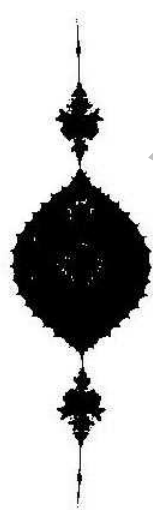


راهنمای مقدماتی اقدامات
اجتماع محور ارتقاء سلامت روان



سرشناسه: روشنفکر، پیام، ۱۳۵۵

عنوان و نام پدیدآورنده: راهنمای مقدماتی اقدامات اجتماع محور ارتقاء سلامت روان
نویسنده پیام روشنفکر، علی دلارام، زینب محمودآبادی؛
با همکاری مؤسسه مطالعات بین رشته‌ای انگاره پژوه فردا.

مشخصات نشر: اصفهان: پیمان دانش، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۱۲ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۲۰۵-۸-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: بهداشت روانی

شناسه افزوده: دلارام، علی، ۱۳۶۲

شناسه افزوده: محمودآبادی، زینب، ۱۳۶۴

شناسه افزوده: مؤسسه مطالعات بین رشته‌ای انگاره پژوه فردا

رده بندی شنگر: ۱۳۰۳/۸۶۲ RAY۹۰/

رده بندی دیویی: ۲/۳۱۲

شماره کتابشناسی: ۴۲۳۴۰۸۵



انتشارات
پیمان
دانش

انتشارات پیمان دانش

اصفهان، خیابان فرحی، خیابان منوچهری

خیابان مجمر - علی کوی شهید بیگی

ساختمان خورشید، شماره ۲

تلفن: ۰۳۱-۳۲۱۲۴۷۱۱، ۰۲۹-۰۹۱۳۱۰



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

معاونت توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد
دفتر امور مشاوره و خدمات روانشناختی

با همکاری مؤسسه مطالعات
بین رشته‌ای انگاره پژوه فردا

عنوان: راهنمای مقدماتی اقدامات اجتماع محور ارتقاء سلامت روان

مولفین: پیام روشنفکر، دلارام علی، زینب محمودآبادی

ویراستار: زهرا صادقی، ندا موسوی

طراح: مریم درخشان نیا

تیراژ: ۶۰۰ جلد

سال چاپ: بهار ۱۳۹۵

لیتوگرافی: پارسا

چاپ متن: کوثر

چاپ جلد: صبا

صحافی: بهار

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۹۷۱-۳۷-۸

پیش گفتار

کتابچه پیش رو به سفارش معاونت امور مشاوره و خدمات روانشناختی سازمان بهزیستی کشور و در پی سلسله کارگاه‌هایی نگاشته شد که از شهریور تا آذرماه سال ۱۳۹۲ برای برخی از کارشناسان مسئول این معاونت در سه استان (خراسان رضوی، قزوین و یزد) برگزار گردید. هدف از برگزاری این کارگاه‌ها رسیدن به درک مشترکی از اقدامات اجتماع محور مشارکتی و آشنایی با ابزارهایی بود که می‌توانند در این مسیر به کمک گرفته شوند. بنابراین در این کارگاه‌ها علاوه بر گفتگو در رابطه با مفاهیم و رویکردها، ابزارهای کار با اجتماعات مردمی نیز در چارچوب تمرین‌های گروهی به کار گرفته شد تا تصویر روشن‌تری از کاربردها و شیوه‌های استفاده از هر یک به دست آید و شرکت کنندگان نیز در کنار یکدیگر آنها را آزمون کنند.

