



دستور العمل اجرایی برگزاری کارگاه های مهارت آموزی طی سال ۱۳۹۷



دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد



جدول شماره ۱ : آموزش مهارت های زندگی

| | |
|--|---|
| <p>کلیه افراد غربال منفی ۱۸ تا ۶۰ سال ارجاع شده از کارشناس مراقب سلامت به</p> <p>گروه هدف</p> <p>کارشناس سلامت روان</p> <p>نکته : کارشناسان سلامت روانی که دوره آموزش مهارت های زندگی کودکان دکتر بینا را گذرانده اند، می توانند برای گروه سنی ۷ تا ۱۲ سال کارگاه آموزش مهارت های زندگی خارج از مرکز، برگزار نمایند.</p> | <p>سرفصل های آموزشی</p> <p>مهارت مدیریت فشم و مدیریت استرس (آموزش دو تکنیک از هر مهارت متناسب با گروه هدف)</p> |
| <p>منابع آموزشی</p> <p>کتاب مرجع مدیریت فشم</p> <p>کتاب راهنمای آموزش مدیریت فشم (ویژه مدرسان)</p> <p>کتاب راهنمای تسهیلگری مدیریت فشم</p> <p>کتابچه اطلاعات و کار مدیریت فشم</p> <p>کتابچه مطالعه مدیریت فشم در موقعیت های دشوار</p> <p>کتاب مطالعه و تمرین مقابله با فشنونت فانگی</p> <p>کتاب مرجع مدیریت استرس</p> <p>کتاب راهنمای آموزش مدیریت استرس (ویژه مدرسان)</p> <p>کتاب راهنمای تسهیلگری مدیریت استرس</p> <p>کتابچه اطلاعات و کار مدیریت استرس</p> | <p>نحوه برگزاری</p> <p>برگزاری یک کارگاه ۲ ساعته به ازاء هر مهارت و با مضمون ۱۵-۲۰ نفر شرکت کننده</p> |

| | |
|---|-------------------------|
| <p>والدین کودکان ۲-۱۲ سال ارجاع شده از سوی کارشناس مراقب سلامت به کارشناس سلامت روان</p> | <p>گروه هدف</p> |
| <p>فرزندپروری یا آموزش اصول مدیریت رفتار کودکان برای والدین علل بروز مشکلات رفتاری کودکان و ارتباط مثبت با کودکان تقویت رفتار های مطلوب کودکان دستور دادن و قانون گذاری مدیریت رفتارهای نامناسب آمادگی برای مدیریت موقعیت های دشوار، برنامه ریزی برای آینده</p> | <p>سرفصل های آموزشی</p> |
| <p>بسته آموزش مهارت های فرزندپروری برای کودکان ۲-۱۲ سال (دکتر زهرا شهریور، دکتر فریبا عربگل، دکتر رزیتا داوری آشتیانی، دکتر میترا مکیم شوشتری)</p> | <p>منابع آموزشی</p> |
| <p>برگزاری یک کارگاه ۲ ساعته با حضور ۱۵-۲۰ نفر از والدین</p> | <p>نحوه برگزاری</p> |

نکات کلیدی در اجرای برنامه

با توجه به تنوع فرآیند مراجعه به کارشناس سلامت روان به منظور دریافت آموزش مهارت ها، سه نوع رویکرد دستیابی به گروه هدف به شرح ذیل در نظر گرفته شده است :

▪ آموزش گروهی مهارت از مسیر ارجاع

شامل برگزاری دوره های آموزش گروهی برای مراجعین ارجاع شده از سوی کارشناس مراقب سلامت و بر اساس فلوچارت ارجاع می باشد . کارشناس سلامت روان ملزم به برگزاری دوره های کارگاهی بر اساس جدول شماره ۱ یا ۲ _ بر حسب نوع ارجاع _ برای این افراد می باشد .

▪ آموزش گروهی مهارت ها خارج از مسیر ارجاع

شامل برگزاری دوره های آموزش گروهی می شود که کارشناس سلامت روان خارج از مرکز و بر اساس تقاضای سازمان ها برگزار می نماید .

