

نحو تفعيل خدمات الصحة النفسية في دولة قطر

د. نورة لاري، أ.د. أروكياسامي بيرياناياغم، علياء المعاضيد¹، نور العمادي

¹معهد الدوحة للدراسات العليا

يعرض ملخص السياسات نتائج قضايا الصحة النفسية للشباب والذي أجري كجزء من مسح الشباب القطري، بهدف فهم تصورات الشباب حول صحتهم النفسية. تسلط النتائج الضوء على احتياجات الشباب وتفضيلاتهم للحصول على معلومات حول الصحة النفسية، بالإضافة إلى كيفية تحسين نظام الرعاية الصحية النفسية في دولة قطر. تعد هذه النتائج بمثابة فرصة لمناقشة مدى جاهزية نظام الرعاية الصحية النفسية في دولة قطر، حيث ينبغي على صناع القرار في برامج الصحة النفسية الأخذ بعين الاعتبار التحديات المجتمعية وسبل تقديم الخدمات بالتنسيق مع فرق العمل في مجال الصحة النفسية، والآثار الاقتصادية والاجتماعية للذين تم تشخيصهم بالأمراض النفسية من الشباب في دولة قطر.

و29 عامًا. حيث تم طرح بعض الاستفسارات حول قضايا تتعلق بصحتهم النفسية وجودة حياتهم. يسلط موجز السياسات الضوء على نتائج المشروع في المواضيع التالية: التصورات العامة حول الصحة النفسية، ومصادر الوصول إلى خدمات الصحة النفسية.

التصورات العامة عن الصحة النفسية

يتضمن مفهوم جودة الحياة أبعاد متعددة، ويشمل الرفاه البدني والمادي والاجتماعي والعاطفي. ويعد فهم قضايا الصحة النفسية وتأثيرها على رفاه الأفراد أمراً حيوياً لتحقيق جودة حياة جيدة. حيث أفادت الاستراتيجية الوطنية للصحة (2018 – 2022) بقلّة وعي العامة بقضايا الصحة النفسية في قطر¹. وبالتالي، طُلب من المستجيبين تقييم أهمية معرفة المزيد عن الصحة النفسية، حيث أجاب 99% منهم بأهمية الإلمام بمواضيع الصحة النفسية.

كما طُلب أيضاً من المستجيبين تقييم مستوى صحتهم النفسية على مقياس من أربع درجات: "جيد جداً"، "جيد"، "مقبول"، أو "ضعيف". أجاب 57% من المستجيبين بـ"جيد جداً"، و12% "مقبول"، وأجاب 3% فقط بـ"ضعيف". حيث تظهر النتائج أن حوالي 15% من المستجيبين الذين أجابوا بأن صحتهم النفسية مقبولة أو ضعيفة قد يعانون من مشاكل في صحتهم النفسية. كما تظهر النتائج أن معظم الإناث (89%) يوافقن على أن

أولت دولة قطر درجة عالية من الاهتمام بنظام رعاية الصحة النفسية خلال العقد الماضي، بدءاً من إطلاق الاستراتيجية الوطنية الأولى للصحة النفسية (2013–2018)، والتي تم دمجها بعد ذلك في إطار الصحة النفسية والرفاه (2019–2022).¹ أشارت وزارة الصحة العامة إلى أن الاستراتيجية الوطنية قد نفذت أكثر من عشرة برامج تدريبية في مجال الصحة النفسية بنجاح وأجرت مسحين حول المواقف والوعي تجاه مؤشر الصحة النفسية، بالإضافة إلى العديد من المبادرات التي تضمنت تطوير مفاهيم ونماذج لدعم ودمج الصحة النفسية في نظام الرعاية الصحية الأولية².

