

## ٤٠% من الشباب السعودي يعانون من اضطرابات نفسية: ولا وسائل مساندة

قليلة هي الدراسات التي تسلط الضوء على حال الصحة النفسية للشباب "السعودي" سواء في ظل حالة الكبت التي فُرضت عليهم تاريخياً وإلى اليوم، أم بسبب التغيرات التي طرأت على حين غرة على نمط حياتهم وتبدل "المحظورات والممكنات" في البلاد التي أتت مع صعود ابن سلمان إلى المشهد السياسي.

وإلى جانب غيرها من العوامل التي تعطي أهمية لموضوع الصحة النفسية لفئة الشباب؛ الذين يشكلون نحو ربع سكان البلاد.

في هذا الإطار عدد من الدراسات المحلية النادرة جرت في أوقات متفرقة، وهي بطبيعة الحال لا يسمح بالأخذ بنتائجها لأخذ صورة حقيقية عن الأمر بسبب الرقابة المعروفة والصارمة على عمل المؤسسات.

إلى جانب مدونات أميركية بحثت بدورها بشكل منفصل عن حال الشباب "السعودي"، ولكنها تجتمع على الابتعاد عن الخوض في غمار زوايا السلوك السياسي وتأثيرها -الأكبر- على الحالة العامة لنفسية الشباب.

حديثاً نشرت فيونا ياسين هي مؤسسة ومديرة عيادة Clinic Wave The، مادة تقديرية بالاستناد إلى أرقام أبحاث سابقة، للحالة النفسية للشباب في شبه الجزيرة العربية مسلطة الضوء على بعض خلفيات هذه الاضطرابات التي طالت 40% من الشباب في البلاد.

وانطلاقاً من دراسة سابقة لمركز أبحاث بيّن أن ما نسبته 15% فقط من الشباب الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية تلقوا العلاج لاضطرابهم.

ذلك بسبب الحواجز التي تحول دون العلاج تمنع الشباب من تلقي الدعم الذي يستحقونه ويحتاجونه للتعافي واستعادة عافيتهم العقلية.

وأحد هذه العوائق الرئيسية أمام علاج الصحة العقلية هو التردد بين العديد من الشباب (والبالغين) في السعودية في طلب الدعم في مجال الصحة العقلية

. حيث غالباً ما ترتبط سلوكيات طلب المساعدة المنخفضة بالوصمة والمفاهيم الخاطئة حول المرض العقلي.

وقد بينت دراسة أُجريت عام 2016 -أجراها دار نشر رقمي "أمبيرالد"- أن حوالي نصف الطلاب الجامعيين في إحدى الجامعات السعودية لديهم أفكار سلبية حول الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الصحة العقلية.

وأما تقدير "ذا وايف كلينيك" يدعو إلى تحسين الدعم المقدم للصحة العقلية للشباب، معتبراً أنه "من الضروري تحدي هذه الوصمات والمفاهيم الخاطئة والتغلب عليها".

وتتابع "قد يتضمن ذلك برامج تعليمية للشباب والآباء والمدارس تقدم معلومات دقيقة وموثوقة حول اضطرابات الصحة العقلية والعلاج والتعافي."

وتلفت إلى أن من بين العوائق الأخرى التي تحول دون العلاج الفعال والمخصص الافتقار إلى خدمات الصحة النفسية المتخصصة للشباب في السعودية، سواء تلك الحكومية أم الخاصة. معتبرة أنه "من الممكن تحسين فرص الحصول على العلاج من خلال خدمات العلاج النفسي المتخصصة للأطفال والمراهقين، فضلاً عن التدخلات المدرسية والمجتمعية التي تهدف إلى تحديد أعراض المرض العقلي بين الشباب.

كما يمكن أن تساعد خدمات الاستشارة في المدارس في دعم الطلاب في التعامل مع مشاكلهم، بما في ذلك التحديات العاطفية والاجتماعية والإدراكية.

كما أشارت العيادة النفسية في تقريرها الذي تسلط فيه الضوء على كيف تؤثر القيم الغربية الآن بشكل كبير على وسائل الإعلام والثقافة والأعراف الاجتماعية داخل "السعودية".

ومع انتشار المثل الجمالية الغربية التي تمجد نوعاً معيناً من الجسم الأنثوي "النحيف" والشكل الذكوري "العضلي"، قد يشعر المزيد والمزيد من الشباب بعدم الرضا أو الضيق بشأن صورة أجسادهم، مما يساهم في زيادة الاضطرابات الصحية العقلية.

وقد توصلت دراسة أجريت عام 2023 بناءً على المسح الوطني للصحة العقلية في "السعودية" إلى أن:

40.1% من الشباب السعوديين يعانون من حالة صحية نفسية في مرحلة ما من حياتهم

26.84% عانوا من اضطرابات القلق

15.44% عانوا من اضطرابات سلوكية

67.9% عانوا من اضطرابات المزاج

06%.7 عانوا من اضطرابات الأكل