

मनोसामाजिक समस्याका लक्षणहरु



चिन्ता लाग्ने



निव्द्रा नलाग्ने



एकतै बस्न मन लाग्ने



रिस धेरै उठ्ने



Centre for Mental Health and Counselling-Nepal

P.O Box 5295, Kathmandu, Nepal
Phone: (977 -1) 4226041, 4102037
Email: cmcnepal@wlink.com.np
Website: www.cmcnepal.org.np

मनोविमर्श भनेको के हो



Centre for Mental Health and Counselling-Nepal

मनोविमर्श भनेको के हो

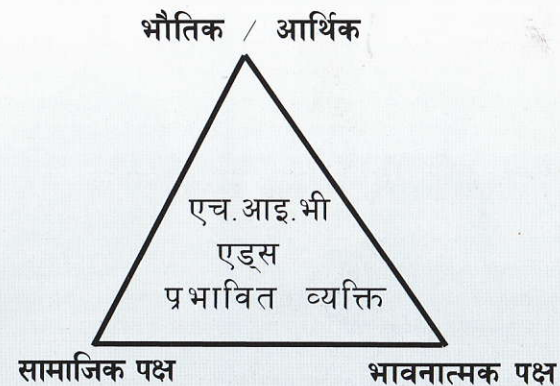
मनोविमर्श एउटा सहयोग बिधी हो जसमा मनोविमर्शकर्ताले मनोविमर्शीको भावनात्मक तथा सामाजिक समस्याहरूमा बुझाई बढाउन तथा ती समस्यालाई फरक बनाउन मद्दत गर्ने काम हुन्छ ।

मनोसामाजिक के हो ?

मनोसामाजिक शब्दले मन र समाजको अन्तर क्रियालाई बुझाउँदछ । मन भन्नाले एउटा व्यक्तिको भावना, सोचाई तथा संवेगका विभिन्न पक्षहरूलाई बुझिन्छ । हाम्रो मनले विभिन्न अवस्थामा फरक फरक अनुभव गराउँदछ भने, अप्ठ्यारो घटनाले बढि तनाव अनुभूत गराउँदछ जसले हाम्रो सोचाई तथा भावनालाई प्रभाव पार्दछ । जुन परिस्थितिहरूले हाम्रो मनलाई प्रभाव पार्दछन् तिनीहरू हाम्रै समाजमा नै हुन्छन्, जस्तै : घर, छिमेकी, साथी भाई, कार्य क्षेत्र इत्यादि ।

यसैले मनोसामाजिकले कसरी हाम्रो समाजका विभिन्न पक्षले हाम्रो मनलाई प्रभाव पार्छ जस अनुसार हामी व्यवहार देखाउँदछौ र कसरी व्यक्तिको मनले समाजका विभिन्न परिस्थितिसँग अन्तरक्रिया गर्दछ भनेर देखाउन मद्दत गर्दछ ।

एच.आई.भी/एड्स र मनोसामाजिक समस्याको



एच.आई.भी/एड्सले पार्ने भावनात्मक समस्याहरू:

- चिन्ता लाग्ने
- निन्द्रा नलाग्ने
- एकलै बस्न मन लाग्ने
- रिस धेरै उठ्ने
- बोल्न मन नलाग्ने
- भर्को लाग्ने
- उदास तथा निरास हुनु
- आत्मविश्वासमा कमि
- रुन मन लाग्नु
- आत्महत्याको सोचाई आउनु
- नकारात्मक सोचाईहरू बढी मनमा आउने
- भविष्य प्रति चिन्ता बढ्ने

एच.आई.भी/एड्सले बालबालिका तथा उनीहरूको परिवारमा पार्ने समस्याहरू

- बालबालिकाहरूले अभिभावकको हेरचाह वा जिम्मेवारी लिनु पर्ने
- मनोसामाजिक तनाव
- आर्थिक समस्या
- बालबालिकाहरू विद्यालय जान बाट बन्चित
- घर परिवारबाट टाढा हुनु पर्ने अवस्था
- अपर्याप्त खाना
- बालबालिकालाई वस्यकबाट हेरचाहको कमि
- खान वा बस्ने व्यवस्थाको समस्या
- भेदभाव
- बालश्रम शोषण
- एच.आई.भी संक्रमण हुनेको जोखिम