

التأهيل النفسي



إعداد

- ١- أ.م.د. علي كريم خضير_ كلية التمريض – جامعة بغداد
- ٢- م.م. قحطان قاسم محمد_ كلية التمريض – جامعة بغداد
- ٣- م.م. كوثر سلمان داود_ المعهد الطبي الفني- بغداد

تعريف التأهيل النفسي

إعادة تكيف المريض النفسي المزمّن مع ظروف مرضه و محيطه ليحقق أكبر قدر ممكن له من الاستقرار و الاستقلال النفسي – الاجتماعي والفاعلية والإنجاز في حدود إمكانياته.

مصطلحات مهمة

العطل (Impairment): خلل في وظيفة ما – عقلية أو نفسية أو جسدية - .
العجز (Disability): عجز الشخص عن الأداء بسبب العطل .
الإعاقة (Handicap): تعثر التكيف الاجتماعي النفسي وإنجاز المريض بسبب خلل في تفاعل المحيطين به.

المدى الزمني لعملية التأهيل النفسي

- ١ – تأهيل قصير المدى: بين ٣ – ٦ أشهر .
- ٢ – تأهيل متوسط المدى: من ٦ – > ١٢ شهرا
- ٣ – تأهيل طويل المدى : سنة فأكثر.

صعوبات وعقبات في التأهيل النفسي

- ١ – الحاجة الى جهود كبيرة متضافرة (طبية- نفسية – اجتماعية) منسقة ومستمرة.

جانب على آخر) ، مع الاستمرار في المتابعة و التقييم .

مبادئ عملية التأهيل النفسي

١- التقييم الشامل بمؤشرات موضوعية

- التاريخ المرضي بعمق ودقة
- المستوى التعليمي والعقلي
- الأدوية وآثارها
- الأعراض النشطة و آثارها
- الأعراض السالبة و آثارها
- مستوى المهارات الاجتماعية
- الدافعية العامة
- الاستبصار
- إدارته تفكيره
- إدارته مشاعره
- إدارته تصرفاته
- إدارته وقته
- إدارته علاقاته
- تحديد مشكلاته بدقة و أولوية
- تحديد إيجابياته وقدراته ومهاراته
- معرفة تطلعاته وقناعاته عن ذاته وحياته ومستقبله و نحو ذلك.

٢ - النتائج بطيئة محدودة (وقد تكون كبيرة) .

٣ - تكرار الانتكاسات.

٤ - احتمالية حدوث الملل و الضجر والفتور و اليأس لدى بعض أفراد الفريق.

من يحتاج التأهيل النفسي

- ١ - الأمراض العقلية المزمنة ولاسيما الفصام المصحوب بأعراض سالبة.
- ٢ - بعض علل الشخصية (الاعتمادية مثلا) .
- ٣ - بعض الأمراض النفسية المزمنة ، كالاكتئاب .
- ٤ - حالات أخرى مثلا : الإدمان - إصابات الدماغ .

أركان عملية التأهيل النفسي

التمكين (Enabling) : تمكين المريض من استثمار ما عنده من قدرات- نفسية واجتماعية وجسدية- وتفعيلها وتعزيزها، لخفض الإعاقة و رفع الفاعلية الذاتية و الاستقلال والاستقرار ومستوى حياته عموما.

الرعاية (Care) : إيجاد محيط عناية شاملة (جسدية و نفسية و اجتماعية) متوازنة (لا يغطي

محالات التأهيل النفسي

(١) العناية الذاتية:

هناك مهارات عديدة من الممكن تعليمها لذوي الإعاقة العقلية، وأن مهارات العناية بالذات من المهارات المهمة التي يجب تدريب مرضى الفصام والاكئاب عليها ومحاولة إتقانها، وتعويدهم عليها كي تكون عادة من عاداتهم اليومية، وإن من دواعي الاهتمام بهذه الناحية: أن المعاق عقلياً يجب أن يكون مرتباً ونظيفاً من أجل أن يتقبله أهله والمجتمع، ولكي لا يكون عبئاً على الآخرين.

