أخصائية الصحة النفسية رسل يوسف لـ"نخيل عراقي" العلاج النفسي ليس ترفاً بل حق إنساني"


www.palms-news.com

نخيل نيوز | خاص

أكدت أخصائية الصحة النفسية الدكتورة رسل يوسف، أن العلاج النفسي لم يعد ترفاً أو رفاهية، بل أصبح حاجة إنسانية ملحّة للحفاظ على التوازن الداخلي والكرامة الذاتية، مشددة على أهمية رفع الوعي المجتمعي تجاه الصحة النفسية والتعامل معها بعيداً عن الوصمة الاجتماعية والصور النمطية.

وقالت يوسف، في تصريح خاص لـ"نخيل عراقي" إن "الجلسة النفسية ليست مجرد مساحة للكلام، بل هي مكان آمن للتعافي وإحداث تغيير حقيقي. كثير من الناس لا يحتاجون إلى حلول سحرية، بقدر حاجتهم إلى من يستمع إليهم ويفهم ألمهم دون إصدار أحكام أو تقييم".

وأشارت إلى أن تجربتها السريرية مع مئات الحالات أظهرت تحسناً واضحاً في المؤشرات النفسية، مثل انخفاض مستويات التوتر والاكتئاب، وارتفاع معدلات تقدير الذات، وزيادة القدرة على اتخاذ قرارات شخصية أكثر توازناً وصحة.

وأضافت "ينبغي أن نتعامل مع الجروح النفسية كما نتعامل مع الجروح الجسدية، بجدية وتعاطف واستجابة مهنية، سواء كان المتألم امرأة، أو شاباً، أو طفلاً، أو حتى رجلاً أنهكه الصمت الطويل".

وتأتي تصريحات يوسف، في وقت يتزايد فيه الاهتمام الإقليمي والدولي بقضايا الصحة النفسية، وسط دعوات مستمرة لتفكيك القيود الثقافية والاجتماعية التي لا تزال تحول دون طلب المساعدة، خصوصاً في أوساط النساء والشباب داخل المجتمعات العربية.


www.palms-news.com