

تقدم هذه الصفحة ملخصاً للمعلومات حول CAMHS خدمات الصحة النفسية للأطفال والمراهقين، للأشخاص الذين يتكلمون اللغة العربية. إذا كان لديك أية أسئلة أو استفسارات إضافية، يرجى الاتصال بخدمة CAMHS المحلية.

إذا كنت بحاجة لخدمات الترجمة للغة الإنجليزية، يمكنك موظفي CAMHS تأمين مترجم للمساعدة.

ماهي خدمات الصحة النفسية للأطفال والمراهقين؟

ترمز CAMHS إلى الخدمات الصحية النفسية للأطفال والمراهقين، ندماً لأطفال والشباب (الذين تتراوح أعمارهم بين 0-18) وأولياء أمورهم. فريق العمل الذي يعمل في CAMHS لديهم مهاراتهم وخبراتهم يقدم أنواعاً مختلفة من الدعم بناءً على احتياجات الأطفال وعائلاتهم.

كما يقوم بمقابلة الشباب بشكل فردي أو جنباً إلى جنب مع عائلاتهم.

ما هو المقصود بالصحة النفسية؟

عندما تشعر بشكل جيد في عقلك والجسد والروح، وتتم الأمور علمياً مرفحاً في حياتنا اليومية، يمكنك القول أننا في صحة نفسية جيدة.

مشاكل الصحة النفسية يمكن أن تنتشر إلى عيوب في التفكير الإنساني، إحساسه وتواصله بالأشياء خاصة الآخر ينو لها تأثيراً على الحياة اليومية. هذا لأننا وعائلتنا يمكن أن نخبر من قبلنا شخصاً، أيًا كان عمره أو عرقه أو دينه أو مكانه. أحياناً يمكن أن نطور عندما يحدث شيء من الصدمة، أو التوتر المفرط.

في بعض الأحيان، ومع مرور الوقت تنمو الضغوط الصغيرة وتشتد. ويمكن أن تحدث لأشخاص وعائلاتهم ليس لديهم الكثير من الدعم لمساعدتها على إدارة المشاكل التي تتعرض لها. وفي أوقات أخرى يكون معرفة سبب نشوء هذه المشاكل غير واضح.

لدى الناس أفكار ومعتقدات مختلفة حول الصحة النفسية، CAMHS تحترم هذا، وسوف نعمل معكم من أجل دعم عائلتكم.

ما أنواع المشاكل التي يمكن ل CAMHS المساعدة فيها؟

مساعدة الأطفال والشباب والآباء والأمهات الذين يعانون من مجموعة من المشاكل. أحياناً الأطفال / الشباب الذين يقومون بزيارة تالديهم مشاكل في المنزل مع أسرهم، وفي المدرسة، أو مع أصدقائهم. ويشعر البعض بتدني المزاج، والتوتر والقلق الشديد.

قد يواجه البعض صعوبة في التأقلم وإدارة الغضب. قد يجد آخرون صعوبة في التركيز، أو صعوبة في تكوين صداقات. البعض لديهم مشكلات في التواصل أو سماع الأشياء التي لا يراها أشخاص آخرون. في حين أنهم من الطبيعي المروور ببعض هذه المشاكل لفترة من الوقت، لكن، إذا كانت هذه المشاكل بدأت بالسيطرة على الحياة اليومية فإنها تحتاج إلى بعض الدعم الإضافي. في بعض الأحيان يجد الشباب صعوبة في التأقلم، وقد يحاولون إيذاء أنفسهم أو يبدؤون بالتفكير بأنهم لا يريدون العيش بعد الآن. في هذه الحالة، يمكن مساعدة هؤلاء الشباب على التخلص من هذه الأفكار والمشاعر.

إذا كنت أنت أو أياً شخصاً تهدي أفكار حول إيذاء نفسك أو إنهاء حياتهم من أجل التخلص من المشاكل التي تواجهها. في حالة الطوارئ يجب أن تطلب طبيبك العمومي أو اذهب إلى قسم الحوادث والطوارئ في مستشفى محلية.

جميع المشاكل المذكورة هنا يمكن أن تكون مثيراً لقلق الأطفال / الشباب وأسرها. CAMHS هنا للمساعدة والأسر على فهم المشاكل وإيجاد طرقاً إيجابية للتحرك إلى الأمام. CAMHS ليست كخدمات اجتماعية. سننقي الشخص الذي يحاكم على علم ما يحدث، إلا إذا أصبح لدينا مخاوف أنك أو شخص آخر قد يصاب بأذى، كل ما نتحدث عنه سيقسري، وهذا يعني أننا لن نشارك تفاصيل المشاكل الخاصة بك ما لم يوافق شخصاً آخر إلا إذا أعطيتنا الإذن. نحن هنا لدعمكم.

كيف يمكننا الحصول على دعم CAMHS؟

يتحدث معظم الناس إلى طبيبيهم أو المدرسة أو المهنيين المشاركين في مجال رعاية أطفالهم عن المشاكل التي يعاني منها الطفل والأسرة. هذا الشخص المتحدث إليهم سلسالة إلى CAMHS. بعض عيادات CAMHS تقبل الإحالة الذاتية (وهذا يعني أنك والد/الوالدين/ الشابات تصل عيادة CAMHS بشكل مباشر من أجل موعد) الفريق في CAMHS يناقش كل الحالات. سوف نتصل بك مباشرة لنقدم لكم موعداً. إذا كنا نعتقد أننا سوف نكون غير قادرين على مساعدة طفلك أو الأسرة، سوف نتصل بك أو بالشخص الذي كان نشرحاً لأسباب.

ماذا يحدث في الموعد الأول؟

في الموعد الأول سوف نسأل بعض الأسئلة لمساعدتنا على فهمك وفهم احتياجات طفلك بشكل أفضل، مثل "ما هي الصعوبات التي يعاني منها طفلك؟"، متى بدأت؟ ما هو الشيء الذي يجعل الأمور تزداد سوءاً؟ ما مشاكل الحياة المنزلية / المدرسية؟ "ما الذي أملكه في تغييره؟" بعضنا سيشعر ونبعض التوتر قبل الموعد الأول في CAMHS نحن نتفهم هذا، وسوف نستعمل البنية أسئلة واستفسارات لديك. إذا كنت غير مرتاح بالتكلم باللغة الانكليزية (حتى إذا كان طفلك يتكلم الانكليزية) يمكننا أن نؤمن بوجود مترجم وقت الموعد.

ماذا يحدث بعد الموعد الأول؟

CAMHS سوف تستخدم المعلومات التي نقتضيها اجتماعاتنا الأولى لتساعدنا على فهم مسببات المشاكل التي وصفتها والتفكير معك حول نوع المساعدة التي يمكننا تقديمها.