ومن ضمن العناية الذاتية مهارات تدبير المرض:
وتتمثل باستبصار المريض و تثقيفه حول :

- المرض بأعراضه وعلاماته و دلائل الانتكاسة و مؤشرات التحسن والتدهور.
- ودور الأدوية الإيجابي و السلبي وكيفية تدبير ذلك .
- الفريق العلاجي ودوره.
- المستشفى وأنواع خدماته

٢- تفصيل برنامج فردي وتطبيقه

- بناء على تقييم كل حالة يكون بناء برنامجها .
- تكون الخطة شاملة متوازنة مراعية للأولويات ، بالاتفاق مع المريض وأهله وبين أفراد الفريق العلاجي و توضع أهداف بعيدة و متوسطة وقريبة المدى .
- تقسم المهام باحترام التخصص وتوضح كل مهمة للمعني بها (ما هي و كيف ومتى وأين ولماذا و ...).
- تكون الخطوات الأولى يسيرة التنفيذ قريبة المدى يعقبها تعزيز مباشر.

٣- المتابعة والتقييم السليم

- استمرار المتابعة وإعادة التقييم.
- تعديل الخطة حسب الحاجة.
- تحديد التقدم (أين – كيف ...).
- تحديد التراجع (أين- كيف ...).
- تأكد من أن المقاييس هي نفسها.

- العيادات الخارجية .

- الإسعاف.

- التنويم.

- الرعاية النهارية.

- الزيارات المنزلية.

- الإرشاد الهاتفي و نحوه.

(٢) التأهيل الاجتماعي:

أ- تدريب المريض على المهارات النفسية

الاجتماعية الأساسية :

- التخلص من السلوك غير اللائق .

- مبادئ التواصل اللفظي .

- مبادئ التواصل غير اللفظي.

- التعبير عن المشاعر و الرغبات.

ب- تدريب المريض على التحكم في انفعالاته

وسلوكه الاندفاعي.

ج- تدريب المريض على إدارة تفكيره

ومشاعره وسلوكه و وقته .

د- تدريب المريض على رفع مستوى تواصله

و وعيه بالمجتمع والظروف المحيطة

بحياته وأسرته من الأمور التي تهتمه.

هـ- تدريبه على التدبير المالي.

(٣) التأهيل المهني

أ- المهنة كعمل (حتى دون مقابل مادي)

مهمة من الناحية المعنوية:

- التفاعل مع الذات والحياة الناس.

- انتظام الوقت ، والنشاط والنوم.

- الإنجاز و تقدير الذات.

- الدافعية.

ب- المهنة كوظيفة بمقابل مادي :

- في حدود قدرات المريض .

- مرونة الدوام والإجازات .

- مراعاة المواعيد .

- حسن تعامل زملاء العمل .

مهارات العناية الذاتية

* تقسم مهارات العناية الذاتية إلى عدة

مهارات رئيسية :

١- مهارات النظافة وتشمل :

- مهارة غسل اليدين والوجه والأسنان .

- مهارة الاستحمام .

- مهارة الصحة الشخصية .

ويمثل الهدف العام من تنمية مهارات تناول الطعام لدى المريض النفسي في اعتماد المعاق عقلياً على نفسه في إطعام ذاته وفي قيامه بأنماط السلوك الاجتماعي المناسب المتعلق بمهارات تناول الطعام .

٤- مهارة المظهر العام وتشمل :

- مهارة ارتداء الملابس .
- مهارة خلع الملابس .
- لبس الحذاء .

*** الأهداف الخاصة لإكساب ذوي الإعاقة العقلية**

مهارات العناية الذاتية :

- ١- أن يتعرف على أدوات النظافة (مشط) .
- ٢- أن يتعرف على كيفية ارتداء الملابس .
- ٣- أن يتعرف على كيفية خلع الملابس .
- ٤- أن يعبر عن حاجته لاستخدام المرحاض .
- ٥- أن يتعرف إلى آداب المائدة .

***هيكلية الدروس المقترحة لإكساب المريض**

النفسي مهارات العناية الذاتية:

- ١- مهارات النظافة.
- ٢- مهارات استخدام المرحاض.
- ٣- تناول الطعام.

- مهارة قص الأظافر .

- مهارة استعمال أدوات العناية بالمظهر

الخارجي .