كما قدمت الاستراتيجية الوطنية للصحة للفترة (2018 – 2022) مبادرة تستهدف توحيد المبادئ والوصول إلى الخدمات في مراكز الرعاية الصحية الأولية من خلال إنشاء خدمة مخصصة للإرشاد³، وذلك بهدف تعزيز خدمات الرعاية الصحية بما في ذلك خدمات الرعاية الصحية النفسية. بالإضافة إلى ذلك، تتعاون المؤسسات العامة وغير الحكومية، بما في ذلك مؤسسة الرعاية الصحية الأولية (PHCC)، ومستشفى سدره، ومستشفى نوفر، بقيادة مؤسسة حمد الطبية (HMC)، لتقديم خدمات الرعاية الصحية النفسية للجمهور بالمجان¹. ولفهم تصورات ومواقف العامة حول قضايا الصحة النفسية التي يواجهونها، تم تنفيذ مسح الشباب في دولة قطر والذي شمل 1,989 من الشباب القطريين والذين تتراوح أعمارهم بين 18

38%	62%	المعلم
41%	59%	الإنترنت
44%	56%	الاخصائي الاجتماعي
49%	51%	الخط الهاتفي الساخن
79%	21%	المجلات

قد يُعزى تفضيل التحدث مع الأقارب والعائلة إلى محدودية المصادر وخدمات الصحة النفسية، وقد يكون تجنب الوصمة المتعلقة بطلب المساعدة النفسية هو أحد الأسباب التي قد تجعل الافراد يترددون في طلب هذه المساعدة من المصادر الرسمية. ومع ذلك، فإن الوصول إلى مثل هذه الخدمات يعد معقداً. يعتقد بعض الباحثين أن الأشخاص في الدول العربية يترددون في اللجوء إلى خدمات الصحة النفسية الرسمية بسبب صراخهم في الكشف عن ذاتهم^{2,4,5}. يمكن أن تكون الوصمة مرتبطة مباشرة مع معدلات ضعف التشخيص للصحة النفسية في المنطقة العربية. حيث أظهرت دراسة حديثة في جامعة كالجاري في قطر أن السبب الرئيسي للوصمة هو الفهم الضعيف للاضطرابات النفسية إلى جانب التصورات الناتجة عن المعتقدات الثقافية والدينية، مما يؤدي إلى إخفاء المشاركين لتشخيصاتهم⁵.

قامت وزارة الصحة العامة في جهودها لمواجهة وتقليل وصمة الصحة النفسية في قطر بإطلاق مبادرة "معك"، وهو برنامج وطني للصحة النفسية والرفاه يهدف إلى تقليل الوصمة⁶. تم تقديم أنشطة تعليمية مثل الندوات عن بُعد التي تغطي مواضيع الصحة النفسية والرفاه بالتعاون مع المدارس العامة. كما قامت مبادرات أخرى بقيادة جمعية أصدقاء الصحة النفسية "وياك" ومركز دعم الصحة النفسية بتوظيف وسائل التواصل الاجتماعي والدعاة البارزين في مجال الصحة النفسية لاستهلال مناقشات حول الصحة النفسية من منظور إسلامي⁷.

علاوةً على ذلك، تظهر المبادرات التي يقودها الأفراد في قطر زيادة في الوعي بالأمراض النفسية، خاصة بعد جائحة كوفيد-19. تركز العديد من المبادرات

الاكتئاب هو القضية الأكثر شيوعاً في صفوف الشباب في مجتمعهم مقارنة بنسبة 77% من الذكور.

يوضح الجدول 1 أكثر القضايا التي تثير قلق الشباب في دولة قطر وهي غياب الاستقرار المالي (92%)، والقضايا المتعلقة بالوظيفة (91%)، والتعامل مع التوتر (91%).

