

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی حمایت‌های روانی اجتماعی



Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS)

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

سلامت روانی و حمایت روانی اجتماعی چیست؟

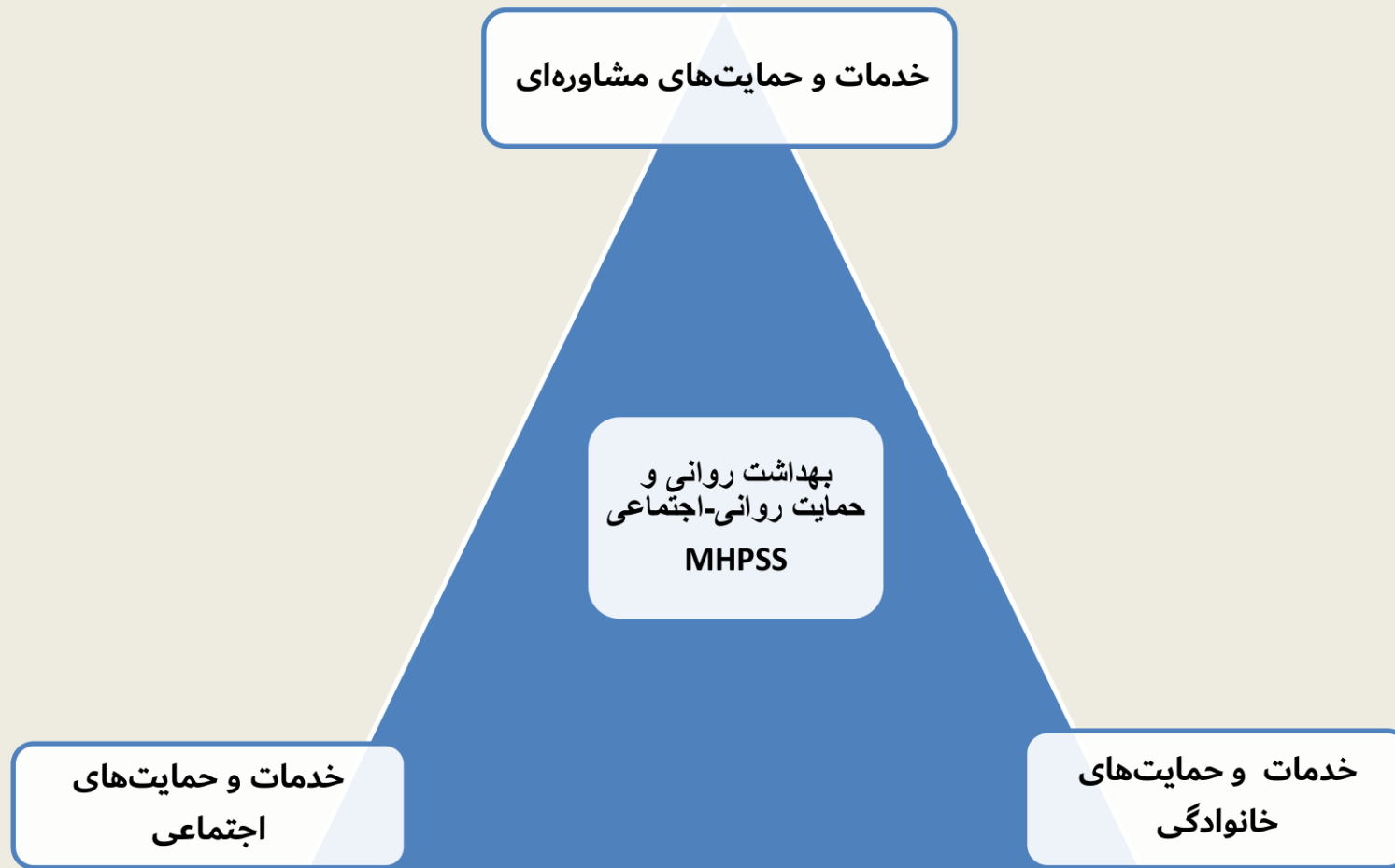
MHPSS یا اصطلاح «حمایت روانی- اجتماعی» به معنی برخورداری از حمایت دوستان و اعضای خانواده و آشنایان در مواقع بحرانی و در صورت نیاز است. حضور افرادی در کنار ما که در روزگار خوشی و ناخوشی بتوانیم با آنها صحبت کنیم و یا از ایشان کمک بگیریم باعث میشود از نظر روحی و جسمی سالم تر بمانیم. حمایت اجتماعی کیفیت زندگی را ارتقا می بخشد و در مقابله با حوادث ناگوار زندگی کمکی موثر است.

حمایت روانی - اجتماعی:

وقتی دو کلمه روانی - اجتماعی همزمان استفاده می‌شوند، یعنی هر دو از یکدیگر تاثیر می‌گیرند. یعنی مشکلات اجتماعی می‌تواند شخص را به مشکلات روانی مبتلا کند و مشکلات روانی می‌تواند شخص را گرفتار مشکلات اجتماعی کند.

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی



بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

حمایت های روانی اجتماعی

حمایت روانی- اجتماعی در واقع میزان برخورداری از محبت، همراهی، مراقبت، احترام، توجه و کمک دریافت شده توسط فرد از سوی افراد یا گروه های دیگر نظیر اعضای خانواده، دوستان و گروه های دیگر است.