٢- مهارة استخدام المرحاض : - تعد مهارات

استعمال المرحاض من المهارات الاستقلالية

الرئيسية أيضاً لدى الفرد المريض النفسي ويعتمد

إتقانه لهذه المهارات على عدد من العوامل أهمها

درجة الإعاقة والظروف التعليمية المناسبة .

- مهارة التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة

للذهاب إلى المرحاض .

- مهارة استعمال أدوات المرحاض وصب الماء .

- مهارة خلع الملابس وارتدائها .

- مهارة النظافة والعادات الصحية .

٣- مهارة تناول الطعام وتشمل :

- مهارة استعمال أدوات المائدة .

- مهارة تناول الطعام بدون مساعدة .

- مهارة آداب المائدة .

وتعد هذه المهارات من المهارات الاستقلالية الرئيسة

ويعتمد إتقانها على عدد من العوامل مثل العمر الزمني

وشدة الانتكاسة وطبيعة الأطعمة .

٤- مهارات المظهر العام.

٥- أن يغلق الحنفية .

* هيكلية لطبيعة المهارات المراد اكسابها للمريض:

١- مهارات النظافة:

- غسل اليدين بالماء والصابون
- تعميم الدرس في كل الظروف
- غسل الوجه بالماء والصابون
- تعميم الدرس في كل الظروف
- تنظيف الأنف
- تعميم الدرس في كل الظروف
- تنظيف الأسنان

* خطط لطبيعة المهارات المراد اكسابها للمريض :

١- مهارات النظافة :

أ- غسل اليدين بالماء والصابون .

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يفتح المعاق الحنفية .
- ٢- أن يمسك المعاق الصابون .
- ٣- أن يفرك يديه بالماء والصابون .
- ٤- أن يشطف يديه بالماء .

- شرح المهارة للمريض عن طريق الكلام .
- القيام بتطبيق المهارة أمامهم .
- إعطاء الفرصة للمرضى للقيام بالمهارة مع مراعاة الفروق الفردية وإعطاء المساعدة لمن يحتاج إليها .

الوسائل المستخدمة :

صور لمهارة غسل اليدين ، الحنفية ، الماء ، الصابون (التطبيق العملي).

ب – غسل الوجه بالماء والصابون.

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يشطف المريض وجهه بالماء .
- ٢- أن يفرك المريض وجهه بالماء والصابون .
- ٣- أن يغسل المريض وجهه من الصابون .
- ٤- أن يجفف المريض وجهه بالمنشفة .

سير الدرس :

- شرح المهارة للمرضى عن طريق الكلام .
- القيام بالتطبيق العملي أمام المعاقين للمهارة
- مساعدة المرضى في القيام بالمهارة مع إعطاء ملاحظات حول الصابون والعينين .

الوسائل المستخدمة :- ماء ، صابون ، منشفه ،

صورة لمهارة غسل الوجه .

سير الدرس:

نعتمد هنا على أسلوب تحليل المهارة إلى

أهداف بسيطة ، مع التركيز على التنظيف حول

الأنف ، ومحاولة تنشيط حاسة اللمس للشعور بنزول

المخاط من أجل التنظيف .

الوسائل المستخدمة : صورة طالب ينظف أنفه ،

التطبيق العملي .

ج- تنظيف الأسنان

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف المريض على فرشاة الأسنان .

٢- أن يتعرف المريض على معجون الأسنان .

٣- أن يمسك المريض فرشاة الأسنان .

٤- أن يضع المعجون على الفرشاة .

٥- أن يفرك المريض أسنانه بالفرشاة والمعجون .

٦- أن يفتح المريض الحنفية .

٧- أن يشطف المريض أسنانه من الصابون بالماء .

٨- أن يغلق المريض الحنفية .

سير الدرس :

- عرض صور لفرشاة أسنان ومعجون .

- عرض فرشاة ومعجون حقيقيين .

- عرض صور لتسلسل تنظيف الأسنان .

- التطبيق العملي أمام المعاقين .

- إعطاءهم الفرصة للتجربة مع مساعدة .

الوسائل المستخدمة :- صور لفرشاة أسنان

ومعجون ، كذلك صور لتسلسل تنظيف الأسنان ،

فرشاة أسنان + معجون أسنان ، ماء ، منشفه .