الجدول 1. القضايا المتعلقة بمشاكل الصحة النفسية

القضايا	قلق	غير قلق
غياب الاستقرار المالي	92%	8%
التعامل مع التوتر	91%	9%
القضايا المتعلقة بالوظيفة	91%	9%
غياب دعم الأسرة	90%	10%
شكل الجسم	88%	12%
المشاكل العائلية	86%	14%
مشاكل المدرسة أو الدراسة	85%	15%
التمييز	84%	16%
التنمر أو الإساءة العاطفية	81%	19%
وسائل التواصل الاجتماعي	78%	22%
الاكتئاب	75%	25%

وصمة الصحة النفسية

أظهرت نتائج دراسة الشباب في قطر أن المستجيبين كانوا في الغالب يحصلون على معلومات حول قضايا الصحة النفسية من الأصدقاء (85%)، والأقارب (81%)، والمؤسسات المجتمعية (64%) أكثر من الاخصائي الاجتماعي (56%) والخط الهاتفي الساخن (51%) عند مواجهة قضايا الصحة النفسية (انظر الجدول 2).

الجدول 2: مصادر الحصول على معلومات حول الصحة النفسية

المصادر	مرتاح	غير مرتاح
الأصدقاء	85%	15%
الأقارب	81%	19%
مؤسسة مجتمعية	64%	36%

الوصمة: وافقت نسبة أكبر من الإناث (85%) مقارنة بالذكور (73%) على أن معظم الأشخاص ينظرون بسلبية إلى الأفراد الذين يزورون أخصائياً نفسياً. علاوة على ذلك، وافقت نسبة أعلى من الإناث (86%) مقارنة بالذكور (78%) على عبارة أن معظم جهات العمل لا يقومون بتوظيف الأفراد الذين يعانون من مشاكل عاطفية أو سلوكية.

الوعي المنخفض: تظهر النتائج أن نسبة أكبر من الإناث (62%) لم يكن يعرفن إلى أين يتوجهن للحصول على المساعدة عند مواجهتهن لمشاكل صحية نفسية مقارنة بالذكور (56%)، مما يبرز نقصاً في الوعي والمعلومات حول خدمات الصحة النفسية.

قلة الموارد المؤسسية: وافق نحو نصف المستجيبين على أن هناك نقص في خدمات الرعاية الصحية النفسية في قطر. وافقت غالبية كبيرة من الذكور والإناث على أنه لا توجد خدمات صحية نفسية كافية تقدمها المؤسسات للشباب.

تعكس هذه النتائج الحاجة إلى تحسين إمكانية الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية النفسية العامة عالية الجودة من خلال أدوات التقييم الموثوقة والصحيحة. يجب تنفيذ عدة إصلاحات لتعزيز توفير خدمات الرعاية الصحية النفسية وتحسين إمكانيات الوصول إليها. يمكن أن يكون الفحص الفعّال للإحالات مفيداً إذا تم تنفيذه على مستوى وطني بين الهيئات الاجتماعية والطبية. فإذا كانت الهيئات مثل مؤسسة حمد الطبية ومؤسسة الرعاية الصحية الأولية وويك ودعم وأمان ووافق على دراية أفضل بتخصيص الموارد، فيمكن لوجود نظام موحد للتقييم وتحديد مدى إلحاح الحالات الطبية أن يحسن إمكانية الوصول إلى العلاج.

على تشجيع الأشخاص على طلب العلاج، حيث يتم استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لنشر المعلومات التوعوية. أدى الارتفاع في الوعي إلى تزايد عدد الأخصائيين النفسيين القطريين المعتمدين، خاصة خلال جائحة كوفيد-19. تدعم هذه المبادرات مؤسسات بارزة، مثل مؤسسة قطر^{7,8}، والمؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي¹⁰، ووزارة الرياضة والشباب¹¹.