نکته : برگزاری کارگاه های آموزش گروهی خارج از مرکز _ برای مدارس یا سازمان ها _ در صورت هماهنگی با مدیر مرکز بلامانع می باشد . حداکثر زمان اختصاص یافته به آموزش های خارج از مرکز توسط کارشناس سلامت روان ، شامل ۲۵٪ از کل زمان کاری کارشناس بوده و ۷۵٪ از زمان کاری کارشناس سلامت روان باید به ارائه خدمت در مرکز اختصاص یابد .

*تعداد افراد شرکت کننده در اینگونه کارگاه ها حداکثر ۳۰ نفر می تواند باشد .

▪ آموزش انفرادی مهارت ها

علت برخی از مراجعات به کارشناس سلامت روان، صرفاً وجود اختلال روانپزشکی نمی باشد . گاهی افراد در مواجهه با مشکلاتی از قبیل مشاجره با همسر، مشکل با فرزند، مشکل در برقراری ارتباط یا دوست یابی و نیز به روانشناس مراجعه می نمایند . با توجه به رفع اینگونه مشکلات از طریق ارائه آموزش مهارت های زندگی و فرزندپروری، رویکرد آموزش انفرادی آموزش مهارت ها مد نظر قرار گرفته است . در این رویکرد هدف ارائه رواندرمانی و مشاوره نیست . هدف توانمند سازی افراد از طریق آموزش مهارت ها بصورت انفرادی و با توجه به حیطه مشکل فرد می باشد . گروه هدف آموزش های انفرادی مهارت ها شامل موارد ذیل می باشند :

الف - افراد مراجعه کننده به کارشناس سلامت روان در مرکز، بدون طی مسیر ارجاع این افراد پس از مراجعه به مرکز بهداشت، بدون مراجعه به کارشناس مراقب سلامت یا پزشک، با یکی از شکایات فوق اشاره به اتاق کارشناس سلامت روان به منظور دریافت راهنمایی مراجعه می نمایند .

اولین اقدام برای تمامی مراجعه کننده بدون طی مسیر ارجاع، اخذ شرح حال روانشناختی طی یک جلسه ۳۰ دقیقه ای می باشد . در صورت منفی بودن شرح حال _ یعنی عدم تشخیص اختلال روانپزشکی _ ، کارشناس سلامت روان باید در قدم بعدی نسبت به هدایت مراجع برای طی مسیر ارجاع اقدام نماید . در صورت عدم تمایل مراجع برای طی مسیر ارجاع، کارشناس سلامت روان ملزم به تشکیل حداکثر ۳ جلسه انفرادی آموزش مهارت _ متناسب با مشکل فرد _ به مدت هر جلسه ۳۰ دقیقه می باشد .

در صورت مثبت بودن شرح حال روانشناختی _ یعنی تشخیص احتمالی اختلال روانپزشکی _ اخذ شده از مراجع، ارجاع به پزشک به منظور ارزیابی بیشتر صورت می پذیرد . در صورت ارزیابی منفی _ نبود اختلال روانپزشکی _ ارجاع به کارشناس مراقب سلامت به منظور ارائه آموزش مهارتها و در صورت ارزیابی مثبت پزشک _ وجود اختلال روانپزشکی _ فرآیند مداخلات درمانی بر اساس فلوجات صورت می پذیرد .

ب- افراد ارجاع شده از سوی پزشک مرکز به منظور دریافت آموزش انفرادی مهارت ها این افراد پس از ارزیابی از سوی پزشک، بر اساس نظر پزشک مرکز و با دستور مهارت آموزی به کارشناس سلامت روان ارجاع می شوند . نحوه اقدام در خصوص این افراد به شرح ذیل می باشد :

کارشناس سلامت روان ملزم به هدایت مراجع به منظور طی مسیر ارجاع به منظور دریافت آموزش گروهی می باشد . در صورت عدم تمایل مراجع برای دریافت آموزش گروهی، کارشناس سلامت روان می تواند حداکثر ۳ جلسه انفرادی آموزش مهارت ها _ متناسب با مشکل فرد _ به مدت هر جلسه ۳۰ دقیقه برای مراجع برگزار نماید .

