



مؤتمر

« المخدرات : مشكلة اقتصادية »

في الفترة من ٥-٦ ربيع أول ١٤٢٤هـ الموافق ٦، ٧ مايو ٢٠٠٣م

دور وزارة التربية والتعليم متمثلاً في مهنة
الاخصائى النفسى بالمدارس

إعداد

چانيت إبراهيم مسيحه

مستشار علم النفس والتربية النفسية

دور وزارة التربية والتعليم متمثلاً في مهنة الاختصاصى النفسى بالمدارس

أولاً : تمهيد

تولى وزارة التربية والتعليم اهتماماً بالغاً بتربية وتعليم النشء فى العديد من المراحل العمرية - بداية من مرحلة رياض الأطفال وحتى نهاية التعليم الثانوى بأنواعه- التى تعتبر من أهم وأخطر المراحل التى تؤسس الإنسان الإيجابى الفعال والذى يعتبر لبنة الأساس لمجتمع قوى قادر على مواجهة التحديات المختلفة التى تواجه عالمنا اليوم على المستوى الإيجابى والسلبى، ولمواجهة وتخطى صعوبات العالم المتغيرة، والعولمة بأعبائها، وليستقبلوا كل المتناقضات بصحة وتوافق نفسى.

ولما كان لا يمكن تحقيق هذه الأهداف دون وجود اختصاصى نفسى بالمدارس فقد سعت الوزارة إلى إدخال مهنة الاختصاصى النفسى المدرسى بالمدارس المصرية ليساهم بدور فعال فى تنمية الإمكانات البشرية وتيسير ورعاية تفتح القدرات والمواهب، ويكون حائط صد قوى ضد الإهمال والسلوكيات السلبية، وتحقيق التوافق الإيجابى والانضباط السلوكى.

ثانياً : لمن تقدم التربية النفسية فى المدارس .

تقدم الخدمة النفسية فى المدارس للفئات التالية :

- أ- لجميع التلاميذ بهدف تنمية ما لديهم من إمكانيات وإكسابهم قدرات من الثقافة النفسية والمهارات السلوكية ولجميع المراحل.
- ب - كما تقدم لبعض التلاميذ المعرضين للوقوع فى المشكلات السلوكية لوقايتهم من الانحراف والاضطراب (سلوك تدمير الذات كالادمان والعنوان والتطرف واضطراب الهوية - الميول الانسحابية - عدم الاتزان الانفعالى ...-الخ).
- ج - بالإضافة الى أنها تقدم لفئة محدودة ممن يعانون من مظاهر الاضطرابات النفسية، أو الانحرافات السلوكية.

ثالثاً : الادوار التى يقوم بها الاخصائى النفسى المدرسى

هذا وتقدم الخدمة النفسية مجموعة من الخدمات فى شكل مفاهيم نفسية ومهارات سلوكية واتجاهات نفسية واجتماعية، من خلال عدة أدوار يقوم بها الأخصائى النفسى وتتمثل فى :-

أ - برامج عامة تقدم لكل التلاميذ فى كل المراحل :

- تنمية الامكانيات العقلية : الذكاء - الذكاء الوجدانى - مهارات التفكير .
- تنمية الجوانب الوجدانية : مفهوم الذات الواقعية ... الخ .
- تنمية المهارات الاجتماعية التوافقية (تأكيد الذات ، تكوين صداقات ... الخ) .

ب - الاستشارات النفسية والارشاد النفسى (برامج الارشاد الفردى والجماعى) :

- بعض أساليب الارشاد النفسى الفردى والجماعى فى السياق المدرسى .
- برامج رعاية المتعرضين ، والمستهدفين للمشكلات النفسية وغيرها .
- برامج زيادة الوعى بالثقافة النفسية .

ج - التشخيص والاحالة :

- حيث يقوم الأخصائى النفسى بدور فى تشخيص المشكلات النفسية فى السياق التربوى، ولكن له حدود فى هذا الدور لا يتعداها؛ فهناك مشكلات لا يجوز له أن يتدخل فيها بالعلاج لأنه غير متخصص وغير مؤهل للتعامل معها كالأعراض النفسية فيحولها لأخصائى إكلينيكي مختص خارج المدرسة، بينما هناك مشكلات يمكن أن يتدخل فيها وهى المشكلات المرتبطة بالدراسة والتعليم وصعوبات التعلم ومشكلات سوء التوافق ونقص المهارات الاجتماعية . وعلى ذلك فيجب أن يكون لديه مهارات عديدة للتعامل مع الطلبة وتنمية مهاراتهم .