٢- مهارات استخدام المرحاض:

- التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة للذهاب

إلى المرحاض

- استعمال أدوات المرحاض(ورق التواليت)

- النظافة بعد استخدام المرحاض.

٣- مهارة تناول الطعام:

- استعمال أدوات المائدة

- تناول الطعام بمفرده

- آداب المائدة

- تعميم الدرس في كل الظروف.

٤- مهارات المظهر العام:

- ارتداء الملابس

- خلع الملابس

- العناية بالملابس

- تعميم الدرس في كل الظروف

- لبس الحذاء.

٢- مهارات استخدام المرحاض :

أ- التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة

للذهاب للمرحاض .

الأهداف الخاصة :-

١- أن يتعرف المريض عقليا إلى أهمية الذهاب

للمرحاض .

٢- أن يعبر المريض عقليا لفظياً عن حاجة الذهاب

للمرحاض .

٣- أن يعبر المريض عن طريق الإشارة حاجته في

الذهاب إلى المرحاض .

تطبيق المهارة :

- التوضيح للمريض عقليا عن أهمية استخدام

المرحاض .

- تعبر لفظياً عن حاجتك للذهاب للحمام وتطلب

من الطلاب الإعادة .

الوسائل المستخدمة :- صورة مرحاض .

الفعاليات : التطبيق العملي .

ج - خلع الملابس وارتدائها

الأهداف الخاصة :

١- أن يفك المعاق أضرار البنطلون .

٢- أن يخلع المعاق ملابسه السفلية عند استخدام

المرحاض .

٣- أن يرتدي المعاق عقليا ملابسه السفلية بعد

الانتهاء من المرحاض .

٤- أن يزرر أضرار البنطلون .

سير الدرس :

- التوضيح للطلاب كيفية فك أضرار البنطلون .

- التوضيح للطلاب كيفية خلع الملابس السفلية

عند دخول الحمام .

- توضيح كيفية ارتداء الملابس بعد الانتهاء من

الحمام .

- مساعدتهم على تزرير البنطلون .

الوسائل المستخدمة : بنطلون بأضرار ، ملابس .

الفعاليات : فك أضرار بنطلون التطبيق العملي .

د - النظافة بعد استخدام المرحاض :

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يستخدم المعاق عقليا ورق التواليت بعد استخدام المرحاض .
- ٢- أن يغسل المعاق يديه بالماء والصابون .
- ٣- أن يجفف المعاق يديه بالمنشفة.

سير الدرس :

- مراجعة غسل اليدين بالماء والصابون .
 - التوضيح للمعاقين أهمية تنظيف اليدين بعد استخدام المرحاض .
 - تجفيف اليدين بالمنشفة .
 - تطبيق عملي مع مراعاة للفروق الفردية .
- الوسائل المستخدمة :** ورق التواليت ، الماء ، الصابون ، المنشفة

الفعاليات : التطبيق العملي .

٣- مهارة تناول الطعام :

أ – استعمال أدوات المائدة .

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يعدد المريض أدوات المائدة .

- ٢- أن يتعرف المريض إلى استعمال أدوات المائدة
- ٣- أن يستعمل المريض أدوات المائدة بشكل صحيح

سير الدرس :

- عرض صور لأدوات المائدة (صحن ، ملعقة ، كوب)
 - توضيح استعمال أدوات المائدة للطالب وعدم اللعب بها على الطاولة .
 - مساعدة المريض على استعمال أدوات المائدة بالشكل الصحيح .
- الوسائل المستخدمة :** صور لأدوات المائدة(معلقة ، صحن ، كوب) أدوات مائدة حقيقية .
- الفعاليات :-** تطبيق عملي ، تحمل صحن ، معلقة ، كوب.

ب- تناول الطعام بمفرده .

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يمسك المريض عقليا المعلقة بيده .
- ٢- أن يملأ المريض المعلقة بالطعام المتوفر .
- ٣- أن يوصل المريض الطعام إلى فمه .
- ٤- أن يمضغ المريض جيداً .
- ٥- أن يبلغ الطعام .

سير الدرس :

- القيام بدرس تطبيقي في حصة الغداء عن كيفية تناول الطعام .

