



جمهورية مصر العربية

معهد التخطيط القومي

لقاء الخبراء

الموسم العلمي 2018/2017

مركز التخطيط الاجتماعي والثقافي

**وقائع الحلقة الثانية**

**”الدعم النفسي: مطلباً وحاجة”**

تحرير

المنسق العام للقاء

أ.د. إجلال راتب العقيلي

المنسق المساعد

د. أحمد رشاد الشربيني

في إطار النشاط العلمي لمعهد التخطيط القومي، تم عقد الحلقة الثانية من نشاط "لقاء الخبراء" للموسم العلمي 2018/2017، وذلك يوم الثلاثاء الموافق 2017/11/14، حول قضية "الدعم النفسي: مطلباً وحاجة"، بحضور خبيرين متخصصين في هذا المجال من خارج المعهد (أ.د. هالة رمضان - أستاذ علم النفس بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجناحية، والأستاذ خالد خضر - أخصائي الدعم النفسي بالكوارث والأزمات). بالإضافة إلى مجموعة من أساتذة مركز التخطيط الاجتماعي والثقافي بالمعهد.

وأكد الحاضرون على أهمية هذا الموضوع حيث أنه قد تردد في الفترة الأخيرة مصطلح الدعم النفسي الاجتماعي وأن كثيراً من المنظمات والجمعيات المحلية والاقليمية والدولية تقدم تلك الخدمات لأفراد المجتمع وخاصة أثناء وبعد الأزمات والحروب.

إن كثيراً من الأحداث والأوضاع تحتاج الي دعم نفسي مثل الكوارث الطبيعية والحروب وبعض الحوادث المروعة مثل الحرائق، تهدم البيوت وحوادث كثيرة يتعرض لها الأفراد والمجتمعات تأخذ شكل الصدمات ومن ثم تحتاج إلى الدعم النفسي للتمكن من اجتياز أو تخطي آثار تلك الصدمات أو على الأقل التخفيف من حدتها.

إن الفهم الصحيح لآليات الدعم النفسي وتكيفها حسب حاجات وخصائص البيئات المختلفة واختلاف من يتلقون هذا الدعم من أهم ما يجب مراعاته عند أي تدخل، فما يحتاجه الأطفال يختلف عن ما يحتاجه المسنون أو ذوي الاحتياجات الخاصة وطبقاً لنوع الصدمات التي تعرض لها كلاً منهم وجدير بالذكر أن من أهم المنظمات الدولية التي تقدم خدمة الدعم النفسي هي منظمة اليونيسف وشركائها لتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأطفال خلال حالات الطوارئ المعقدة كجزء من جهود الإغاثة الإنسانية والتعافي المبكر، تلك الجهود التي تعتبر واحدة من أهم دعائم التعافي النفسي والاجتماعي بجانب الشعور بالأمن والوصول إلى الاحتياجات الأساسية من غذاء ومأوى ورعاية صحية وخدمات التعليم مما يسفر عن تأثير إيجابي وتلبية لاحتياجات المعيشة وصولاً إلى ما يعرف بالتعافي النفسي.

وحيث تمر المجتمعات بأزمات وحالات طوارئ، ويقابل الإنسان في حياته ضغوطاً وتحديات تعاني منها النفس البشرية مما يستدعي دعماً نفسياً لمواجهة هذه التحديات والتغلب عليها.

وحيث إن التنمية تركز بالدرجة الأولى على العنصر البشري الذي هو صانع التنمية والمستفيد منها، فإن الحفاظ على الموارد البشرية بكامل طاقاتها الجسدية والنفسية هو مطلب وضرورة لاستمرار الجهود التنموية ولتحقيق أعلى مستويات الإنجاز منها.

ومع ما يواجهه العالم من صراعات سياسية وتغيرات اقتصادية واجتماعية، كذلك دور الإعلام وما يطالعه به مما يثير القلق والمخاوف وتزايد دور وسائل الاتصال بأنواعها المختلفة في بث وإشاعة المخاوف من الأزمات والكوارث .