ج - افراد مراجعه کننده به کارشناس سلامت روان بعد از دریافت آموزش گروهی (از مسیر ارجاع) به منظور دریافت آموزش های بیشتر این افراد شامل حاضرین در کارگاه های گروهی می شود که در مرکز و با هماهنگی کارشناس مراقب سلامت هماهنگ شده است . در صورتی که یکی از حاضرین کارگاه، پس از اتمام کارگاه، درخواست ارائه آموزش بیشتر داشته باشد در این گروه قرار گرفته و اقدامات مربوطه به شرح ذیل برای ایشان انجام می شود .

در صورت نیاز آموزش گیرندگان این دوره های گروهی به دریافت آموزش های بیشتر، کارشناس سلامت روان ملزم به اخذ شرح حال روانشناختی می باشد. در صورت منفی بودن شرح حال _ یعنی عدم تشخیص اختلال روانپزشکی _، کارشناس سلامت روان ملزم به تشکیل حداکثر ۳ جلسه انفرادی آموزش مهارت _ متناسب با مشکل فرد _ به مدت هر جلسه ۳۰ دقیقه می باشد

در صورت مثبت بودن شرح حال روانشناختی _ یعنی تشخیص احتمالی اختلال روانپزشکی _ اخذ شده از مراجع، ارجاع به پزشک به منظور ارزیابی بیشتر صورت می پذیرد. در صورت ارزیابی منفی _ نبود اختلال روانپزشکی _ ارجاع به کارشناس مراقب سلامت به منظور ارائه آموزش مهارتها و در صورتی که ارزیابی پزشک نیز مثبت _ وجود اختلال روانپزشکی _ باشد. فرآیند مداخلات درمانی بر اساس فلوچارت صورت می پذیرد.

د - افراد مراجعه کننده به کارشناس سلامت روان بعد از دریافت آموزش گروهی (خارج از مسیر ارجاع) به منظور دریافت آموزش های بیشتر

پس از اتمام کارگاه های خارج از مرکز که توسط کارشناس سلامت روان برگزار می گردد، در صورتی که فردی به کارشناس سلامت روان مراجعه و درخواست ارائه آموزش های بیشتر نمود، در این گروه قرار گرفته و به شرح ذیل اقدامات مربوطه صورت می پذیرد :

در صورتی که مراجع جزو جمعیت تحت پوشش مرکز باشد، کارشناس سلامت روان ملزم به اخذ شرح حال روانشناختی طی یک جلسه ۳۰ دقیقه ای می باشد. در صورت منفی بودن شرح حال _ یعنی عدم تشخیص اختلال روانپزشکی _، کارشناس سلامت روان باید در قدم بعدی نسبت به هدایت مراجع برای طی مسیر ارجاع اقدام نماید. در صورت عدم تمایل مراجع برای طی مسیر ارجاع، کارشناس سلامت روان ملزم به تشکیل حداکثر ۳ جلسه انفرادی آموزش مهارت _ متناسب با مشکل فرد _ به مدت هر جلسه ۳۰ دقیقه می باشد.

در صورت مثبت بودن شرح حال روانشناختی _ یعنی تشخیص احتمالی اختلال روانپزشکی _ اخذ شده از مراجع، ارجاع به پزشک به منظور ارزیابی بیشتر صورت می پذیرد. در صورتی که ارزیابی پزشک منفی باشد _ عدم وجود اختلال _ ارجاع به روانشناس جهت انجام آموزش مهارت ها صورت می پذیرد. در صورت ارزیابی مثبت پزشک _ وجود اختلال _ فرآیند مداخلات درمانی بر اساس فلوچارت صورت می پذیرد.

در صورتی که مراجع جزو جمعیت تحت پوشش مرکز نباشد، ارجاع به مرکز مربوطه صورت می پذیرد.

