

மனநல பிரச்சினைகளை கொண்ட நபர்கள் நம்பமுடியாதவர்களாகவும் தொழிலை தொடர முடியாதவர்களாகவும் கருதப்படுகின்றார்கள்



மனநல பிரச்சினைகள் தீய சக்தியின் விளைவாகும். ஆன்மிகத்தினுடாக குணப்படுத்த முடியும்



மனநல பிரச்சினையுடன் வாழும் பெரும்பாலானவர்கள் சமூகத்தில் மிக முக்கிய உறுப்பினர்களாக இருக்கின்றார்கள். இவர்கள் வெற்றிகரமாக வேலைகளை சமாளிக்கக் கூடியவர்களாக இருப்பதோடு, தொழில் வாழ்வுக்களை நல்ல முறையில் தொடர்ந்து, நல்ல குடும்ப வாழ்க்கையையும் நடத்துகின்றார்கள். மனநல பிரச்சினையானது குணப்படுத்தக்கூடியதொன்றாகும். அதன் மூலம் தனிநபர்கள் வாழ்க்கையை வெற்றிகரமாகவும், திருப்திகரமாகவும் வாழலாம்.

மனநல பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதற்கு மரபியல், மன அழுத்தம் போன்ற வாழ்க்கை முறைகள் மற்றும் துகழ்பிரயோகம் போன்ற வாழ்க்கை அனுபவங்களும் இதற்கு காரணமாக அமையலாம். பெரும்பாலான தென் கிழக்கு ஆசிய நாடுகள் மன நல பிரச்சினையானது தீய சக்திகளினால் ஏற்படும் எனவும் அவற்றை ஆன்மீகவாதிகளால் குணப்படுத்த முடியும் எனவும் நம்புகின்றனர். மருத்துவ ஆலோசனைகளை பெற முன் இவ்வாறான நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடல் வைத்திய ரீதியிலான சிகிச்சையில்/ உளவள ஆலோசனையில் பின்னடைவை ஏற்படுத்தும். இதனால் குணமடைதலும் தாமதமாகும்.

உள ஆரோக்கியம்

தொடர்பான

கற்பனைகள்/கட்டுக்கதைகள்



பிள்ளைகள் உளவியல் ரீதியிலான பிரச்சினைகளால் பாதிப்படைமாட்டார்கள்.

பிள்ளைகளும், பெரியவர்கள் போல் உளவியல் ரீதியிலான பிரச்சினைகளால் பாதிப்படையலாம். பெரும்பாலும் உளநல பிரச்சினைகளை கொண்ட பிள்ளைகள் தங்கள் பெற்றோர்களாலும் ஆசிரியர்களாலும் தவறாக புரிந்து கொள்ளப்படுவார்கள். இவர்கள் பாடசாலையில் சிரமங்களை எதிர்நோக்குவதன் மூலம் மேலும் பாதிப்புக்குள்ளாகிறார்கள்.

“சமூக ஆரோக்கியத்திற்கான சேவை”

யாழ்ப்பாணம்	021 - 2261122
முல்லைத்தீவு	021 - 2290188
மன்னார்	023 - 2251858
கிளிநொச்சி	021 - 2283878
வவுனியா	024 - 2052144
கொழும்பு	011 - 2580166



இத் திட்டத்திற்கான நிதியுதவி ஐரோப்பிய ஒன்றியத்தால் வழங்கப்படுகின்றது

குடும்ப புனரமைப்பு நிலையத்தால் நடைமுறைப்படுத்தப்படும் செயற்திட்டம்



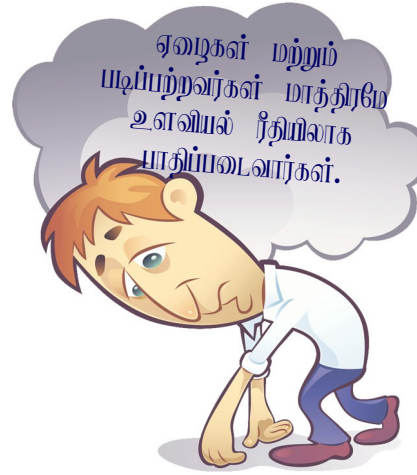
ஒரு தனி நபரின் ஆளுமையின் பலவீனமே உளவியல் ரீதியிலான பாதிப்பு என நான் நினைக்கின்றேன்.

இல்லை... உளவியல் ரீதியிலான பாதிப்பு என்பது ஒரு தனி நபரின் ஆளுமையின் பலவீனமல்ல. இப்பாதிப்பானது வெரும்பாலான மக்களின் வாழ்க்கையில் ஏதாவது ஒரு கட்டத்தில் ஏற்படக்கூடும். வயது, கல்வி, சமூக பின்னணி என்ற அடிப்படை இல்லாமல் எந்த ஒரு தனிநபரும் உளவியல் ரீதியிலாகப் பாதிக்கப்படலாம்.