وجدير بالذكر أن جمهورية مصر العربية ليست بعيدة عن تلك الأحداث وخاصة بعد ثورة 25 يناير 2011 وما تبعها من تغيرات على كل المستويات فإن مناقشة موضوع الدعم النفسي الاجتماعي قد زادت أهميته.

وقد درت مناقشات وحوارات متعمقة شملت بعض المحاور التي وردت في الورقة المقدمة من مركز التخطيط الاجتماعي والثقافي والتي قامت أ.د. زينب طبالة بإعدادها والتي اشتملت على عديد من الأسئلة والتي من أهمها:

- ما المقصود بالدعم النفسي في ضوء متغيرات العصر؟
- ما هي الفئات الأكثر احتياجاً للدعم النفسي؟ وما هي أولويات ترتيبها؟
- هل ما يبثه الإعلام من صور مشوهة وقيم سلبية وسلوكيات غريبة على المجتمع المصري يستدعي دعماً نفسياً لكثير من فئات الشعب؟
- هل يؤدي ترسيخ مفهوم الدعم النفسي إلى تحقيق طاقة إيجابية بين المصريين؟
- ما دور كل من الأسرة والمؤسسات التربوية ووسائل الإعلام في تحقيق الدعم النفسي؟
- هل يمكن الاتفاق على أن الدعم النفسي ضرورة مجتمعية؟

### مفهوم الدعم النفسي (المساندة النفسية)

يتمثل الدعم النفسي (أو المساندة النفسية) في أساليب المساعدة المختلفة التي يتلقاها الفرد من الآخرين، كتقديم الرعاية والاهتمام والتوجيه والنصح والتشجيع في كافة مواقف الحياة،

والتي تشبع حاجته المادية والروحية للقبول والحب والشعور بالأمان فتجعله يثق بنفسه وهو ما يزيد من كفاءته الاجتماعية. وقد يأخذ الدعم النفسي شكلاً مادياً مثل المكافآت العينية أو معنوياً قد يكون في أبسط الصور كالإطراء أو التشجيع أو التقدير.

وقد تم تقسيمه لأشكال عدة فقد يكون دعماً انفعالياً (الرعاية والثقة والتجاوب)، أو يكون دعماً بالمعلومات (بإعطاء الفرد معلومات تعليمية أو مهارات تساعده في حل المشكلات)، أو يتم الدعم بشكل أدائي (كالمساندة في العمل أو المساعدة المالية)، أو يكون دعماً بالتقدير (بأن ننقل للآخرين أنهم ذو قيمة لذواتهم أي دعماً نفسياً).

إذاً مفهوم الدعم النفسي ما هو إلا تقديم يد المساعدة من فرد أو جماعة أو من جماعة إلى فرد لتخطي آثار ما يتعرضون له من كوارث وأزمات، وإن الدعم النفسي يأخذ عدة أشكال منها الدعم النفسي المادي أو الدعم المعنوي.

وإن الدعم النفسي يكون ناجحاً وأكثر تأثيراً إذا توافرت فيه الشروط التالية:

- 1- أن يقدم هذا الدعم في فترة زمنية قصيرة من حدوث الاستجابة الصادرة عن الشخص، أن يكون سريعاً ولا يتأخر.
- 2- ملائمة الدعم النفسي المقدم لحاجة من يطلبه أو يحتاجه.
- 3- أن يكون الدعم النفسي متنوعاً ويأخذ أكثر من شكل.
- 4- يفضل أن يكون الدعم النفسي غير متوقع.
- 5- أن يتناسب الدعم النفسي طردياً مع السلوك المرغوب المراد تدعيمه.