جدول شماره ۳ : شاخص های برنامه آموزش مهارت زندگی و نحوه محاسبه

| ردیف | عنوان شاخص | تعریف شاخص |
|------|---|---|
| ۱ | پوشش آموزش گروهی مهارت زندگی (از مسیر ارجاع) | مجموع افرادی که آموزش گروهی مدیریت خشم دریافت نموده اند |
| | | مجموع افرادی که آموزش گروهی مدیریت استرس دریافت نموده اند |
| ۲ | نفر ساعت آموزش انفرادی مهارت زندگی | شامل تعداد افرادی می شود که بصورت انفرادی آموزش مهارت های زندگی دریافت نموده اند * ساعت دریافت آموزش مثال : ۵ نفر * ۰,۵ = ۲,۵ نفر ساعت |
| ۳ | تعداد افراد ارجاع شده به روانشناس برای دریافت آموزش مهارت زندگی | شامل افرادی می شود که توسط کارشناس مراقب سلامت غربال منفی شده و به کارشناس سلامت روان برای دریافت آموزش مهارت زندگی ارجاع شده اند . |
| ۴ | تعداد افراد آموزش دیده مهارت های زندگی بصورت گروهی (خارج از مسیر ارجاع) | شامل تعداد افرادی می شود که خارج از مسیر ارجاع و از طریق کارشناس سلامت روان آموزش گروهی مهارت زندگی دریافت نموده اند |
| ۵ | پوشش آموزش گروهی مهارت های زندگی (مرکز / دانشگاه) | مجموع افرادی که آموزش گروهی از مسیر ارجاع دریافت نموده اند + مجموع افرادی که آموزش گروهی از مسیر غیر ارجاع دریافت نموده اند |
| ۶ | تعداد کارشناسان سلامت روان | شامل کارشناسان سلامت روانی می گردد که به ارائه آموزش ها مشغول می باشند . |

مهارت های زندگی

جدول شماره ۴ : شاخص های برنامه آموزش مهارت فرزندپروری و نحوه محاسبه

| ردیف | عنوان شاخص | تعریف شاخص |
|------|--|--|
| ۱ | پوشش آموزش گروهی مهارت فرزندپروری (از مسیر ارجاع) | مجموع افرادی که آموزش گروهی فرزندپروری دریافت نموده اند |
| ۲ | نفر ساعت آموزش انفرادی مهارت فرزندپروری | شامل تعداد افرادی می شود که بصورت انفرادی آموزش مهارت های فرزندپروری دریافت نموده اند * ساعت دریافت آموزش |
| ۳ | تعداد افراد ارجاع شده به روانشناس برای دریافت آموزش مهارت فرزندپروری | شامل افرادی می شود که توسط کارشناس مراقب سلامت غربال منفی شده و به کارشناس سلامت روان برای دریافت آموزش مهارت فرزندپروری ارجاع شده اند . |
| ۴ | تعداد افراد آموزش دیده مهارت های فرزندپروری بصورت گروهی (خارج از مسیر ارجاع) | شامل تعداد افرادی می شود که خارج از مسیر ارجاع و از طریق کارشناس سلامت روان آموزش گروهی مهارت فرزندپروری دریافت نموده اند |
| ۵ | پوشش آموزش گروهی مهارت های فرزندپروری (مرکز / دانشگاه) | مجموع افرادی که آموزش گروهی از مسیر ارجاع دریافت نموده اند + مجموع افرادی که آموزش گروهی از مسیر غیر ارجاع دریافت نموده اند |
| ۶ | تعداد کارشناسان سلامت روان | شامل کارشناسان سلامت روانی می گردد که به ارائه آموزش ها مشغول می باشند . |

مهارت های فرزندپروری

جدول شماره ۵ : حد انتظار ارائه آموزش مهارت هادر ماه

| عنوان | حد انتظار آموزش در هر ماه |
|------------------|--|
| مهارت زندگی | برگزاری ۴ جلسه گروهی داخل مرکز معادل آموزش به ۶۰ نفر |
| | برگزاری یک جلسه گروهی خارج از مرکز معادل آموزش به ۲۵ نفر |
| | برگزاری ۱۶ جلسه آموزش انفرادی |
| مهارت فرزندپروری | برگزاری ۴ جلسه گروهی داخل مرکز معادل آموزش به ۶۰ نفر |
| | برگزاری یک جلسه گروهی خارج از مرکز معادل آموزش به ۲۵ نفر |
| | برگزاری ۱۶ جلسه آموزش انفرادی |