در مجموع در این سه دوره‌ی آموزش مشارکتی که یکی از آنها دوره‌ی چهار روزه‌ای از ترکیب دو کارگاه مختلف بود، موضوعات مرتبط با رهیافت‌های مشارکتی، گام‌ها اقدامات اجتماع محور و حمایت‌گری با رویکرد ارتقاء سلامت روان به بحث گذاشته شد. همچون به منظور ارتقاء توانمندی‌های کارشناسان در ارائه‌ی این آموزش‌ها به دفاتر سلامت روان محلی، زمانی هم به بحث و تمرین در رابطه با مبانی آموزش مشارکتی و تسهیل‌گری در این حوزه اختصاص داده شد. در این فرآیند که فرصت آن به هم رسید، دیگر کارشناسان امور مشاوره و خدمات روانشناختی «سرکار خانم ذکایی فر» و کارشناس مسئول این معاونت سرکار خانم دکتر بی‌بی فراهیم شد، ما در کنار یکدیگر آموختیم که هم آموزشی چگونه می‌تواند افق‌های جدیدی را پیش‌روی مان قرار دهد. ما را نیز شناخت عمیق‌تر موضوعات یاری نماید. بدون شک اگر مهارت‌ها و تلاش‌های خستگی ناپذیر خانم دلارام علی‌بی‌بی تسهیل‌گر این دوره‌های آموزشی راه را برایمان هموار نمی‌کرد و همراهی و اشتیاق کارشناسان استان‌ها و همچنین تجربیات حاصل از سال‌ها تلاش و فعالیت‌شان پشتوانه‌ی پیمودن این مسیر نمی‌شد، حاصل کار به گونه‌ی دیگری رقم می‌افتاد و نیاز و انگیزه‌ی تدوین این مختصر نیز فراهم نمی‌شد.

پس آنچه اکنون در چارچوب این کتابچه‌ی راهنما پدید آمده نه حاصل کار انفرادی نگارنده که حاصل تلاش همدلانه‌ی مجموعه‌ای از کسانی است که با ساعت‌ها تلاش جمعی و با به اشتراک گذاشتن تجربیات و آموخته‌های گرانقدر خود، فرصت پیدایش چنین محصولی را فراهم کردند.

جادار از تمامی کسانی که این کتابچه حاصل مشارکت آنهاست به ویژه از دلارام علی‌بی‌بی و تشکر کنم. امیدوارم که این راهنما برای تمام کسانی که ممکن است روزی از آن استفاده کنند، مفید واقع شود و توسط خود آنان اصلاح و تکمیل گردد.

پیام روشن فکر

پاییز ۱۳۹۳

تکمله‌ای بر پیشگفتار

اکنون که این متن نگاشته می‌شود یکسال از زمانی که قرار بود ویراست نخست کتاب چاپ شود گذشته است و سرنوشت این کتاب با تحولاتی که در ساختار مدیریت کشوری سازمان بهزیستی کشور و از جمله در معاونت امور مشاوره و خدمات روانشناختی رقم خورد دستخوش تغییراتی مثبت شد از جمله اینکه فرصتی فراهم شد تا با کمک دوست توانمند خانم دکتر زینب محمودآبادی مطالب و نمونه‌هایی به متن قبلی افزوده شود. در اینجا جادارد از حمایت‌های بی‌دریغ جناب آقای میرمحمدصادقی معاون محترم که خود از بانیان این کار بوده‌اند و آقای دکتر جعفرنژاد کارشناس معاونت که با نکته‌سنجی و علاقه فراوان این کار را فراهم کردند و همچنین سرکار خانم رضایی که با علم و تلاش خسته‌گی ناپذیر زمینه‌های کار را بسیار گسترش دادند کمال تشکر و قدردانی را داشته باشم.

پیام روشنفکر
زمستان ۱۳۹۴

فهرست مطالب

۱۰	درآمد: چگونه این متن را بخوانیم
۱۳	فصل اول: مباحثی که به کارمان می‌آید
۱۵	مقدمه
۱۶	نخست: پیشینه‌ای که خوب است بدانیم
۱۹	دیدگاهمان از سلامت را توسعه دهیم
۲۱	طیف‌های سلامت را بشناسیم
۲۱	عوامل محافظت کنند و خطر را بشناسیم
۲۲	تعیین کننده‌های اجتماع سلامت روان را بشناسیم
۲۳	جنسیت به عنوان تعیین کننده سلامت روان
۲۴	نقش مادری و زنان سرپرست خانوار سلامت روان
۲۴	وضعیت تاهل (همسری) و سلامت روان
۲۵	نقش مراقبتی/ تیمارداری و سلامت روان
۲۵	زنان؛ تعدد نقش و استرس شغلی
۲۶	سن، تعیین کننده اجتماعی سلامت روان (روکرد های زندگی)
۲۷	مراحل اولیه زندگی؛ کودکان
۲۹	نوجوانی
۳۳	جوانی
۳۸	بزرگسالان
۴۰	سالمندان
۴۳	شواهد
۴۳	زمینه اقتصادی - اجتماعی و موقعیت اجتماعی
۴۳	تفاوت در مواجهه
۴۴	رویکرد رویدادهای زندگی و استرس اجتماعی
۴۵	ارتباط سلامت روان و نابرابری را در نظر بگیریم
۴۶	نقش‌های یک کنشگر سلامت را بشناسیم
۴۷	دوم: مفاهیم پایه در مداخلات اجتماع محور
۴۷	وقتی می‌گوییم «اجتماع» از چه چیزی حرف می‌زنیم؟