محدودية الخدمات المؤسسية

أشار تقرير "إيكونوميست إمباكت" (2023) إلى أن متوسط عدد العاملين في مجال الصحة النفسية غير كافٍ لتلبية احتياجات دولة قطر؛ حيث يوجد 25.28 عامل في مجال الصحة النفسية لكل 100,000 شخص في قطر. وتبعاً لذلك، هناك حاجة ملحة إلى تقييم منهجي لنظام الرعاية الصحية النفسية لإرشاد مبادرات التدريب والتوظيف. تتباين آراء المستجيبين بشأن خدمات الصحة النفسية بناءً على النوع. يوضح الجدول 3 أدناه الفروق بين الجنسين فيما يتعلق بالخدمات والموارد المؤسسية المحدودة.

الجدول 3: الخدمات والموارد المؤسسية

العبارة	الإناث	الذكور
لا توجد خدمات صحة نفسية كافية في قطر.	62%	45%
لا تعرف إلى أي جهة تتوجه إذا كنت ترغب في طلب مساعدة في قضايا الصحة النفسية.	62%	56%
يجب أن يكون لدى المؤسسات العامة خدمات صحة نفسية للشباب.	96%	89%
معظم الناس ينظرون بسلبية إلى الأفراد الذين يزورون أخصائياً نفسي.	85%	74%
معظم جهات العمل لا يوظفون الأفراد الذين يعانون من مشاكل نفسية أو سلوكية.	85%	78%

1. Doha Dictionary (2022) *Ma'ak national mental health and wellbeing program announced by the ministry of public health.*
2. Weyak Mental Health Friends Association. (2020). *Worship and mental health.*
3. Qatar Foundation. (2022). *When asking "are you ok?" is not enough.* Story.
4. THUMIN. (2021). *H(ear) Qatar; Youth community led mental health.*
5. Al-Mohannadi, A. S., Al-Harshsheh, S., Atari, S., Jilani, N., Al-Hail, G., & Sigodo, K. (2022). *Addressing violence against children: A case review in the state of Qatar. Frontiers in public health, 10, 859325.*
6. Qatari Youth Hostels. (2017). *Qatar Youth Hostels organizes a training course to promote mental health.* Hi Qatar.
7. Ministry of Public Health (2020) *Summary national mental health & wellbeing strategic framework 2019-2022.* Report.
8. Maalouf, F. T., et. al. (2019). *Mental health research in the Arab region: challenges and call for action. The lancet. Psychiatry, 6(11), 961–966.*
9. Ministry of Public Health. (2018). *National Health Strategy 2018-2022: Our health our future.*
10. Economist Impact. (2023). *Mental health in the middle east: Measuring progress towards integrated, accessible, and equitable mental health.* Report.
11. Stirling, B., Hickey, J., Omar, H., & Kehyayan, V. (2019). *Stigma towards mental disorders in Qatar: A qualitative study. QScience Connect. 2019 (1).*

توصيات السياسات

1. تعزيز الوعي بالصحة النفسية بين الشباب من خلال حملات تثقيفية ودمج ثقافة الصحة النفسية في مناهج المدارس.
2. إمكانية الوصول إلى خدمات الرعاية النفسية للشباب من خلال العلاج عن بُعد وتوفير خيارات أخرى عن بُعد من قبل مؤسسة الرعاية الصحية الأولية.
3. يجب أن يكون لمراكز الصحة النفسية عن بُعد أنظمة إرسال خاصة بها لفرز الحالات الخاصة لتسهيل الوصول إلى الممارسين بين العيادات الأخرى.
4. يجب أن تعتمد علاجات الفرز للصحة النفسية على مدى خطورة التقييمات.
5. دمج نظام فرز الإحالات الوطني ضمن الخط الساخن لضمان استمرارية العلاج.
6. توفير خدمات الرعاية النفسية بتكلفة معقولة والتأكد من تغطيتها من قبل التأمين الصحي.
7. وضع استراتيجيات لتقييم جودة خدمات الرعاية النفسية لتحديد فعاليتها بشكل أفضل.
8. التخفيف من الوصمة والصورة النمطية حول الصحة النفسية من خلال زيادة الوعي بتقديم خدمات الرعاية النفسية.