د - برامج خاصة :

كما يقدم الاخصائى بتقديم العديد من البرامج التنموية تتمثل فى :

- رعاية الموهبة والموهوبين والمبدعين .
- خدمة المجتمع المباشر .

هـ - التوجيه التربوي والتعليمي :

- توجيهات تربوية وتعليمية للطلاب فيما يخص قدراتهم وسماتهم وميولهم والمناهج الدراسية الملائمة.
- طرق الاستذكار الجيد وتوظيف أكفاً لقدرات الانتباه، والادراك، والتذكر، والتفكير .
- برامج تنمية إمكانات ذوي صعوبات التعلم.

و _ إجراء البحوث العلمية الميدانية ويشتمل على إجراءات :

- دراسة الظواهر الإيجابية، والسلبية الناشئة في المدرسة .
- دراسة المشكلات النفسية التي تظهر.

ز _ تقويم البرامج التربوية والعلاجية ويشتمل على إجراءات :-

- تقويم أنشطة الاختصاصي النفسي بالمدرسة.
- تقويم الأساليب التربوية الجديدة المراد تعميمها بالمدرسة.
- تقويم نتائج الصفوف المختلفة بالمدرسة لمعرفة الإيجابيات والسلبيات.

رابعاً : دور الاختصاصي النفسي المدرسي في مكافحة الإدمان

يعتبر مكافحة الإدمان بالمدارس أحد الأدوار التي يقوم بها الاختصاصي النفسي المدرسي والتي يمكن له تنفيذها من خلال دوره كوقائي من الانحرافات، ودوره في التدخل بالعلاج للحالات التي تتناسب مع تأهيله العلمي ويمكن عرضه في المحورين : محور وقائي - محور علاجي.

المحور الأول :المحور الوقائي

ما المقصود بالوقاية من الإدمان؟

المقصود هنا بالوقاية بشكل عام هي أي عمل نقوم بالتخطيط له لمنع ظهور مشكلة معينة (وهنا نعني الإدمان) وتشمل الوقاية مرحلتين :مرحلة الوقاية من الدرجة الأولى - مرحلة الوقاية من الدرجة الثانية

الوقاية من الدرجة الأولى

وتعتبر من أهم وأخطر المراحل الخاصة بالوقاية حيث تكون هدفها كل الطلاب بالمدرسة بشكل عام والجماعات المستهدفة أو الهشة بشكل خاص وذلك لمنع ظهور المشكلة أي منع حدوث التعاطي المسبب للإدمان وتكمن الأهمية في أنها تحد من تأثير العوامل

المساعدة على الإدمان .وتعتمد هذه الوقاية على: استخدام أساليب علم النفس المناسبة للتوعية ضد الادمان ومنها: التحكم الذاتي Self control - التدريب على مهارات حل المشكلات Problem solving skills - التعبير اللفظي عن الذات Self verbalization - فنيات إعادة البناء المعرفي Cognitive والتي تشتمل على:تسجيل الأفكار السلبية Thought catching - اختبار الواقع بإيجاد استجابات بديلة للتفكير السلبي - جداول الأنشطة السارة (pes) event schedule pleasant - لعب الدور role play. هذا بالإضافة إلى إكساب الشباب المعلومات العلمية الصحيحة وبعض المعتقدات الصحيحة عن المواد النفسية.بالإضافة إلى إكسابهم مهارات معينة مثل مهارات ضبط الذات والمهارات الاجتماعية مما يساعد على إنقاص الدافع الداخلي لتعاطي المواد النفسية وإنقاص قابلية الفرد للاستجابة للضغوط الاجتماعية لتعاطي المواد المخدرة.

- العناية المبكرة بالأفراد الذين يعانون من الاضطرابات وبعض الأعراض التي لا تضعهم في فئة المرضى ولكنها أيضاً لا تجعلهم أسوياء تماماً.وخطورة هذه الحالات أنها يمكن أن تكون التربة الخصبة لظهور مختلف أنماط التعاطي.

