .

وينبغي أن يشمل هذا الإعداد الفئات الآتية :

- ( ١ ) المتخصصون في الطب العقلي العام والطب العقلي للطفولة
- ( ٢ ) « علم النفس التربوي »
- ( ٣ ) « القياس العقلي والتوجيه المهني »
- ( ٤ ) « الخدمة الاجتماعية والخدمة الاجتماعية النفسية »
- ( ٥ ) « العلاج النفسي »
- ( ٦ ) « علاج الأطفال » ( بما في ذلك العلاج باللعب )
- ( ٧ ) « علاج عيوب الكلام »
- ( ٨ ) المشتغلون بالتمريض العقلي
- ( ٩ ) ملاحظو العمل بالمصانع

صبري جرجس

\* قام الأستاذ الدكتور كرايس الحبر في الصحة العقلية بالمهمة الصحية العالمية بدراسة مسحية تمهيدية لحالة الصحة العقلية بمصر . وذلك في شهرى نوفمبر وديسمبر في عام ١٩٥١ بناء على دعوة الحكومة المصرية .