

مشاوره توانبخشی  
در بیماری های  
جسمی و  
اختلالات  
روانی



# فهرست مطالب

پیشگفتار: دریچه‌ای به سوی دنیای دگر تجربه‌گران.....	۷
فصل اول: مشاوره توانبخشی و الزامات دانشی و نگرشی آن.....	۱۳
مقدمه.....	۱۳
فلسفه توانبخشی.....	۱۴
مفهوم توانبخشی و مشاوره توانبخشی.....	۱۹
اهداف و ارزش‌های مشاوره توانبخشی.....	۲۵
اهداف مشاوره توانبخشی.....	۲۶
ارزش‌های مشاوره توانبخشی.....	۲۸
جایگاه مشاوره توانبخشی در روابط بین جسم و روان.....	۳۱
سابقه توانبخشی در ایران.....	۳۸
فصل دوم: مشاوره توانبخشی با محوریت انگ اجتماعی.....	۴۱
مقدمه.....	۴۱
مفهوم انگ اجتماعی و تأثیر آن بر فرد و خانواده.....	۴۳
الف. انگ‌زنی و افراد دارای اختلال روانی.....	۴۴
ب. انگ‌زنی و خانواده.....	۴۶
معیارهای فرهنگی-اجتماعی در ایجاد انگ.....	۵۰
باورهای اجتماعی غلط در مورد معلولیت و بیماری.....	۵۳
باورهای اجتماعی غلط در مورد اختلال روانی.....	۵۵
مشاوره توانبخشی.....	۶۰
به چالش کشیدن انگ.....	۶۰
الف. خودانگ‌زنی و چالش با آن.....	۶۲
ب. انگ اجتماعی و چالش با آن.....	۶۶
انگ‌زدایی و تغییر زبان.....	۷۱
فصل سوم: مشاوره توانبخشی با محوریت خانواده.....	۸۰
مفهوم مراقبت و مراقبت در خانواده.....	۸۰
تجربه بیماری در خانواده؛ سطح معنا و تأثیر.....	۸۷
الف. خانواده و معلولیت و بیماری.....	۹۳

ب. خانواده و اختلال روانی ..... ۱۰۸

### فصل چهارم: مشاوره توانبخشی در اختلالات روانی ..... ۱۲۳

مقدمه ..... ۱۲۳

آسیب‌شناسی ..... ۱۲۳

سبب‌شناسی و آسیب‌شناسی روانی اختلالات ..... ۱۲۳

مکانیسم‌های روان‌شناختی مرتبط با آسیب روانی ..... ۱۲۶

الگوی «آسیب‌پذیری-استرس-محافظتی» اختلالات روانی ..... ۱۲۷

مشاوره توانبخشی ..... ۱۳۴

اصول و اهداف مشاوره در اختلالات روانی ..... ۱۳۷

بهبود اختلال روانی و مداخلات مبتنی بر آن ..... ۱۴۷

### فصل پنجم: مشاوره توانبخشی در معلولیت و بیماری ..... ۱۷۱

مقدمه ..... ۱۷۱

آسیب‌شناسی ..... ۱۷۳

سبب‌شناسی و آسیب‌شناسی روانی معلولیت ..... ۱۷۳

واکنش‌های روان‌شناختی فرد به معلولیت ..... ۱۷۵

نگرش‌های روان‌شناختی جامعه به معلولیت ..... ۱۸۲

الگوهای ناتوانی در مشاوره با معلولیت ..... ۱۸۹

مشاوره و توانبخشی ..... ۱۹۵

اصول و اهداف مشاوره در معلولیت و بیماری ..... ۱۹۵

سازگاری با معلولیت و مداخلات مبتنی بر آن ..... ۲۰۰

الف. فرایند آگاهی و پذیرش معلولیت ..... ۲۰۵

ب. زندگی مستقل و مؤلفه‌های اساسی آن ..... ۲۰۹

ج. دین و الگوهای مقابله‌ای آن ..... ۲۱۲

### منابع ..... ۲۱۹

## فصل اول

# مشاوره توانبخشی و الزامات دانشی و نگرشی آن

### مقدمه

دانش و نگرش دو بعد مهم در کسب شایستگی حرفه‌ای است. برای شکل‌گیری دانش مشاوره توانبخشی، درک بنیادها یا به تعبیری، درک فلسفه آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. با فهم فلسفه مشاوره توانبخشی و مبانی آن می‌توان به درک درستی از جهت‌گیری علمی مشاوران توانبخشی و رویکردها و نظریه‌های مشاوره توانبخشی رسید. پیشرفت این حرفه در آینده ریشه در بنیان‌های گذشته آن دارد؛ بنابراین، هر قدر متخصصان با پیشینه و بنیان‌های فلسفی مشاوره توانبخشی ناآشنا باشند، آمادگی کمتری برای چالش‌های آینده این حرفه دارند.