۴۹	به چه کارهایی می‌گویند اقدام اجتماع محور؟
۵۱	چرا چوب اقدام اجتماع محور
۵۱	ربط مشارکت و اقدام اجتماع محور چیست؟
۵۱	مفهوم سازی‌های مشارکت
۵۶	ارنشتاین و نردبان مشارکت
۵۸	سطوح مشارکت در چرخه پروژه از نظر کلیتون
۵۹	چالش‌های مشارکت
۶۱	سوم: از تکنیک به تسهیل‌گر
۶۳	فصل دوم: اقدام اجتماع محور در عمل
۶۵	مقدمه
۶۶	گام‌ها اقدامات اجتماع محور
۶۷	چگونه به اجتماع نزدیک شویم؟
۶۸	مطلعین کلیدی را شناسایی کنیم
۶۹	دست اندرکاران را شناسایی و تحلیل کنیم
۷۱	برای تحلیل دست اندرکاران از چه ابزارهایی استفاده کنیم؟
۷۱	نمودار دایره‌ای یا پای (Pie)
۷۲	نمودار مجموعه‌ها یا ون (Venn)
۷۳	نمودار جریان یا فلو (Flow)
۷۴	ماتریس قدرت / منفعت
۷۵	چگونه دست اندرکاران و منابع را بسیج کنیم؟
۷۵	بسیج اجتماع محلی
۷۸	بسیج نهادهای دست اندرکار
۷۹	چگونه اهدافمان را به اهداف اجتماع پیوند بزنیم؟
۷۹	شناسایی نیازها و مشکلات اجتماع
۸۰	ماتریس اولویت بندی و تکنیک باردهی
۸۲	شناسایی دارایی‌های اجتماع
۸۳	چگونه سازماندهی اجتماعی ایجاد کنیم؟
۸۵	ترسیم درخت مشکلات و راهکارها

۸۶	چگونه برنامه‌ریزی کنیم؟
۸۸	پایش و ارزشیابی
۹۰	حمایت‌گیری و مدافعه‌گری در اقدامات اجتماع‌محور سلامت روان
۹۳	اهمیت مستند سازی، گزارش‌دهی و تولید شواهد
۹۵	منابع
۹۶	برای مطالعه بیشتر
۹۸	پیوست‌ها
۹۸	الگوهای مداخله ارتقا اجتماع‌محور سلامت روان
۹۸	۱. مدل ادغام با خدمات تخصصی جامعه‌ای (CBR)
۱۰۰	۲. مدل ادغام با خدمات مراقبت‌های اولیه‌ی بهداشتی (PHC)
۱۰۱	۳. مدل برنامه‌های اجتماع‌محور مبتنی بر متخصصین (CMH)
۱۰۲	راهنمای عملی برای ارتقاء مدل CMH
۱۰۴	وضعیت سلامت روان در ایران
۱۰۸	سیاست‌ها و برنامه‌ها
۱۰۹	خدمات بهداشتی اولیه (PHC) و بهداشت روان
۱۱۰	خدمات سلامت روان در سوانح و بلایا
۱۱۱	ساختار مدیریت خدمات سلامت روان
۱۱۲	منابع

درآمد: چگونه این متن را بخوانیم

این کتابچه یک راهنمای مقدماتی برای کارگزاران سلامت روان است که با رویکرد اجتماع محور سروکار دارند. ساختار کلی متن در دو فصل طرح‌ریزی شده است. فصل نخست به مباحث پایه و مفهومی می‌پردازد که به کار توسعه‌ی بینش ما از موضوع می‌آید و در فصل دوم مباحثی کاربردی‌تر عنوان شده است که در میدان عمل به ما کمک خواهند کرد. هرکدام از فصول، بخش‌هایی دارند که تلاش شده توالی منطقی داشته باشد تا خواننده به تدریج با ابعاد و جوانب کار ارتباط برقرار کند، لذا این اثر را باید به عنوان یک کلیت در نظر داشت که قطعات جورچین (پازل)ی را کنار هم قرار می‌دهد و پس از آنند کل متن است که تصویر ما کامل خواهد شد.