உளவியல் ரீதியிலாக பாதிக்கப்பட்டவர்களை ஒருபோதும் குணப்படுத்த முடியாது.

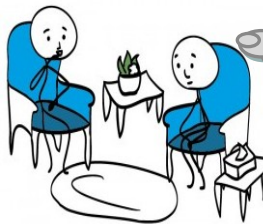


உளவியல் ரீதியிலாக பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மீண்டும் நல் நிலையை அடைய முடியும். சிகிச்சை முறையினை சரியாக கடைபிடிப்பவர்களில் வெரும்பாலானவர்கள் இப்பிரச்சினையிலிருந்து முழுமையாக குணமடையலாம் அல்லது அதனை கையாடும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ளலாம். இதனுடாக நிறைவான வாழ்க்கையை நடத்துவதோடு சமூகத்திலும் மதிப்புமிக்க உறுப்பினராக வாழ முடியும்.



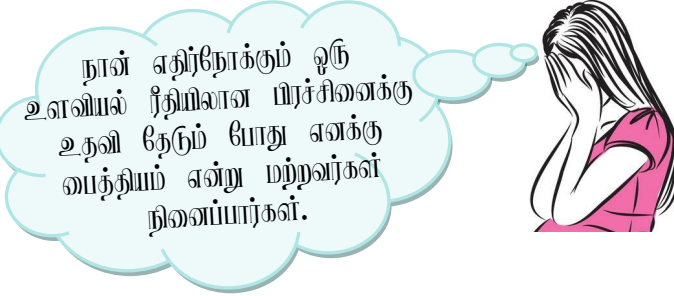
ஏழைகள் மற்றும் யடிப்பற்றவர்கள் மாத்திரமே உளவியல் ரீதியிலாக பாதிப்படைவார்கள்.

எந்தவொரு நபரும் தங்கள் வாழ்க்கையில் எந்நேரத்திலும் உளவியல் ரீதியிலாக பாதிக்கப்படலாம். உடல் மற்றும் உளவியல் பிரச்சினைகள் வயது, மொருளாதார பின்னணி மற்றும் கல்வி என்பவற்றை சாராமல் எந்தவொரு நபரையும் பாதிக்கலாம். இருப்பினும், இப்பாதிப்பை தடுப்பதற்கும் இதிலிருந்து வெளிவரவும் உள ஆரோக்கியம் தொடர்பான விழிப்புணர்வு உதவியாக அமையும்.



உளவள ஆலோசனை பிரயோஜனமற்றது. அது நேரத்தை வீணடிக்கும் செயலாகும்.

உளவள ஆலோசனை என்பது உள ரீதியிலான பாதிப்பிலிருந்து வெளிவர மிகவும் உதவியாக இருக்கும். மருத்துவ ரீதியிலான சிகிச்சையை அளிப்பதோடு உளவள ஆலோசனையையும் வழங்குவதன் மூலம் முழுமையான மற்றும் நீண்டகால, நிரந்தர மாற்றங்களை இதனுடாக கொண்டு வரலாம்.



நான் எதிர்நோக்கும் ஒரு உளவியல் ரீதியிலான பிரச்சினைக்கு உதவி தேடும் போது எனக்கு பைத்தியம் என்று மற்றவர்கள் நினைப்பார்கள்.

மன ஆரோக்கியத்துக்கான உதவி மற்றும் ஆதரவு தேடுவது உங்களிடமுள்ள பலத்திற்கான அடையாளமாகும். அத்துடன், ஆரம்ப கட்டத்திலேயே இதனை அறிந்து கொண்டால், சிறந்த மற்றும் விரைவான மீட்டிங்கு வழிவகுக்கும் என்பது குறிப்பிடத்தக்க நன்மையாகும்.



மனநல பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்கும் நபர்கள் வன்முறையாளர்களாகவும் கணிக்க இயலாதவர்களாகவும் இருக்கிறார்கள்.

மனநல பிரச்சினைகளை கொண்ட நபர்கள் வன்முறையாளர்களாக இருப்பது அரிது. மனநல சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சினைகளுடன் வாழும்வர்களில் 3%-5% நபர்கள் மாத்திரமே வன்முறை ரீதியிலான செயற்பாட்டில் ஈடுபடுபடுவதாக அனுமானிக்கலாம். ஒருசில நபர்களால் பரப்பப்படும் பிழையான தகவல்கள் இவ்வாறான பிழையான கருத்துக்கள் உருவாக காரணமாய் அமைகின்றது.