### مصادر الدعم النفسي

- قد يأتي الدعم النفسي من الآخرين أو من الشخص نفسه أي تدعيم داخلي، بمعنى الدعم الذاتي والذي يكون في أغلب الأحيان أكبر أثراً من الدعم الخارجي من الآخرين.
- أما الدعم من الآخرين (الدعم الخارجي) فقد يكون من جماعة أو مؤسسة ما ينتمي إليها الفرد أو من معلم لتلاميذه، أو من مدير لمروؤسيه، أو من زميل أو صديق أو قريب، وحينئذ يعد الدعم أو المساندة علامة على الاندماج وقوة العلاقة بين مقدم الدعم ومتلقيه.

- وتقوم كثير من المنظمات والجمعيات المحلية أو الاقليمية أو الدولية بتقديم الدعم النفسي في حالات الحروب والأزمات العالمية، ومن أهم هذه المنظمات منظمة اليونيسيف.

### أثر الدعم النفسي

- إن إدراك الفرد للدعم من أسرته أو أقرانه أو المحيطين به له تأثير مباشر على الذات، حيث يزيد من تقدير الفرد ذاته والثقة بها. كما أن له تأثيراً مباشراً على صحة الفرد النفسية، وأثبتت العديد من الدراسات أن له أيضاً دوراً إيجابياً ومباشراً في مواجهة ضغوط الحياة المتعددة، كما توصلت دراسات عدة إلى دوره في تخفيف مشاعر القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة، بالإضافة إلى كونه مصدراً مهماً من مصادر الأمن النفسي.
- وللدعم النفسي آثار إيجابية على الاقتصاد القومي حيث يؤدي إلى الصحة البدنية والنفسية وارتفاع تقدير الذات وتخفيف الاحساس بالمرض مما يساعد على التوافق المدرسي والتحصيل الأكاديمي والذي ينعكس على رفع إنتاجية الموارد البشرية اللازمة للإنتاج وما يصاحب ذلك من تقدم الاقتصاد القومي.
- وللدعم النفسي دور وقائي يظهر في تخفيف أثر الأحداث الضاغطة، والحماية من الإصابة ببعض الأمراض كالاكتئاب .. وغيره.

### الفئات الأكثر احتياجاً للدعم والمساندة النفسية

في البداية لابد من إقرار أن جميع الأفراد والجماعات على اختلافهم في حاجة دائمة ومستمرة للدعم النفسي والمساندة، حيث لا نستطيع القول أن هناك من لا يحتاج هذا الدعم بشكل ما أو بآخر، ولكننا في ظل ظروف مجتمعية راهنة في مصر يمكننا بلا شك تحديد أو إلقاء الضوء على بعض الفئات الأكثر احتياجاً إلى هذا الدعم في الوقت الراهن، وقد يختلف ترتيب تلك الفئات من حيث أولوية الحاجة إلى الدعم النفسي باختلاف المجتمعات ودرجة التطور الاقتصادي والاجتماعي واختلاف أنواع الصدمات والأزمات.

### 1- الفقراء والمهمشون :

تعد فئة الفقراء من أكثر الفئات المجتمعية احتياجاً للدعم النفسي والمساندة في ظل ما يعانيه من ضغوط اقتصادية واجتماعية ونفسية، ولذا يتحتم علينا اتخاذ العديد من الإجراءات الداعمة

لهم على مختلف المستويات - وبخاصة الدعم النفسي - ومن أهم هذه الإجراءات دعمه ليُشعر بتقديره لذاته وأنه لا ينتقص من قدره كونه فقيراً أو محتاجاً للدعم الاقتصادي، وأن هناك مساواة إنسانية تجمعنا جميعاً في الحقوق والواجبات، ولا بد وأن يتم ذلك على جميع المستويات في المدارس وفي الجامعة وفي تقديم الخدمات والمصالح العامة وفي فرصه لاحتلال المناصب العليا والقيادية، مع أهمية دور الإعلام فعليه أن يقدم صورة تعبر عن الفقير بشكل يحمل له التقدير والاحترام وأن يتجنب التركيز على حياة الطبقات العليا من المجتمع بصورة تستفز الفقراء وتجعلهم يشعرون بالدونية كذلك الدور المحوري للدولة فيما يتعلق ببرامج الحماية الاجتماعية المختلفة.

