Arsyet e një Konsultimi

Ju nuk keni nevojë për një gjendje të diagnostikuar të shëndetit mendor për të marrë një konsultë. Ka shumë arsye për të kërkuar një takim që varion nga faktorët stresues të jetës (si p.sh. humbja e një personi të dashur) te çekuilibrat biologjikë (si një mungesë hormonale ose kimike).

Biologjike

Shkaktarët biologjikë të shëndetit mendor mund të burojnë nga një larmi burimesh, duke përfshirë çekuilibrin hormonal, ushqimin joadekuat, sëmundjen fizike ose historinë gjenetike.

Në varësi të çështjes, psikiatri juaj mund të përshkruajë ilaçe. Psikiatrit janë më të mirë se mjeku juaj i rregullt për këto çështje, sepse ata janë më të njohur me gjendjen, medikamentet, efektet anësore të mundshme dhe trajtimet e tjera që do t'ju ndihmojnë të përmirësoni shëndetin tuaj.

Psikologjike

Arsyet psikologjike për të kërkuar ndihmë janë ato ngjarje jetësore që lënë një efekt të qëndrueshëm mendor ose emocional tek një individ siç janë trauma e fëmijërisë, abuzimi dhe problemet e varësisë nga droga.

Sociale

Arsyet shoqërore për të zgjedhur një psikiatër ose këshilltar lidhen me një individ që ndihet i pafuqishëm ose i shtypur për shkak të dallimeve kulturore, shqetësimeve të paragjykimeve të perceptuara ose problemeve familjare jofunksionale.

Këto lloj situatash shpesh e lënë një individ të ndihet i zemëruar, i dëshpëruar ose i padukshëm për shkak të ndërveprimeve që ata janë duke përjetuar me ata përreth tyre. Një konsultë psikiatrike do të thellojë se çfarë po ndodh në jetën e pacientit dhe cilat kanë qenë përgjigjet e tyre ndaj këtyre situatave për t'i ofruar pacientit një kuptim më gjithëpërfshirës për atë që po ndiejnë dhe si reagimet e tyre mund të jenë duke përjetësuar këto takime negative. Më pas do të vendoset një plan trajtimi.

Si dhe sigurimi i një individi për një kuptim më të mirë të vetvetes, këshillimi i siguron pacientit teknika, mjete dhe burime për të përmirësuar përgjigjet, reagimet dhe zgjedhjet e tyre të jetës.