

در منطقه برگزار شد

نشست برای هماهنگی بیشتر

نشست هماهنگی آموزشی سرگروه‌های دوام منطقه باهدف آمادگی و هماهنگی هر چه بیشتر گروه‌های دوام محله‌های منطقه برگزار شد. به گزارش خبرنگار همشهری محله، تهرانی مسئول ستاد مدیریت بحران شهرداری منطقه، در این جلسه، توصیه‌های آموزشی و کلیدی برای پیشبرد اهداف سازمان پیشگیری

و مدیریت بحران شهر تهران ارائه کرد و در پایان مسئولان دوام محله‌ها از کمیته‌ها و کاستی‌ها سخن گفتند و از کارشناسان ستاد بحران قول همکاری برای رفع نواقص گرفتند. همچنین هفته گذشته نمایشگاه دوام ستاد مدیریت بحران منطقه در بیمارستان رسول اکرم (ص) برگزار شد.

برنامه جدید برای درمان جانبازان بیمارستان نایش در گفت‌وگو با یکی از روان‌شناسان این بیمارستان

اجرای تئاتر نسخه‌ای تازه برای جانبازان

مریم زارع

بیمارستان روانپزشکی جانبازان نایش را

که در شمال سعادت آباد واقع شده چند نفر از شما که ساکن منطقه ۲ هستید، می‌شناسید؟ این مرکز توانبخشی از سال ۱۳۷۰ با هدف رسیدگی به وضعیت جانبازان اعصاب و روان فعالیت خود را آغاز کرد و با ارائه خدمات مشاوره و مددکاری و کاردرمانی تلاش می‌کند شرایط را مدیریت کند. آن‌طور که مسئولان این بیمارستان می‌گویند، آنها پس از دریافت مقاله‌های علمی در زمینه روان‌نمایشگری (PSYCHODRAMA) قصد برگزاری یک سمینار علمی با حضور استادان روان‌شناسی، برای انتقال تجربیات دارند. با «شهرام ریاحی» روان‌شناس بالینی و دبیر علمی این سمینار در بیمارستان نایش به گفت‌وگو نشستیم. او از روش روان‌نمایشگری به‌عنوان شیوه درمانی علمی که سبب کسب بینش در بیمار و بهبود شرایط روحی او می‌شود، نام برد.

اگر موافق باشید نقطه آغاز گفت‌وگوی‌مان درباره وضعیت این بیمارستان باشد.

این بیمارستان حدود ۲۲ سال قبل با عنوان مجتمع بازتوانی جانبازان اعصاب و روان، تحت نظر بنیاد جانبازان شروع به کار کرد و پس از تلفیق این مرکز با بنیاد شهید، اکنون زیر نظر بنیاد شهید فعالیت می‌کند. طبق آمار ۷۲ تخت بستری در این مرکز وجود دارد. البته تعداد بیماران بیشتر است که با توجه به وضعیتشان در دوره‌هایی به مرخصی می‌روند. در واقع بیماران از ۲ روز تا چند ماه با توجه به شرایطشان و تشخیص تیم درمان در این بیمارستان می‌مانند.

چه اقداماتی برای بیماران انجام می‌شود؟ در فضای ۲ ساختمان ۳ طبقه وجود دارد و یک مرکز روزانه نیز در حال ساخت است. در مرکز روزانه، کاردرمانی و مشاوره انجام داد و رابط بین بیمار و جامعه است و بیمار را آماده می‌کند تا پس از مدتی که از جامعه دور بوده و بازتوانی شده آماده روبرو شدن با خانواده و جامعه شود. در این بیمارستان اقدامات زیادی در حوزه «روان‌نمایشگری» و چند جشنواره اجرا شده است.



روان‌نمایشگری چه نوع درمانی است؟

روان‌نمایشگری از درمان‌های روانی گروهی است. نوعی گروه درمانی که از تئاتر برای درمان بیمار استفاده می‌شود و طیف وسیعی از اختلالات جسمی و روانی را دربرمی‌گیرد. یکی از دغدغه‌هایی که باعث شد سمیناری را در این حوزه در سطح ملی و کشوری برگزار کنیم این بود که قصد داشتیم از تجربه‌های همدیگر استفاده کنیم و بین گروه‌های درمانی ارتباط برقرار شود.