- مساعدة المريض عقليا على إمساك الطالب بالملعقة بالشكل الصحيح وتوصيلها إلى الصحن وتعبئتها بالطعام ومن ثم توصيل الملعقة إلى الفم .
- التوضيح المريض كيفية مضغ الطعام بشكل جيد ومن ثم بلعه .

الوسائل المستخدمة : صورة لولد يتناول طعامه ، الملعقة ، الصحن ، الأكل .
الفعاليات : التطبيق العملي .

ج - آداب المائدة :

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف المريض عقليا إلى آداب المائدة .
- ٢- أن يطبق آداب المائدة .
- ٣- أن يجلس جلسة صحيحة أثناء تناول الطعام .
- ٤- أن يسمي الله قبل تناول الطعام .
- ٥- أن يأكل من الصحن الذي أمامه (صحنه) .
- ٦- أن لا يضايق زملائه أثناء الطعام .
- ٧- أن يقول الحمد لله بعد الانتهاء من الطعام .
- ٨- أن يضع صحنه بالمكان المخصص بعد الانتهاء من الطعام .

سير الدرس :

- تعريف المريض عقليا بآداب المائدة عن طريق قصة بسيطة .

- محاولة تطبيق هذه الآداب خلال وجبات الطعام (فطور، غداء)

- مساعدة المريض عقليا على تطبيق هذه الآداب وذلك من خلال إعادتها لفظياً عليه ومن ثم تطبيقاً .

الوسائل المستخدمة : قصة عن آداب المائدة ، صور لأفراد يأكلون .
الفعاليات : التطبيق العملي .

٤- مهارات المظهر العام :

أ - ارتداء الملابس :

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يذكر المريض عقليا اسم قطعة الملابس التي يلبسها .
- ٢- أن يذكر أسماء قطع الملابس المعروضة له .
- ٣- أن يحدد المكان الذي نضع فيه قطع اللبس على الجسم .
- ٤- أن يرتدي البنطلون .

ه- أن يرتدي البلوزة .

سير الدرس :

- عرض صور ملابس أمام المريض عقليا

وتسميه كل قطعة .

- الطلب من الجميع تحديد اسم القطعة التي

يلبسها .

- مساعدة المريض في تسمية قطع الملابس

المعروضة أمامه ، وأين تلبس هذه الملابس على

الجسم .

- تعليم المريض كيفية ارتداء البنطلون والبلوزة

الوسائل المستخدمة : صور لملابس ، ملابس

حقيقية .

الفعاليات :- التطبيق العملي.

ب- خلع الملابس

الأهداف الخاصة :

بالإضافة إلى أهداف ارتداء الملابس نضيف الهدف

التالي :

- أن يخلع قطعة الملابس المطلوبة منه

- أن يرتدي قطعة الملابس المطلوبة منه .

سير الدرس :

- سيكون مراجعة لارتداء الملابس ودمج خلع

الملابس مع تقديم مساعدة في فك الأزرار ، إنزال

ورفع السحاب .

الوسائل المستخدمة : صور الملابس ، ملابس

حقيقية .

الفعاليات : إلصاق ملابس على ورقة عمل ،

التطبيق العملي .

ج- العناية بالملابس

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف المريض على طرق العناية بملابسه

النظيفة .

٢- أن يرتب المريض ملابسه بشكل لائق .

سير الدرس :

- عرض صور لشخص ملابسه مرتبه ونظيفة

وشخص ملابسه غير مرتبة وقذرة .

- التوضيح للجميع كيفية الحفاظ على ملابسهم

نظيفة ومرتب حتى لو أكلنا أو قمنا بأي فعالية.

- مساعدة المريض على ترتيب ملابسه عندما

يكون بحاجة إلى ذلك .

الوسائل المستخدمة : صور لولد ملابسه مرتبة

ونظيفة وصور لولد ملابسه غير مرتبة وغير نظيفة .
ملابس المريض نفسه .

الفعاليات : التطبيق العملي .

د- لبس الحذاء :

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف المريض إلى طريقة ارتداء الحذاء .

٢- أن يلبس الحذاء .

٣- أن يربط أربطة الحذاء .

سير الدرس :

- تعريف المريض إلى طريقة ارتداء الحذاء

وذلك عن طريق إحضار لعبة وإلباسها الحذاء ،

وكذلك عن طريق ارتداء المدرب للحذاء .