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی حمایت روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی از کودکان:

از آنجایی که کودکان به شیوه های مختلفی از محیط متاثر می شوند، به حمایت های مختلفی نیز نیاز دارند. از جمله:

➤ تقویت کردن فاکتورهای محافظتی در برابر فاکتور خطر

➤ ایجاد یک سیستم محافظتی قوی



بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

چگونه می‌توانیم عوامل خطرا کاهش دهیم و عوامل حمایتی را تقویت کنیم؟

- ◀ اطمینان پیدا کردن از اینکه کودک در محیط خانواده مورد حمایت والدین خود قرار گیرد.
- ◀ آگاهی بخشی در مورد حمایت های روانی اجتماعی در خانه برای والدین
- ◀ سپردن بعضی از مسئولیت‌ها، سرگرمی ها و کارهای خانه به کودکان (متناسب با سن و توانمندی‌ها)
- ◀ آغاز دوباره فعالیت های معمول روزمره که مناسب سن کودکان باشد در مدرسه، فعالیت های تفریحی، فعالیت های اجتماعی و غیره، کار های گروهی توسط معلمین و مددکارهای اجتماعی

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

ادامه.....

- تقویت و پویایی سیستم حمایت از کودکان برای حمایت و مراقبت بهتر از کودکان
- فراهم کردن فرصت ابراز نظر، مشارکت در فعالیت های اجتماعی و ساختن یک آینده مثبت برای خود
- همکاری با مراقبت کنندگان (خانواده ها، معلمین و غیره)
- تقویت مهارت های زندگی کودکان جهت غلبه کردن بر اوضاع ناگوار



بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۱: دسترسی به خدمات اساسی و امنیت

- ✓ برای حمایت کودکان در برابر خشونت و بدرفتاری آگاهی دهید و آموزش مهارت های حفاظت فردی را در دستور کار قرار دهید.
- ✓ برای آغاز مجدد یک آموزش حمایتی و بی خطر برای کودکان بکوشید.
- ✓ در کنار هم بودن خانواده و مراقبت های خانوادگی، احساس امنیت را در کودکان تقویت می کند.

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۱: دسترسی به خدمات اساسی و امنیت

- ✓ خودکفایی و استقلال خانواده را رشد دهید
- ✓ از کمک‌های بشردوستانه برای ارتقای سلامتی و رفاه استقبال کنید.
- ✓ در شرایط اضطراری، تدابیر لازم برای حمایت از افراد فراهم کنید.
- ✓ زمینه مشارکت جامعه را در تصمیم‌گیری‌ها فراهم کنید.

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۲: همکاری‌ها در سطح اجتماع و خانواده

- ✓ از فعالیت‌های هنری و ورزشی حمایت کنید.
- ✓ فعالیت‌های سازنده‌ای برای رشد مهارت‌های زندگی و ایجاد مکانیزم‌های مقابله با دشواری‌ها اجرا کنید.
- ✓ از ایجاد فضا/محیط مناسب برای کودکان و نوجوانان حمایت کنید.
- ✓ از مشارکت افراد برای بازسازی زیرساخت‌های اجتماعی استفاده کنید.
- ✓ در مورد مکانیزم‌های رسیدگی به مشکلات، مستندات و داده‌هایی جمع‌آوری کنید.

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۲: همکاری‌های در سطح اجتماع و خانواده

تقویت خانواده:

- ◀ درمورد چگونگی کمک والدین و اعضای خانواده به کودکان، راهنمایی‌هایی را فراهم کنید که از لحاظ فرهنگی متناسب باشند
- ◀ با والدین و خانواده‌ها در زمینه مقابله با مشکلات شان همکاری کنید
- ◀ گروه‌هایی با حضور والدین تشکیل دهید.
- ◀ به نیازهای اولیه کودک همچون تغذیه، سلامت و مواردی از این قبیل الویت دهید.
- ◀ با خانواده‌ها جهت دسترسی شان به خدمات اساسی همکاری کنید

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۲: همکاریهای در سطح اجتماع و خانواده

- تقویت همکاریها در سطح اجتماع:
- ◀ کمک به معلمین در مقابله با مشکلات
 - ◀ کمک به افراد کلیدی جهت حمایت از کودکان
 - ◀ فراهم کردن کمک روانی-اجتماعی به بزرگسال
 - ◀ تقویت همکاری کودکان با یکدیگر
 - ◀ آغاز مجدد فعالیت های فرهنگی و معنوی
 - ◀ تقویت شبکه های اجتماعی
 - ◀ آموزش آموزگاران در مورد مراقبت و همکاری های روانی-اجتماعی
 - ◀ آموزش مشاوران سلامت

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله 3: همکاری‌های متمرکز

برای کودکان و مراقبین آنها که:

- در حال حاضر در شرایط کشمکش قرار دارند
- پیشرفتی در رشد و توسعه فردی آنها صورت نمی‌گیرد
- نمی‌توانند همانند همسالانشان فعالیت کنند
- احتیاج دارند که به نیازمندیهای روانی-اجتماعی به طور مستقیم رسیدگی شود

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۳: همکاریهای متمرکز

اقدامات متمرکز مربوط به روانی-اجتماعی مستلزم کارمندان آموزش دیده و مجرب است. اقدامات می‌توانند شامل موارد زیر باشد:

- مدیریت موضوع
- بازدیدهای خانواده
- کمک‌های اولیه روانی-اجتماعی
- گروه‌های حمایتی
- فعالیت‌های سازنده ورزشی
- خطوط هات لاین یا تلفنی کمکی مربوط به خدمات روانی-اجتماعی
- ارائه مشاوره‌های خارج از بیمارستان به افراد و خانواده (مانند مشاوره در مدرسه)

بسته آموزشی مشاوره روانی اجتماعی

حمایت روانی اجتماعی

مرحله ۴: خدمات اختصاصی

- استفاده از راهکارهای معنوی از نیایش مذهبی تا مراقبه و مدیتیشن برای گذر از بحران‌های روانی
- خدمات پزشکی و یا خدمات روانی-اجتماعی
- مراقبت سلامتی روانی از طریق نگهداری در یک مکان خاص