223938 - Социофобия (социальное тревожное расстройство)

Вопрос

Я страдаю от психологического расстройства; у меня социофобия. В тот же год, когда у меня начались психологические проблемы, у меня возникло ОКР (обессивно-компульсивное расстройство). Приживаю я в европейской стране, где такие расстройства лечатся поведенческой терапией или лечением. Что вы думаете о поведенческой терапии и приеме психотропных препаратов? Следует ли мне лечиться только Кораном и оставить использование лекарств? Или я должна лечиться Кораном и получать психотропные препараты?

Подробный ответ

Хвала Аллаху.

Во-первых.

Следует знать, что психологические болезни бывают разными. Бывают простыми, которые лечатся поведенческой терапией, психологическими консультациями, и такие пациенты не нуждаются в лекарствах. А бывают серьезными, например, шизофрения или подобные, для лечения которых нужны лекарства.

Поэтому необходимо обратиться за консультацией к врачу или психологическому консультанту-специалисту. Он сможет сказать, каким должно быть лечение, чтобы мышление пациента улучшилось, и он избавился от беспокойства. Возможно, доктор пропишет вам некоторые полезные лекарства для этого. Не сомневайтесь и не колеблетесь, обратитесь к нему. Обессивно-компульсивное расстройство (ОКР) может усиливаться, поэтому необходимо начать лечение, пока момент не упущен.

Также следует отметить, что современные научные исследования подтверждают, что

когнитивно-поведенческая терапия и разговор с психологом при социофобии важнее и эффективнее, чем просто таблетки. Для дополнительной информации обратитесь к .

Что касается лечения ОКР, особенно в сильной его стадии, то здесь необходимы и поведенческая терапия, и использование некоторых безопасных лекарственных средств. Все это строго по назначению специалиста. Для дополнительной информации обратитесь к .

Во-вторых.

Всевышний Аллах сделал так, что Коран имеет огромное влияние на душу, на ее воспитание, исправление и ее лечение, как сказал Аллах, пресвят Он:

قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء

«Скажи: „Он является верным руководством и исцелением для тех, которые уверовали“»

, Коран. Сура «Разъяснены» 41:44.

وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين

«Мы ниспосылаем в Коране то, что является исцелением и милостью для верующих»

Коран. Сура «Ночной перенос» 17:82.

Особенно это касается суры «аль-Бакара», услышав которую сбегает шайтан. Посему нам следует постоянно читать ее, а также поминать Аллаха и произносить ежедневные зикры для укрепления и защиты мусульманина.

Если доктор решил наряду с лечением Кораном использовать и лекарственную терапию то, как об этом было сказано, в этом нет ничего плохого. В каждом есть благо.

Последнее.

Смотрите на жизнь позитивно, светло и радостно. Думайте хорошо об Аллахе и полагайтесь на Него. Улучшайте свои отношения с Аллахом, обращайтесь к Нему с настойчивыми мольбами, дабы Он удалил вашу печаль. Не отчаивайтесь в милости Всевышнего Аллаха, доверяйте Ему, и будьте уверены, что Он с вами, и не погубит вас. Аллах таков, как о Нем думает Его раб. Не поддавайтесь наущениям и отдалитесь от них. Во всем этом важная причина выздоровления и избавления от наущений.

Да облегчит и поможет вам Аллах. Просим Аллаха полного для вас исцеления и благополучия.

А Аллах знает лучше.