بخش نخست در فصل اول با ذکر مختصر یک تاریخچه آغاز شده است و یادآور تحولاتی است که در اقدامات و سیاست‌های کنشگران سلامت روانی داده و با انباشت تجرب حاصل از موفقیت‌ها و شکست‌های ناشی از آن ما را در نقطه‌ی کنونی از تاریخ قرار داده است. در خلال این مرور است که پیدایش اقدامات اجتماع محور و اقبال با تأخیر به آن را درخواهیم یافت. سپس بحث بر مود معنای سلامت و ابعاد آن گشوده شده است با هدف توسعه‌ی دیدگاه مان از سلامت و اینکه دیدگاه «بیمارنکر» یا «نقدان» خور» چطور با دیدگاه مثبت‌نگر، پیوستار سلامت را توسعه داده و رویکرد ما به آن را به صورت کل نگر درآورد است. آنجا که خواهیم یافت که همزمان با درد، باید به لذت هم توجه داشت و همزمان با افسردگی باید شادی را از جنبه‌ی مثبت سلامت روان در نظر گرفت. در پیوند با موضوعات پیشین بحث‌هایی در مورد عوامل محافظت کننده و خطر، تعیین کننده‌های اجتماعی سلامت و اهمیت کاهش نابرابری‌های سلامت مطرح شده است تا ایده‌های ما را برای مداخلات سلامت روان، توسعه دهند. در این بخش جنسیت، سن و وضعیت اقتصادی-اجتماعی به عنوان سه تعیین کننده‌ی اجتماعی مورد بررسی قرار گرفته است.

در این فصل در پیوند با مباحث پیشین درخواهیم یافت که علاوه بر جنبه‌های منفی سلامت روان؛ همچون بیماری‌ها و اختلالات، می‌توان جنبه‌های مثبت سلامت روان؛ همچون شادی را نیز در دستور کار مداخلات قرار داد و همزمان با مداخله برای کاهش وابستگی فرد به مواد می‌توان به عوامل اجتماعی تعیین کننده این وابستگی (مثل مشکلات خانوادگی، بیکاری، محیط زندگی و...) هم نظر داشت. و در کنار همه‌ی اینها خواهیم دید که یک دستور کار مهم برای افزایش سلامت جوامع، کاستن از نابرابری‌های توزیع ناسلامتی در بین گروه‌های مردم است. بخش نخست این فصل با نیم نگاهی به نقش‌های کنشگران سلامت پایان می‌یابد و دلالت‌هایی برای چگونگی کمک گرفتن متخصصان از مردم در خود دارد و اینکه کنشگری سلامت نقشی گسترده، چند بعدی و اجتماعی است و نباید آن را در انحصار «حرفه‌ای‌ها» دانست. به طور کلی در فصل اول در کنار آنچه گفته شد و برای درک بهتر مباحث نظری، به برخی از تجربیات بین‌المللی نیز اشاره‌های مختصری شده تا خواننده بتواند تصویر جامع‌تری کسب کند.

بخش دوم فصل اول به موضوع اصلی و محوری این کار می‌پردازد و آن بحث اجتماع و اجتماع محوری است. در این بخش آنچه به نظر بدیهی می‌رسد را زیر ذره بین خواهیم برد؛ از معنا و مفهوم اجتماع تا دسته بندی برخی داعیه‌های مختلف اجتماع محوری. حاصل این بحث لابد باید به این کار آید که خواننده دست کم تکلیف خود را در این میان بداند و دریابیم که از بین تعابیر مختلفی که برای این عبارت‌ها وجود دارد ما کجای کار هستیم. در ادامه هم نسبت مشارکت