- مساعدة المريض حسب مستواه في

ارتداء حذائه .

- تعليم المريض كيف يربط رباط الحذاء على

قطعة لباد لها أربطة .

الوسائل المستخدمة :- دمية ، حذاء ،

المريض نفسه ، قطعة لباد عليها مجسم حذاء

وأربطة .

الفعاليات : التطبيق العملي .

هـ- ترتيب الشعر :

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف المريض على كيفية تمشيط الشعر

بشكل صحيح .

٢- أن يتعرف المريض على أداة تمشيط الشعر .

٣- أن يمشط شعره باستخدام المشط ، الفرشاة .

سير الدرس :

- عرض صور لفرشاة الشعر والمشط وتعريف

المعاق عقليا أنهما أداة تمشيط الشعر .

- القيام بتمشيط الشعر باستخدام فرشاة أو

مشط الشعر أمام الجميع .

- إعطاء الفرصة للجميع بتمشيط شعره مع

مساعدة حسب المستوى .

الوسائل المستخدمة : صور شخص يمشط شعره

، فرشاة ، مشط .

مهارات التأهيل الاجتماعي

هو عملية إعادة تفعيل المهارات الاجتماعية للمريض النفسي الذي يعاني من صعوبة التكيف الاجتماعي لدرجة تحول دون تمكنه الاستفادة من التأهيل المهني ومزاولة العمل ويكون بأمر الحاجة إلى من يأخذ بيده ومساعدته في شتى متطلبات الحياة اليومية .

هدف التأهيل الاجتماعي

يهدف التأهيل الاجتماعي إلى مساعدة المريض النفسي على التكيف الاجتماعي ليستطيع أن يندمج ويشارك في نشاطات الحياة المختلفة في المجتمع

العلاقة بين التأهيل الاجتماعي و التأهيل المهني ..

يجد كثير من المرضى النفسيين صعوبة كبيرة في التحول من المستشفى و الاعتماد على الفريق الصحي إلى الحياة المدنية الاسرية العادية ، وذلك بسبب نقص المهارات الاجتماعية و المهنية ، و تقع مسؤولية علاج هذه الصعوبة و الوقاية منها على برامج التعليم و التأهيل في المستشفى النفسي و مراكز التأهيل الاجتماعي و المهني المدنية.

على ماذا يشمل التأهيل الاجتماعي ..

يشتمل التأهيل الاجتماعي على مجموعة من النشاطات التي تهدف على تعليم المريض كيفية الاستفادة من وقت الفراغ و الانتفاع من النشاطات الترفيهية سواء كانت فردية أو جماعية منها:

أولاً : ممارسة النشاطات الهادفة إلى زيادة الشعور السرور والمرح كالقراءة وممارسة الرياضة و العناية بالبيت أو الحديقة ، وممارسة الهوايات ، و زيارة الأصدقاء وحضور الحفلات .

ثانياً : التشجيع على الانخراط في النشاطات الاجتماعية عن طريق الأعمال التطوعية التدريب الرياضي والمشاركة في النقاشات العامة وغيرها .

حينما نتحدث عن التأهيل الاجتماعي يجب أن نأخذ في الاعتبار الأمور التالية :

١. أن التأهيل الاجتماعي للمريض النفسي عملية يشترك فيها مجموعة من الأخصائيين بصورة متكاملة و متناسقة و التي يكون محورها الأساسي هؤلاء الأفراد .

٢. التأهيل الاجتماعي هو عبارة عن عملية مستمرة تكون بدايتها من لحظة انتهاء المرحلة العلاجية داخل المستشفى النفسي إلى أن يستطيع الفرد العودة إلى المجتمع كعضو بناء يستطيع أن يعيش حياته بدون معاناة و صعوبة بسبب الإعاقة النفسية الموجودة لديه .

٣. عملية التأهيل التي نتحدث عنها تقوم بها مؤسسات خاصة حتى يكون بالإمكان القيام بها و المعدة خصيصاً لممارسة الأنشطة أو البرامج الفنية المطلوبة .