الوقاية من الدرجة الثانية

وتعنى هذه المرحلة بالكشف عن الحالات المبكرة التي وقعت في برائن ما قبل الإدمان حتى يمكن وقايتهم من التمداد في التعاطي وإبعادهم عن مرحلة الإدمان.فهناك دراسات تؤكد على أن نسبة كبيرة من الطلبة تحاول أن تكتشف هذه المواد المسببة للإدمان ثم يتوقفون عن التعاطي لعدة أسباب منها ما هو ديني ومنها ما هو صحي أو أسباب مالية أو محاذير اجتماعية أو خوف من الأهل أو الإدمان أو انتهاء الظروف النفسية (مثل الاكتئاب - الشعور بالوحدة - القلق الخاص بموت أحد الأقارب أو الامتحان - التوتر الناتج عن العلاقات العاطفية الفاشلة أو التأثير النفسي من الانقياد للقرين السيئ...الخ) التي سببت هذا الانحدار.

المحور الثاني : المحور العلاجي

هذه المرحلة رغم أهميتها إلا أنه من المستحسن أن يحاول الاخصائي النفسي أن لا يصل بالطلاب إلى هذه المرحلة المتأخرة حيث يكون فيها الطالب قد وصل لمرحلة الإدمان الفعلي. وإن حدثت فلا بد أن يكون هناك تدخل علاجي، يهدف إلى وقف المزيد من التدهور المحتمل للمضاعفات العضوية والنفسية المترتبة على الإدمان أو منع العودة إلى الادمان بعد الشفاء منه (الانتكاس) وهنا لا يستطيع الاخصائي النفسي المدرسة أن يباشر الطالب دون

تحويله إلى الطبيب النفسي المتخصص، نظراً لضرورة أن يكون الإشراف الطبي حاضراً لمباشرة الطالب عند سحب العقار من جسمه وما يترتب عليه من الأعراض الانسحابية التي تحدث نتيجة ذلك. ويأتي دور الاختصاصي النفسي مكملاً لدور الطبيب في إعادة تأهيل الطالب (المدمن) مرة أخرى ليعيش حياته بدون العقار الذي تعاطاه، إضافة إلى محاولة الكشف عن الأسباب التي دعت به إلى الإدمان ومحاولة التغلب عليها مع الطالب.

خامساً : استراتيجية التخطيط لبرامج الوقاية من الإدمان

تستند هذه الاستراتيجية على عدة محاور نوردتها فيما يلي:

- ١- بحث ودراسة سمات الطلاب والعوامل التي تؤثر عليهم حيث أن هناك علاقة بين سمات الشخصية وإدمان المخدر مثل القلق - الاستثارة الحسية - الانطواء - الفوبيا - وجهة الضبط - الوسواس ... الخ من سمات الشخصية (المدرب على قياسها الاختصاصي النفسي). بالإضافة إلى العوامل النفسية الأخرى المرتبطة بالسمات والإدمان كتقدير الذات المنخفض والثقة بالنفس والعدوان ... والشعور بالوحدة النفسية الخ.
- ٢- دراسة المجتمع المحلي الموجود خارج المدرسة بشكل علمي من جميع الجوانب وعلى الأخص ، السمات الشخصية السائدة بينهم ومعرفة الثقافة السائدة في موضوع الإدمان والعوامل النفسية المؤدية إلى ذلك ، ويكون الاختصاصي النفسي بعد هذه الدراسة قادر على تحديد نوع الإرشاد النفسي الذي سيقدمه لهم بناء على الدراسة العلمية التي سيقوم بها . بحيث تكون نتيجة هذا المحور اجابات على العديد من التساؤلات التي تؤثر بالسلب أو بالإيجاب في موضوع الإدمان بالإضافة إلى معلومات عامة عن ولكنها مهمة ومؤثرة :المستوى الاجتماعي والاقتصادي للمنطقة - وجود أوكار للتعاطي - وجود أماكن تيسر التعاطي كالحهاوى أو نوادى فيديو ... الخ - أماكن تساعد تقلل من التعاطي أماكن العبادة المساجد الكنائس - الحرف الموجودة بالمنطقة ونوعيات الوظائف الأخرى - نسب تقريبية للمتعاطين بالمنطقة ... الخ .
- ٣- جمع وتجهيز معلومات صحيحة وصادقة وحديثة عن الإدمان من المراكز المتخصصة ومواقع الانترنت والمراجع المختلفة، وخاصة ما يختص بالنواحي النفسية والقدرات العقلية المختلفة التي تتأثر بالإدمان كالذاكرة والانتباه وخلايا المخ ... الخ ، وإعدادها بصورة تناسب عرضها للطلبة وخصائصهم وعمرهم الزمن ونوع العقار .