## 2- الشباب

أما الشباب فهم بناء المستقبل وإن لم يتم تقديم الدعم والمساندة اللازمة لهم في تلك المرحلة العمرية فتكون النتيجة هي خروج أجيال تتسم بالضعف وتشعر بالدونية وعدم القدرة على تحمل المسؤولية والعمل الجاد، مما سيترتب عليه مزيد من البطالة والفقر والامية ... وغيرها من المشكلات المجتمعية. وتشارك في تقديم الدعم النفسي والمساندة للشباب العديد من الجهات بداية من الأسرة التي يجب أن تراقب اتجاهاته ومعتقداته ومساره دون المساس بشعوره بالمسؤولية وبالاستقلالية والقدرة على تحمل المسؤولية. كما يقع على عاتق الجامعة والأساتذة عبء كبير في تقديم الدعم النفسي لطلابها من خلال البرامج التي تعمل على بناء شخصياتهم ووعيهم، والعمل على إعادة ارتباطهم واندماجهم بالمجتمع المحيط بعيداً عن العزلة في مجتمع افتراضي. كما تشارك الدولة بمختلف مؤسساتها وبخاصة المؤسسة الدينية والإعلامية والجهات المعنية بالشباب في تقديم هذا الدعم، على أن يتم ذلك وفق تخطيط واضح وبأساليب وأدوار محددة، وتتأكد أهمية هذا الدور في الحد من اعتناق الشباب المبادئ الهدامة من تطرف وإرهاب وشنود.

## 3- أصحاب الهمم أو ما يعرف بذوي الاحتياجات الخاصة (\*)

لاشك أن فئة أصحاب الهمم من أهم الفئات المجتمعية التي تحتاج بشكل مستمر ومتواصل إلى مزيد من الدعم النفسي والمساندة منذ مرحلة الطفولة، فهم في حاجة مستمرة للشعور بتقدير الذات والعمل على نقاط القوة في الشخصية، حتى يتمكنوا من مواجهة المجتمع الخارجي والتوافق مع الصعوبات الجمة التي تواجههم في سبيل الحياة بشكل طبيعي وتحقيق

(\*) هناك اتجاه قوى لتغيير مسمى ذوي الاحتياجات الخاصة إلى أصحاب الهمم.

ذواتهم. كما يحتاجون إلى المساندة في اكتشاف مواهبهم الخاصة وتنميتها، وفي سبيل ذلك علينا العمل في اتجاهين: الأول هو تدريب كل من يتعامل معهم بصفة رسمية كالمعلم على سبيل المثال تدريباً يؤهله لتقديم المساندة والدعم النفسي لهم في شكله الصحيح، والاتجاه الثاني: هو تقديم التوعية إلى الجماعات المحيطة باستخدام مختلف الوسائل الإعلامية والثقافية بما يجعلنا مجتمعاً واع باحتياجات تلك الفئة من الأفراد وكيفية دعمهم ومساندتهم. ومن الجدير بالذكر أن اليونيسيف قدرت عدد الأطفال الذين يعانون بشكل ما من أشكال الإعاقة في العالم بنحو 450 مليون طفل منهم 80% من سكان العالم الثالث بسبب سوء التغذية وقلة الوعي الصحي والنفسي والاجتماعي متوقعة ارتفاع هذا العدد خلال الأعوام القادمة.

وتشير تقارير الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء عام 1996 إلى أن هناك أكثر من 2 مليون شخص ذوي إعاقة وهو ما يمثل حوالى 3,4% من إجمالي السكان في ذلك الوقت، نصفهم تقريباً من الأطفال (45%) أقل من 18 سنة، وأن الذين يحصلون على خدمة منتظمة لا يتعدى نسبة 1%، وأن الإعاقة العقلية تمثل مركز الثقل كنسبة من ذوي الإعاقة ككل تصل إلى حوالى 73% يليها الإعاقة الحركية بنسبة 14,5% ثم البصرية والسمعية بنسبة 12,5%.

