

بسم الله الرحمن الرحيم يقدم الكاتب، بناءً على خبرته الطويلة في الطب النفسي في السعودية وبلدان عربية أخرى، رؤيته لتطوير العلاج النفسي. يرى أن الاعتماد الحالي على الأدوية (مطمئنة، مهدئة، أو لك حالات الشخصيات المتطرفة) يوفر تحسناً مؤقتاً فقط. يلاحظ أن العلاج النفسي المعرفي السلوكي يُهمل غالباً، خاصةً مع المرضى العقليين. يُقترح الكاتب منهجاً أكثر إنسانية يركز على الاستماع الفعال للمريض وتشخيص دقيق، مع تحديد مسار العلاج النفسي المناسب (داعم، معرفي سلوكي) جنباً إلى جنب مع العلاج الدوائي عند الضرورة، حسب نوع الحالة (عصابية، عقلية مزمنة، أو اضطرابات شخصية). يُقسم العلاج النفسي إلى معالجات قصيرة، متوسطة، وطويلة المدى حسب شدة الحالة، مع التركيز على الدور الأساسي للمعالجة النفسية الداعمة والمعرفية السلوكية. وقد قام الكاتب بتحويل مجمه الطبي لمركز يركز على هذا النهج، مستقطباً أخصائيين نفسيين ذوي خبرة.