- ٤- إعداد خطة للوسائل الارشادية (النفسية) المناسبة المستخدمة في البرنامج (بمشاركة الطلاب) تعتمد أساساً على الخصائص النفسية المميزة لمرحلة المراهقة.
- ٥- عمل دراسات حالة للجوانب النفسية لنماذج فعلية مدمنة وحالاتهم متهورة وأخرى كانت تتعاطى وشفيت ونماذج أخرى لا تتعاطى وذات حيثة في المجتمع وقاومت الإدمان من قبل. لمعرفة الجوانب النفسية التي بوجودها تساعد على الشفاء من الإدمان والجوانب النفسية الأخرى التي تعوق الشفاء من الإدمان .
- ٦- إعداد برامج لتنمية بعض الجوانب النفسية الإيجابية المؤثرة في الإدمان مثل :تأكيد الذات -القدرة على التعبير عن الذات - مهارات التواصل - أساليب المواجهة - اتخاذ القرار... الخ وتعديل للجوانب السلبية التي تساعد على انتشار الإدمان مثل : السلوك المتسم بالاعتمادية - فقد الثقة بالنفس - الهامشية النفسية - الشعور بالاغتراب... الخ وذلك تمهيداً لتنفيذها في مراحل مناسبة من برنامج الوقائية .
- ٧- بحث ودراسة الأنشطة الموجودة بالمدرسة وكيفية استثمارها في كل خطوة من خطوات البرنامج الارشادي النفسي حيث أن برامج تعديل السلوك وبرامج تنمية الجوانب النفسية لابد وأن تنفذ عن طريق الأنشطة المدرسية . الذي يعده الاخصائي المدرسي لوقايتهم من الإدمان.
- ٨- تحديد الزمن الفعلي لبرنامج الوقاية وأدوات التقييم والقياس المتناسبة (المقاييس النفسية التي تقيس القدرات وسمات الشخصية السابق ذكرها وأدوات لتقييم نجاح البرنامج) ، والميزانية المقترحة للتنفيذ، وأخذ موافقة المسئول بالمدرسة.
- ٩- مشاركة الطلاب في تنفيذ العديد من المهام التي تساعد تنفيذ البرنامج وتساعد على نشر الوقاية.

سادساً :استراتيجية التخطيط لبرامج العلاج من الادمان

تقوم هذه الاستراتيجيات على التعاون المشترك بين الاخصائي النفسي المدرسي والطبيب النفسي فالأخصائي النفسي لا يقوم بدوره هذا في التدخل (جمعي أو فردي) إلا من خلال الطبيب النفسي وتتضمن أنواع كثيرة من العلاج النفسي كالعلاج المعرفي (يعتمد العلاج المعرفي على العمليات المعرفية وتأثيراتها اللغوية على الانفعالات والسلوك معاً، وأن الاضطرابات النفسية إنما تنبع من اضطراب حالات التفكير - العلاج السلوكي (الذي يعتمد على عدة فنيات منها التدعيم والتشريط) والعلاج العقلاني الانفعالي (والذي يعتمد على التحرر من الأفكار التي كونت وتعتبر غير عقلانية وتقف حجر عثرة في سبيل تحقيق الهدفين

الأساسيين في الحياة وهما المحافظة على الحياة والاحساس بالسعادة والتحرر من الألم (كما ذكرنا سابقاً ويتمثل دوره في التدخل في عدة محاور تشتمل على فنيات بعض العلاجات منها :