#### 4- الموهوبون والمبتكرون

لا يتمكن الفرد الذي يمتلك موهبة ما أو يمتلك قدرة خاصة على الإبداع والابتكار من تنمية ما يمتلكه دون مساعدة المحيطين به. ويعد الدعم النفسي من أهم وسائل رعاية تلك الفئة، وهي إحدى الفئات التي تواجه العديد من الصعوبات في مجتمعنا المصري، ولا يتمكن سوى القليل من رعاية موهبته أو إبداعاته. أما عن كيفية تقديم الدعم النفسي لتلك الفئة فلا بد وأن تتمحور حول شعور الفرد بقيمة ما يمتلكه من موهبة أو قدرة خاصة، ومساندته في الشعور بقدرته على تحقيق التميز والإبداع وتنمية تلك الموهبة، وأنه يختلف عن الآخرين ويبدأ تقديم مثل هذا الدعم النفسي غالباً من الأسرة بالدرجة الأولى ويشترك معها العديد من المحيطين والمؤثرين في حياة الفرد كالمعلم على سبيل المثال، أو المعنيين بالأمر من الجهات المنوط بها تقديم الرعاية لتلك الفئة من الأفراد، ويشترط لنجاح الدعم النفسي هنا أن يكون مستمراً مبنياً بشكل أساسي على الثقة بالذات والتركيز على نقاط القوة في الفرد، هذا بالإضافة لتبني مبتكراتهم وإبداعاتهم عن طريق المصانع والمؤسسات الثقافية والإبداعية.

## 6- الخارجون عن القانون والنظام الاجتماعي

هناك مفهوم مرتبط دائماً بمن يرتكب جريمة أو يخرج عن النظم والأعراف الاجتماعية بشكل ما أو بآخر، وهو أنه لا سبيل لتعديل سلوك أو مسار هذا الفرد إلا بفرض العقاب عليه سواء عقاب قانوني أو العقاب المجتمعي بأشكاله كالنبذ أو النظرة الدونية، في حين أن هناك العديد من الدراسات والتجارب أثبتت أن تقديم الدعم النفسي لمثل هؤلاء الأفراد يأتي بنتائج إيجابية في تعديل سلوكه ورجوعه للصواب بشكل فعال عند المقارنة بالأسلوب العقابي فقط. وعليه فقط حان الوقت لتغيير ذلك المفهوم، والبدء في تقديم دعم ومسانده نفسية لهؤلاء الأفراد في شكل ممنهج ومخطط له، ولا يعنى هذا التخلي عن الأسلوب العقابي، ولكن يمكننا الدمج بين الأسلوبين لضمان عودة الفرد إلى المسار الملائم لأعراف المجتمع ونظامه.

## 7- كبار السن

يشار عادة إلى فئة كبار السن بأنها شريحة من يبلغون 65 سنة فأكثر، ولكن دعنا نعتبرها شريحة عمرية من 60 سنة فأكثر وهو سن التقاعد وحتى يمكن ربط ذلك بما يقدم لهذه الفئة من خدمات (معاشات - رعاية مسنين ... الخ) .

تعاني هذه الشريحة العمرية (جزء من أفرادها بالتحديد) من علل وأمراض منها ما هو طارئ أو ما قد يأتي نتيجة لتغيرات عضوية كأمراض القلب والشرايين ... الخ. مما يؤدي إلى اختلال في توازن المسن مع ظروف حياته حيث يشعره ذلك بالقلق وأحياناً بالاكتئاب مما يستدعى دعماً نفسياً له ولمن حوله الذين يقومون على رعايتهم .

