

التدخل في العلاج الإنشغالي

# الفصام

## ما هو العلاج الإنشغالي؟

حياتنا اليومية مليئة بأنشطة ذات أهمية كبيرة، و منها التنزه في الطبيعة، الأنشطة الرياضية، الرسم، تحضير الطعام، الإهتمام بالذات و بالآخرين، العمل، الخروج مع الأصدقاء، الإهتمام بالمنزل، الخ. هذه الأنشطة هي التي تعطي معنى للحياة و تُكوّن هويتنا.

عندما يحدثنا مرض، إعاقة، إصابة أو ظروف إجتماعية أو بيئية من القيام بالأنشطة اليومية، يُساهم المعالج الإنشغالي في إيجاد الحلول المناسبة من أجل تعزيز الإستقلالية في هذه الأنشطة، تحسين جودة حياة الفرد و الحدّ من ظهور صعوبات أخرى قد تؤثر على هذه الإستقلالية .

”العلاج الإنشغالي هو فنّ وعلم يهدف الى تسهيل المشاركة الفعّالة للفرد في الحياة اليومية من خلال الأنشطة؛ تمكين الأفراد من تأدية الأنشطة التي تُعزّز الصحة، الراحة النفسية و الدمج الإجتماعي؛ بالإضافة إلى تعزيز و بناء مجتمع عادل و متكافئ لا يُهمّش أحد حتّى يتمكّن الجميع من المشاركة بكامل إمكانيّاتهم في أنشطة الحياة اليومية“.

Townsend & Polatajko, 2007

## الفصام (شيزوفرينيا)

الفصام هو اضطراب عقلي بالغ و مزمن، يمّس 1٪ من السكّان حول العالم. يظهر هذا المرض عبر مجموعة من العوارض الإيجابية (الهذيان، الهلوسة)، العوارض السلبية (التراجع العاطفي، العزلة، فقدان اللذة)، التفكير والسلوك غير المنظمين. هذه العوارض تؤثر على قدرة الشخص على ممارسة أنشطة الحياة اليومية، مما يؤدي إلى تدني جودة الحياة و المشاركة الإجتماعية و المهنية. المعالج الإنشغالي هو أحد أفراد الكادر الصحيّ القادر على مساعدة الأفراد الذين يُعانون من الفصام.

## التأثير على الحياة اليومية

- التحاور، التفاعل مع الآخر و الإنعزال؛
- إمتلاك الطاقة و الإهتمام لتنفيذ الأنشطة؛
- القيام بعدة أدوار إجتماعية (دور الأهل، الزوج، الموظف، التلميذ، الصديق، الخ)؛
- العمل و/أو إكمال الدراسة.

- الإهتمام بالذات و بالمحيط (الحفاظ على النظافة الشخصية، ترتيب الغرفة، الخ)؛
- تنظيم الرّوتين اليومي (إدارة الوقت، المال، التسوّق، الخ)؛
- التركيز، الحفظ، حلّ المشكلات، إتخاذ القرارات، الخ؛
- تحديد و تفعيل الإهتمامات؛

# دور المعالج الإنشغالي

تقييم قدرات الفرد، قدرته على ممارسة الأنشطة و مختلف محيطه.

تخطيط الأهداف التي يجب تحقيقها مع الفرد ومساعدته لتحقيقها من أجل تحفيز التكيّف الوظيفي.

تحسين القدرات الجسدية، الذهنية والإجتماعية.

مساعدة الفرد للحصول على برنامج روتيني منظم بهدف إيجاد توازن بين الأنشطة التي يرغب بتنفيذها والتي يجب أن ينفذها.

تدريب الفرد لإستعادة عمله/ دراساته أو إعادة توجيهه وفقاً لقدراته الحالية.

تطوير الهوية الوظيفية للفرد ومساعدته لإستعادة أدواره الإجتماعية (خلق فرص جديدة بهدف تفعيل المشاركة في الأنشطة).

دعم الفرد وعائلته:

- تطوير خطة وقاية من التراجع.

- التثقيف حول أثر الاضطراب النفسي على الأنشطة اليومية.

- إقتراح إستراتيجيات عملية بهدف تعزيز التطور.

ممارسة الوصم (إعتماد لغة وسلوكيات غير عنصرية، توعية المجتمع/ المحيط حول مرض الفرد).

## شهادة

خليل يعمل كمحاسب في شركة. في التاسعة عشر من عمره، تمّ تشخيصه بإضطراب الفصام. وهو منذ ذلك الحين يتناول الأدوية ويتابع علاجه بشكل منتظم ممّا سمح له بإكمال دراساته وعمله بشكل منتظم. منذ حين، توقّف خليل عن تناول أدويته، وأصبح يشعر بأنه مضطهد، كما بات يعزل في غرفته ويرفض مقابلة أصدقائه. لم يعد يهتمّ بذاته وأصبح يتجاهل مظهره الخارجي. بالإضافة إلى أنّه يغيب مراراً عن عمله الذي لم يعد بوسعه إدارته بشكل جيّد (نسيان، تشتت، قلة إنتباه، صراعات مع الأقران). لذلك، أدخل الطبيب النفسي تعديلات على الأدوية وطلب منه أن يبدأ المتابعة عند معالج إنشغالي.

المعالج الإنشغالي قام ب:

- وضع روتين للإهتمام بالعناية الذاتية.
- إستعادة العلاقات مع المحيط وتمضية وقت مع العائلة والأصدقاء.
- وضع إستراتيجيات عملية تهدف إلى تحسين الإنتباه والتركيز ليكون أكثر فعالية في العمل.
- تثقيف خليل، عائلته ومحيطه في العمل.