روان‌نمایشگری کاربرد جسمی و روانی دارد. به‌طور مثال از این اقدام برای افراد و گروه‌های مختلف از جمله سرطانی‌ها، بستری‌ها، زندانیان، مراکز توانبخشی، آموزش و پرورش، ... استفاده می‌شود. یک مثال در این زمینه اقدام امام‌حسن (ع) و امام‌حسین (ع) برای آموزش شیوه درست وضوگرفتن به پیر مرد با اجرای آن است که نوعی روان‌نمایشگری محسوب می‌شود؛ آنان می‌خواستند پیرمرد را به بینش برسانند. روان‌نمایشگری نیز همین کار را انجام می‌دهد و قصد دارد فرد را به بینش و آگاهی درباره خود و خصوصیاتش برساند تا کارهایی نادرستی که به‌صورت عادت انجام می‌دهد و همچنین سبک زندگی درست را به او یادآوری کند و بگوید که مشکل کجاست تا همان را تصحیح کند.

در واقع در این روش درمانی، فرد با یک نمایش ساده، بهتر و سریع‌تر متوجه رفتارش می‌شود.

بله! بعد دیگر روان‌نمایشگری، برون‌ریزی هیجان‌ها و پالایش روانی است. گاهی فرد حلقه‌های ناتمامی در زندگی‌اش دارد؛ بار سنگینی را از گذشته بر دوش می‌کشد و نمی‌تواند زمین بگذارد تا به بینش برسد. شیوه روان‌نمایشگری باعث تسهیل نمود رفتار درست و واقعی فرد با خود و دیگران می‌شود. گاهی افراد، هیجان و خاطره‌ای را از

سال‌های دور گذشته با خود حمل می‌کنند که باعث ترس و نگرانی‌شان می‌شود ولی نمی‌دانند مشکل کجاست؛ وقتی حلقه نیمه‌تمام به پایان و فرد به بینش برسد، به آرامش دست می‌یابد.

این شیوه به چه شکلی اجرا می‌شود؟ چند تکنیک هست. یک شیوه پرکاربرد، درمان یک نفر در گروه است که هم درمان یک فرد، محسوب و هم به دیگر افراد گروه که تقریباً مشکلات مشابه دارند، کمک می‌شود. مدتی پیش یکی از بیماران در گروه شرکت کرد و با عصبانیت گفت از اینکه مرا مجبور می‌کنند تعداد زیادی قرص بخورم ناراحتم. بعد از اندکی صحبت و آرام شدن از او خواستیم که به همراه یکی از اعضای گروه نقش پرستار و بیمار را بازی کنند. وقتی در نقش پرستار قرار گرفت خودش به نتیجه رسید و بازی را قطع کرد؛ انگار جواب خود را یافت و به بینش و بصیرت رسید و متوجه شد اعتراض نتیجه هیچاناتش است. در حالی که در حالت عادی باید کلی استدلال بیاوریم تا چنین فردی قانع شود.

مسئله این جلسات باید با حضور متخصصان برگزار شود! بله! این جلسات با حضور روان‌شناس و افراد متخصص حوزه تئاتر اجرا می‌شود.

در چند جلسه؟ هفته‌ای ۳ یا ۴ روز.

گروه ثابت است متغیر؟ گروه باز است. چون ممکن است برخی بیماران به مرخصی بروند یا برنامه‌ای در کاردرمانی یا تفریح درمانی داشته باشند و نتوانند در گروه حاضر شوند ولی معمولاً ۱۲ تا ۱۸ نفر حضور دارند.

افراد خودشان می‌آیند یا انتخاب می‌شوند؟ هر دو! برخی داوطلبانه شرکت می‌کنند و از وضعیت خود گزارشی ارائه می‌کنند و برخی به دلیل وضعیتشان انتخاب می‌شوند.

چه درخواست یا توصیه‌ای از شهروندان هم‌محله‌ای دارید؟

جمعی از مردان این سرزمین طی هشت سال دفاع مقدس از سلامت خود مایه گذاشتند و با ایستادگی، از کشور و ناموس این مرز و بوم دفاع کردند و قابل احترام هستند. از هنرمندان و ورزشکاران درخواست می‌کنیم به اینجا بیایند؛ این جانبازان بسیار خوشحال می‌شوند و برقراری ارتباط‌های کوچک بر خلق آنان تأثیر مثبتی می‌گذارد. وقتی متوجه می‌شوند که فراموش نشده‌اند و مردم برایشان ارزش و احترام قائلند دلگرم می‌شوند.

اگر کسانی هستند که در این مقطع زمانی می‌توانند از سمینار ما برای برگزاری بهتر، حمایت مالی انجام دهند استقبال می‌کنیم.