وتشير نتائج تعداد 2017 إلى وصول أعداد المصريين داخل جمهورية مصر العربية إلى 94798827 نسمة بزيادة قدرها 30,6% عن عددهم في تعداد 2006 (حيث وصل عدد السكان إلى 72713352 نسمة)، وأن 6,7% من السكان في تعداد 2017 هم من فئة 60 سنة فأكثر بينما كانت 6% في تعداد 2006. أي أن أعداد المسنين الآن في مصر وصلت إلى حوالى 6,4 مليون نسمة في تعداد 2017 ، مما يؤكد أن الاحتياج إلى الدعم النفسي لهذه الفئة في تزايد مستمر عن طريق محاولة دمجهم في أنشطة أو عمل يستطيعون ممارسته دون مشقة. وعلى الجهات المنوط بها رعايتهم وخاصة لمن لا يمتلكون أسراً، إنشاء المزيد من دور الرعاية المؤهلة لرعايتهم جسدياً ونفسياً والنوادي النهارية، وتدريب الكوادر النفسية المتخصصة والمؤهلة لرعايتهم ودعمهم نفسياً.



## 8- فئات أخرى تحتاج إلى الدعم النفسي

ومن الممكن إضافة بعض فئات أخرى إلى من يحتاجون إلى الدعم النفسي مثل المطلقات وخاصة منهم القاصرات اللاتي تزوجن في سن مبكرة وتم طلاقهن حيث أن هناك 35 حالة طلاق من كل 1000 حالة زواج لهذه الفئة العمرية مما يستدعي تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأسر المفككة نتيجة حدوث الطلاق وخاصة للمرأة والأطفال، وضرورة وضع الحلول السريعة الشاملة لكافة النواحي النفسية والاجتماعية والاقتصادية للحفاظ على البناء الاجتماعي للدولة.

ومن الأهمية بمكان عدم الاقتصار على الدعم النفسي والاجتماعي وتجاهل الدعم الصحي حيث أنهما يعتبران وجهان لعملة واحدة.

فالدعم الصحي يشعر الإنسان بعافيته مما يؤدي إلى انطلاقه مما يمكنه من التكيف مع الضغوط النفسية في الحياة. ويكون بالتالي قادراً على المساهمة في بناء وتقديم المجتمع. ومما يذكر أنه قد تم لأول مرة عام 1944 القانون الذي يتعرض لجانب الصحة النفسية في الأحوال الجنائية بجانب الوسائل العقابية، كما أنشئت الأمانة العامة للصحة النفسية بوزارة الصحة عام 1998، بالإضافة إلى تشكيل المجلس القومي للصحة النفسية عام 2010.

ومما يؤكد ضرورة الاهتمام بالدعم الصحي للمواطنين نذكر هذه الأرقام:

- يوجد في مصر طبيب نفسى لكل مائة ألف نسمة، وعلى مستوى العالم يوجد اثنان لكل مائة ألف نسمة.
- عدد الأسرة للعلاج النفسي .. يوجد خمسة أسرة لكل مائة ألف نسمة، في حين يوجد اثنان وعشرون سرير على مستوى العالم لكل مائة ألف نسمة، ويرتفع إلى خمسين سريراً في الدول المتقدمة.
- أما عن الإنفاق على الصحة النفسية في ميزانية الصحة العامة نجده متدنياً، حيث يصل إلى 3% في الدول المتقدمة، و1% في الدول النامية أو متوسطة الدخل ومنها مصر.
- وعن عدد العاملين في مجال الصحة النفسية "أي الفريق الذى يقوم بالصحة النفسية"، نجد أن متوسط عدد العاملين حوالى عشرة عاملين لكل مائة ألف نسمة على مستوى العالم، ويتفاوت ما بين الدول المتقدمة النامية، حيث يصل في الدول

النامية إلى أقل من عاملين لكل مائة ألف نسمة بينما يصل إلى خمسين عامل لكل مائة ألف نسمة.

وتوصل الحاضرون بعد المناقشات الي أهم النتائج ومنها:

(1) أن طبيعة العصر الراهن تفرض علينا العديد من الضغوط الاقتصادية والاجتماعية والنفسية، وذلك نتيجة للأحداث المتسارعة والمتلاحقة المحيطة بنا، مما يتطلب أن يتلائم الدعم النفسي (المساندة النفسية) المقدم للفرد أو للجماعة مع طبيعة هذا العصر، فلا بد أن يكون متلاحقاً ومواكباً للأحداث التي يعايشها الفرد سواء على المستوى الأسري أو على المستويات الجماعية الأكبر.