- تنمية القدرة على مراقبة الذات
- تقييم الذات وتحديد ما يجب على مراقبة الذات.
- برنامج تعديل السلوكيات التي تم الاتفاق عليها. ويتطلب ذلك التدريب على ممارسة الاسترخاء العضلي العميق - استرجاع مجموعة من الجمل والعبارات الممثلة للحدث المؤذية التي ارتبطت بالتعاطي وتاريخه فيه - البحث عن أى نشاط إيجابي والقيام به للتشتت بعيداً عن الشعور بالاشتياق للتعاطي.
- التدريب على الرصد ثم التحكم فالتعديل للأفكار الميسرة للتعاطي واستبدالها بالأفكار المثبطة للتعاطي. وتتضمن: المحاضرات التثقيفية النفسية عن : الاضطرابات المزاجية (مواجهتها) باستخدام أساليب العلاج المعرفي السلوكي - الأسرة والتفاعل والأدوار - ديناميات العلاقات بين الشخصية على مستوى الأقران والأصدقاء - تنمية بعض المهارات الاجتماعية على مستوى الأقران والأصدقاء - تنمية بعض المهارات الاجتماعية مثل مهارات تأكيد الذات - الاشتياق - التدريب على مهارات حل المشكلات
- المحافظة على استمرارية حالة التغيير أى الثبات على حالة التوقف عن التعاطي. وتشير إلى المرحلة التي يتم فيها تسجيل وتثبيت السلوك الذي تم تغييره والتي من خلالها يخرج الفرد من دائرة التغيير إلى حياة خالية من المخدرات.
- برنامج الوقاية من الانتكاس مرة أخرى وتحديد المواقف الخطرة المنبئة بحدوث التعاطي فى فئاتها الثلاث: المواقف الخاصة بالضغط الاجتماعي - المواقف الخاصة بالمشكلات - حالات الاضطراب المزاجي الانفعالي
- التدريب على أساليب المواجهة.
- التدريب على مهارات تأكيد الذات لأولئك الذين يعانون تلك المواقف كمواقف منذرة باحتمالية الانتكاس بالتعاطي - مهارات حل المشكلات بالنسبة لأولئك الذين يعانون تلك المواقف كمواقف منذرة باحتمالية الانتكاس بالتعاطي - العلاج المعرفي لأخطاء التفكير، قائمة الأحداث السارة بعيداً عن التعاطي، الاسترخاء العميق ويطبق ذلك فى حالات الاضطراب المزاجي
- التدريب على نموذج الادمان الايجابي أى ممارسته أنشطة إيجابية يمارسها الطالب كبديل للأنشطة السلبية التي كان يقوم بها سابقاً ويتم ذلك من خلال التدريب تغيير نمط الحياة السابق على التعاطي.

سابعاً : آليات وأدوات يستخدمها للأخصائى النفسى للوقاية من الإدمان

- برامج تعديل الاتجاهات وبرامج لتعديل السلوك.

- أدوات للتقييم مثل :

مقاييس الاتجاهات والقيم لقياس دافعية الفرد للتعاوى من جانب واستعداده للإقلاع عنه من جانب آخر وذلك فى إطار من قيمه نحو الموضوعات ذات الدلالة وهى ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمقاييس استهداف تعاوى المخدرات - مقاييس الشخصية الموضوعية والاسقاطية - اختبارات القدرات المعرفية (الاستدلال اللفظى - والاستدلال الحسابى - الاستدلال البصرى - الذاكرة - الانتباه) - الاستبيانات التى تكشف عن جوانب عديدة مثل تكرار التعاوى ومدى تأثيره وكمياته ومخاطره وظروف التعاوى ومحاولات المدمن وقف التعاوى ومدى نجاح أو فشل هذه المحاولات ... الخ - الملاحظة والمقابلة .

- المشاركة الفعلية من كل أطراف المنظومة التعليمية والأسرة حيث لا يستطيع الأخصائى النفسى القيام بعمله فى عزلة عن مقومات المنظومة التعليمية التى تتمثل فى كل عناصر البناء : من إدارة ، ومعلمين ، ولوائح للإشراف والتوجيه ، فالأخصائى النفسى يضع فى خطته أدوار لاشتراك كل هذه الأطراف فى خطة عمله هذا بالإضافة إلى الأسرة والتى تعتبر المنظار التى يرى منها الأخصائى النفسى ثقافة مجتمع الطالب فى تعامله مع نفسه والآخرين. وعلى ذلك فنفهم ووعى الأسرة لما تقدمه المدرسة ، ودعم جهودها ، أمرٌ أساسى فى برامج الخدمات النفسية، فالمدرسة تستطيع أن تشرك الأسرة فى برامج الوقاية بإرسال نشرات توعية وإرشاد لها أو عن طريق عقد الندوات والمحاضرات .