٤. أنها تستهدف إعادة للمريض النفسي إلى المجتمع و الحد من أثر الإعاقة النفسية على أدائه و اندماجه مع المجتمع و تكيفه مع البيئة ، فهكذا نجد أن عملية التأهيل تتركز حول معونة الفرد حتى يتم

إعداده مهنيًا و يسترجع قدرته الإنتاجية و يحقق استقلالاً اقتصادياً مناسباً .

مجالات التأهيل الاجتماعي للمرضى النفسيين:

١. مهارات العناية الشخصية :

يجب تأهيله و ذلك بتعليمه كيفية الاعتماد على نفسه بالقيام بالأمور الأساسية و الضرورية مثل ..تناول الطعام و النظافة ، و لبس الملابس و خلعها و الذهاب إلى الحمام ، حماية نفسه و ممتلكاته و كذلك مهارات العناية الشخصية التي تضم مهارات الاهتمام بالمظهر الخارجي و ارتداء الملابس المناسبة و تمشيط الشعر و تصفيفه .. و غيرها ..

٢. مهارات رعاية شئون المنزل

تعلم الأعمال المنزلية التي تساعد المريض النفسي على الاستقرار في أسرته ، فكلما كان قادراً على القيام ببعض الأعمال المنزلية لنفسه أو لغيره في الأسرة كلما زاد اعتماده على نفسه وقلت اعباء رعايته على أهله وزاد اندماجه معهم .

٣. مهارات تنمية العلاقات الاجتماعية ..

أن تنمية مهارات العلاقات الاجتماعية يساهم في تقوية مهارات التواصل العلاقات الاجتماعية .

٤. مهارات الانتقال و السفر ..

يحتاج مرضى الفصام إلى برامج منظمة لتدريبهم على التنقل بين مناطق المدينة باستخدام وسائل النقل العامة ... كما تساعدهم هذه البرامج على الاعتماد على النفس في الذهاب إلى العمل أو السفر لزيارة صديق أو الذهاب إلى السوق و غيرها ..

٥. مهارات الترويح عن النفس ..

يحتاج مرضى الفصام إلى الترويح عن النفس و إلى مساعدتهم على اكتساب المهارات التي تساعدهم على الترويح عن أنفسهم و يكون ذلك من خلال التدريب حتى يتقنوها . ومن هذه المهارات .. مهارات الترويح عن النفس في الأسرة و مع الأهل و الجيران و الزملاء في العمل ، و اكتساب مهارات تبادل الزيارات و الذهاب إلى الحفلات ، و القيام بالرحلات و مشاهدة الأفلام الجيدة ، و الاشتراك في المسابقات و التردد على مجالس الشباب و غيرها .

٦. مهارات استعمال النقود ..

من الضروري إعادة تدريب مريض الفصام على استعمال النقود و المحافظة عليها ، و أن يكتسب مهارات التعامل بها في البيع و الشراء و في الكسب و الإنفاق ، كما أنه من المهم تدريبه تدريباً مهنيًا

حتى يستطيع أن يكسب عيشه و أن يقوم بعمل مفيد .

مهارات التأهيل المهني

يقصد بالتأهيل المهني التوجيه المهني لكل من نقصت قدرته على العمل والإنتاج نتيجة عجز أو عاهة ولادية ، أو مكتسبة أثناء حياة الفرد في إثر حادث. فهناك عاهات جسمية منها المرض المزمن والذراع المبتورة والعين المفقودة ، وهناك عاهات عقلية كضعف العقل والفصام، وعاهات خلقية كانهراف السلوك ، بل قد يعد المرض النفسي من قبيل التأهيل المهني للعجزة والمعوقين جسيما ليس غير.

فالتأهيل المهني هو معونة المريض على إيجاد عمل يناسبه ويستغل ما لديه من قدرات ومهارات ، ثم تدريبه على هذا العمل ، وإلحاقه به ، ومساعدته على التقدم فيه. وظاهر من هذا أن عملية التأهيل تتبع خطوات عملية توجيه الأصحاء ، غير أنها أعقد وأعسر منها بكثير وذلك لما يطرأ في العادة علي الأحوال النفسية للمعوقين والمرضى من تغيرات قد تكون

بعيدة الأثر ، ولما يحتاجون إليه من معونات طبية ، ولما يبديه المجتمع في العادة من مقاومة وصد عن تشغيل المرضى وذوى العاهات . وعلى هذا فبرامج التأهيل تقتضي دراسة شاملة للفرد وتحليلا مفضلا لمختلف المهن والأعمال . يبدأ أنه من الضروري في كثير من الأحيان تأهيل العاجز تأهيلا نفسيا لتخفيف ما خلفته العاهة في نفسه من آثار . ومن ثم نستطيع أن نقول إن التأهيل المهني يستهدف إعادة تكييف الفرد من جميع النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية والمهنية والاقتصادية.