با اقدامات اجتماع محور مورد بحث قرار گرفته و تلاش شده تا برخی اشتباه‌های رایج در معادل گرفتن این دو اصطلاح را به خواننده گوشزد کنیم. این کار البته ما را کمی از مسیر منحرف می‌کند و به ناچار به صورت گذرا سری می‌زنیم به دنیای مشارکت و مفهوم سازی‌های آن و به سرعت خارج می‌شویم چراکه ماندن در آن وادی می‌تواند بسیار به درازا بکشد و در حوصله‌ی خواننده‌ای با گرایش‌های کاربردی ننگند. درگیری در اینگونه بحث دامنه دار و قدیمی ممکن است هر خواننده‌ی کنجکاوی را به دام بیاندازد و در همان ایستگاه متوقف شود. در انتهای این فصل یعنی در بخش سوم اشاره‌ای شده است به یکی از پل‌های ارتباطی بین ما «غریبه‌ها» و اهالی اجتماعی که به آن وارد می‌شویم و تغییر نقشی که باید از «تکنسین» دانای کل به «تسهیل‌گری» که پذیرای یادگیری هم هست بدهیم.

اگر در فصل نخست خواننده را خسته و گیج نکرده باشیم و بتوانیم افکارمان را سازمان بدهیم و نفسی تازه کنیم می‌توان آماده ورود به فصل دوه شد. در اینجا می‌خواهیم اقدام اجتماع محور را در عرصه‌ی عمل به بحث بگذاریم و حتی گاه در عالم ذهن و مثال وارد میدان بشویم. در همان آغاز تکلیف مان را با این انتظار که یک دستورالعمل ساده کننده‌ی کار وجود دارد روشن می‌کنیم و می‌دید که اینجا هیچ دستور پختی (رِسپی) برای تهیه‌ی کیک ما وجود ندارد. کارمان انگار بیشتر به یک سفر اکتشافی در اعماق جنگل می‌ماند. می‌توانیم در مورد ملزومات و ابزارهای سفر از آنچه دیگران انجام داده‌اند نکات مفیدی بیاموزیم اما حتی اگر بخوایم نمی‌توانیم خودمان را از لذت غافلگیری و خلاقیت یا تلخی شکست محروم کنیم. به هر حال برای همسفر شدن با خواننده راهی را پیش رو خواهیم گذاشت و به ترتیب؛ طریقه‌ی نزدیک شدن به اجتماع، شناسایی افراد کلیدی و تحلیل دست اندکاران را شرح خواهیم داد و با این توشه‌ها تلاش خواهیم کرد تا توجه اجتماع را به اهداف اولیه خودمان جلب کنیم تا شاید در ادامه بتوانیم پیوندی هم بین این اهداف و نیازها و اولویت‌های اجتماع برقرار و بسجی در اجتماع ایجاد کنیم. اگر به اینجا رسیده باشیم باید بدانیم چگونه نیروهای داوطلب همکاری را می‌توان سازماندهی کرد و چه ابزارهایی می‌توان بدست شان داد تا با آن به تحلیل ریشه‌ها و پیامدهای مسایل پردازند و شرایط مطلوبشان را در نظر آورند. مشاهده موانع موجود در اجتماع را شناسایی کنیم تا آییناً در برنامه ریزی‌ها و اقدامات بعدی به کار آیند. آخر سر وظیفه‌ی مراقبت و پایش این نهال نوپا تا به ثمر نشستن از واپسین بحث‌های ما خواهد بود. دو مبحث پایانی این فصل یکی حمایت‌گری و مدافعت‌گری و دیگری مستندسازی و تولید شواهد است. در انتها هم منابعی برای مطالعه بیشتر معرفی شده است بخشی به زبان فارسی و بخشی هم انگلیسی. پیوست‌های این راهنما دربرگیرنده‌ی سه الگوی غالب مداخلات ارتقا اجتماع محور سلامت روان: مدل ادغام با خدمات توانبخشی جامعه‌ای، مدل ادغام با مراقبت‌های بهداشتی اولیه و مدل برنامه‌های اجتماع محور مبتنی بر متخصصین)، راهنمای عملی برای ارتقا کار و وضعیت سلامت روان در ایران است. همچنین در این بخش به سیاست‌ها و برنامه‌های مرتبط با سلامت روان و ساختار مدیریت در خدمات این حوزه نیز اشاره شده است. خدمات بهداشتی اولیه و بهداشت روان در کنار خدمات سلامت روان در سوانح و بالا یا نیز دو بخش دیگر از پیوست‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