(2) إن الإعلام الذي أصبح من أهم مصادر الوعي والتأثير بشكل مباشر وغير مباشر، ينبغي أن يكون مصدراً أساسياً للدعم النفسي والمساندة لمختلف فئات المجتمع بشكل مخطط ومدروس، والابتعاد عن تقديم الدراما والفن الهابط الذي يقدم قيماً مغلوطة وصوراً مشوهة لنماذج سيئة.

(3) إن الدعم والمساندة النفسية أصبحت مطلباً ملحاً في وقتنا الراهن الذي أصبحت فيه الضغوط النفسية والأحداث الضاغطة ملمحاً أساسياً من ملامحه، ومن هنا فإن ترسيخ المفهوم والعمل على وضعه بالاعتبار في تنمية المجتمع من شأنه تحقيق طاقة إيجابية بين المصريين. ويشترك في تحقيق ذلك العديد من الجهات والمؤسسات التربوية والدينية والإعلامية تأتي في مقدمتها الأسرة باعتبارها المؤسسة الأولى بتقديم الدعم النفسي والمساندة لأفرادها.

كما أكد المشاركون على أن الدعم النفسي ينبغي أن يقدم في الحالات أو الأحداث التي تسبب الصدمات النفسية مثل :

- الأمراض الخطيرة أو المميتة كالسرطان .
- النزعات والحروب والقتال والتدمير مثل الحروب.
- الكوارث الطبيعية كالزلازل والفيضانات.
- محاولات الاعتداء والضرب والاعتصاب.
- حوادث السير .

## ومن أهم توصيات اللقاء:

- (1) تنظيم برامج متخصصة في الدعم النفسي للعاملين في قطاع الإعلام، حتى يكون معدو البرامج الإعلامية ومقدموها على دراسة بالأساليب الإرشادية التي يمكن بها تفعيل الوسائط الإعلامية في خدمة المجتمع وقضاياها.
- (2) الاهتمام ببرامج التدخل الوقائي بدءاً من الطفولة لوقايتهم من احتمالات مخاطر التعرض لاضطرابات نفسية أو سلوكية في مرحلة الشباب.
- (3) الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة، انطلاقاً من أن تقدم الأمة يعنى الاهتمام بكل أفراد المجتمع، وأن برامج الدعم النفسي وإعادة التأهيل تسهم في إبراز إمكاناتهم الكامنة وتتيح لهم الفرصة للمساهمة الفعالة في المجتمع.
- (4) إعداد خطة للتوسع في إنشاء مراكز للدعم النفسي في مؤسسات التعليم الجامعي وما قبل الجامعي، وأن تتضمن هذه المراكز وحدات أو أقسام للإرشاد النفسي والمهني، وأن تعد برامج إرشادية ودورات تدريبية متخصصة في هذه المجالات.
- (5) ضرورة قيام المؤسسات الدينية والتعليمية بدورها في تقديم برامج الدعم النفسي التي تساعد على بناء الشخصية بشكل سليم وتعيد الارتباط بالمجتمع، على أن يتم ذلك وفق تخطيط جيد وبأساليب وأدوار محددة.
- (6) تدريب الفئات التي يكثر تعاملها مع المصابين بالصدمة النفسية مثل التمريض في المستشفيات والأطباء، ورجال الدفاع المدني...ألخ على سبل وآليات الدعم النفسي والاجتماعي أو (الإسعافات النفسية الأولية).

وأخيراً من المهم أن ننتبه إلى أننا يمكن أن نتعرض للصدمة النفسية من مشاهدة الحوادث والكوارث التي تقع ولو لم نكن نحن الضحية أو طرفاً في الحادثة بشكل أو بآخر. ومن هنا نعتبر أن الدعم النفسي الاجتماعي والصحي مطلباً وحاجة ضرورية ملحة للمجتمع والأفراد .