ومما يستأنس بذكره في هذا المقام ما دلت عليه التجارب من أن كثيراً من ذوى العاهات في كفايتهم الإنتاجية أنهم يتسمون في العادة بقدر أكبر من الحرص والحذر واتخاذ الاحتياطات لمصادر الخطر وتنفيذ التعليمات بدقة، ومنها أنهم يلاقون في العادة أكبر قدر من الاهتمام والفحص العلمي عند تأهيلهم.

مما يدل على ان عملية التاهيل المهني هي خطوة بالاتجاه الصحيح ليس لفائدة المريض فحسب بل لتطوير البلد بشكل عام

أهداف التأهيل المهني

الأهداف الاجتماعية:

وهي تحقيق العدالة الاجتماعية وعدم إهدار القيم الإنسانية وحقوق الأفراد وتكافؤ الفرص.

الأهداف الاقتصادية:

تحويل المريض النفسي إلى قوة منتجة من خلال مهن مناسبة مع قدراته لزيادة الإنتاج والدخل القومي بدلاً من زيادة التكلفة على الدولة بالمساعدات والإعانات .

دور التأهيل المهني

- إعداد المريض النفسي للعمل في مهنة أو حرفة تلائم قدراته و ميول الأسرة أو مطلوبة في سوق العمل المحلي دون أن يعتمد على غيره بأقل ما يمكن.

- إكسابه الخصائص الشخصية التي تمكنه من تقبل الآخرين له و تعاونهم على الحصول على الاندماج المجتمعي.

- تكوين الحس العملي لدى المريض النفسي و تنمية قدراته المهنية و العملية وطرق تطويرها.

- التبصير بأهمية دور الأسرة بأنماطها المختلفة في المساهمة الفعالة في التأهيل المهني و

مراحل المختلفة و تعديل نظرة المجتمع السلبية.

- التصدي الإيجابي لمشاكل التشغيل في المجتمع.

- تصنيع الأدوات و الوسائل المساعدة للمريض النفسي منخفضة التكاليف باستخدام خامات البيئة.

مراحل التأهيل المهني

- مرحلة الإعداد للعمل و التوجيه المهني.
- مرحلة التدريب المهني .
- مرحلة التشغيل و المتابعة.

مرحلة الإعداد لما قبل التأهيل المهني:

١. مهارات الحياة اليومية:

- القدرة على التصرف المالي
- القدرة على تحمل مسئولية البيت
- القدرة على العناية بالاحتياجات الشخصية

• القدرة على تجهيز الأكل

• القدرة على الاشتراك في النشاطات المدنية

• القدرة على شغل وقت الفراغ والتجول في الحي أو المنطقة

٢. مهارات شخصية واجتماعية

• التعرف على الذات

• بناء الثقة بالنفس والوصول إلى الاستقلالية

• تنمية السلوك الاجتماعي المناسب

• تنمية المهارات الخاصة بالتعامل مع الآخرين

• تنمية القدرات على وجود حل للمواقف المستجدة

• تنمية القدرة للتواصل مع الآخرين

٣. مهارات مهنية

• التعرف على الاحتمالات المهنية.

• اختيار وتجربة الفرص المهنية.

• السلوك المناسب في العمل وعادات عمل جيدة.

• مهارات أساسية عامة في العمل.

• مهارات خاصة في العمل بحسب نوع المهنة او الحرفة.

• التوظيف والحفاظ على الوظيفة.

التأهيل النفسي



إعداد

- ١- أ.م.د. علي كريم خضير_ كلية التمريض – جامعة بغداد
- ٢- م.م. قحطان قاسم محمد_ كلية التمريض – جامعة بغداد
- ٣- م.م. كوثر سلمان داود_ المعهد الطبي الفني- بغداد