

روز جهانی سلامت روانی World Mental Health Day



روز جهانی سلامت روانی، هر سال در 10 اکتوبر برابر با 18 میزان جشن گرفته می شود. این روز نخستین بار در سال 1992 توسط فدراسیون جهانی صحت روانی به نام روز جهانی سلامت روان یا روز جهانی صحت روانی نام گذاری شد.

هر ساله در این روز همایش ها و گردهمایی های علمی در سراسر جهان در زمینه سلامت و صحت روانی برگزار می شود. هدف از برگزاری این گردهمایی ها آموزش و پرورش جهانی در زمینه سلامت روان، افزایش آگاهی مردم و یافتن راهکارهایی برای بهبود سلامت روانی در سطح جهانی میباشد.

شعار این روز جهانی در سال 2023 (ذهن ما حقوق ما) پذیرفته شده است.

در چنین روزی پیچیده ترین بُعد انسان یعنی ذهن و روان وی به چلنج کشیده میشود.

در میان متفکران بسیاری که خلاقیت آنان مشخصه دوره های مربوط بود، دکارت به طور مستقیم به تاریخ روانشناسی جدید خدمت کرد. او با آثار خود پژوهش علمی را از اعتقادهای خشک و سنتی الهیات که قرن ها آن را مهار کرده بود آزاد کرد.

دکارت نماد انتقال به عصر نوین علم به شمار می رود ، او با فکر تکنالوژیک ، ماشین گونه بودن را درباره بدن انسان به کار بست. بدین سان، می توان گفت که او عصر روانشناسی نوین را پایه گذاری کرد

..... اما سلامت روانی مردم افغانستان در "آستانه یک فاجعه قرار دارد"

صندوق نجات کودکان Save the Children Fund به مناسبت روز جهانی سلامت روانی هشدار داده است که افغانستان در آستانه یک فاجعه در این زمینه قرار دارد، زیرا بحران اقتصادی و دهه ها درگیری، صدمات خطرناکی بر سلامت روانی کودکان و بهزیستی روانی-اجتماعی آنها وارد کرده است.

این نهاد بین المللی افزوده که کودکان در افغانستان تحت فشارهای روحی و روانی فزاینده قرار دارند، زیرا آنها بار بدتر شدن بحران در افغانستان را تحمل می کنند

همچنین محدودیت های جدید اعمال شده از سوی طالبان بر سلامت روان کودکان به خصوص دختران تأثیر منفی بسزایی گذاشته است.

بسیاری از دختران از مکتب، معاشرت و رفتن به پارک‌ها و مغازه‌ها محروم شده‌اند. بحران اقتصادی همچنین برخی از دختران را مجبور به ازدواج زودهنگام کرده است زیرا والدین آنها برای تغذیه سایر فرزندان خانواده به پول نیاز دارند.

خشونت و فشارهای عمومی از سوی حاکمان جدید میتواند منجر به پریشانی روانی، افسرده‌گی، اضطراب و ضربه روحی-روانی ماندگار (PTSD) در عموم افراد شود. تحقیقات سازمان نظارت بر حقوق بشر در افغانستان نشان داده است که مردم، به خصوص زنان و افراد دارای معلولیت، اغلب در دسترسی به خدمات صحت روانی با موانع و محدودیت‌ها مواجه هستند.

شرم از بیان این تکلیف بدتر از وضعیت آن است زیرا افرادی که از مریضی روانی رنج می‌برند به محققان گفته‌اند که از سکوت و بیم‌شان به خاطر آشکار شدن این بیماری و شرمی که از آن دارند رنج بیشتر دارند.

به گفته محققان انواع شرم مردم ممکن نسبت به هر منطقه فرق داشته باشد. در برخی کشورها، بیان وضعیت روانی، یک شرم فرهنگی است و در برخی کشورها می‌تواند بر زنده‌گی فرد تاثیر بگذارد.

افغانستان از جمله کشورهاییست که بیان مریضی روانی شرم‌پنداشته میشود. به امید روزی که عوامل تکالیف روانی در افغانستان عزیز مرفوع شود و توانایی‌ها غرض‌تداوی این بیماری افزون گردد.