فلسفه از دیرباز و به حق خود را متولی مشاوره و روان‌شناسی می‌شمرده است، زیرا تحقیقات روان‌شناختی همزمان با طلوع فلسفه آغاز شد و تفکر روان‌شناسی بیش از بیست و چهار قرن پیش، یعنی از دوران فلسفه یونان باستان تا اواخر قرن نوزدهم، بخشی از فلسفه به شمار می‌رفت و در بطن آن رشد یافت. از این رو، مشاوره توانبخشی از طریق پیش‌فرض‌های پنهان و آشکاری که ریشه در تعالیم فلسفی داشته، تکامل یافته است؛ به طوری که با در نظر گرفتن زیرساخت فلسفی توانبخشی می‌توان به درک عمیق‌تری از دانش مشاوره توانبخشی رسید. فلسفه توانبخشی با تعریف واضح و مشخص مفاهیم و الگوهایی که عملیاتی شده‌اند، در افزایش درک حرفه مشاوره توانبخشی و روش آن حائز اهمیت است.

فلسفه به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر نگرش حرفه‌ای مشاوران نیز تأثیر می‌گذارد. نگرش‌های حرفه‌ای بسیار اهمیت دارند، زیرا بر رفتار حرفه‌ای تأثیر

می‌گذارند. آنچه حرفه مشاوره را از حرفه‌های دیگر متمایز می‌کند نگرش مشاوران است. داشتن نگرش انسان‌دوستانه نسبت به مراجعان و اهمیت دادن به حق انتخاب مراجعان و... کلید موفقیت و پیشرفت این حرفه است؛ لذا در این فصل عوامل مؤثر بر نگرش حرفه‌ای مشاوران توانبخشی و همچنین اهداف و ارزش‌های توانبخشی را تشریح می‌کنیم که در جهت‌بخشی به رفتار مشاوران نقشی تعیین‌کننده دارد. پرداختن به مفاهیم ریشه‌ای در حوزه توانبخشی و توجه به فلسفه، تاریخچه اجتماعی و فرهنگی آن از موارد مهمی هستند که در این فصل به آنها پرداخته می‌شود.

## فلسفه توانبخشی

فلسفه توانبخشی معاصر در چندین مؤلفه دچار تحول شده است که عبارت‌اند از: حرکت از یک رویکرد حل مسئله فردی به رویکرد زیست‌محیطی راه‌حل‌گرا، از بستری شدن به سمت فعالیت اجتماعی، از خیریه به حقوق شهروندی، رفتن از الگوهای آموزش حرفه‌ای جداگانه به سمت الگوی زندگی مستقل و اشتغال یکپارچه و حمایت‌شده در جامعه و همچنین رفتن از مدل پزشکی با تمرکز بر بیماری و پاتولوژی به مدل سلامتی با تمرکز بر مراحل رشد و زندگی؛ اما این تغییرات از کجا آغاز شد؟

بناتریس رایب و نظریه‌پردازان و محققان دیگری که در شکل‌گیری مشاوره توانبخشی نقش داشتند، تحت تأثیر نظریه میدان کورت لوین (۱۹۳۶)، روان‌شناس اجتماعی، قرار گرفتند که فرمول عملکردی  $B = f(P \times E)$  را ارائه کرد. لوین استدلال کرد که برای درک رفتار انسان (B)، باید بدانیم که رفتار تابعی است (f) از کنش متقابل (x) بین جنبه‌های شخص (P) و نیروهای موجود در شرایط یا محیط پیرامونی (E). به نظر می‌رسد این گزاره که تعامل‌گرایانه<sup>۱</sup> است امروزه کاملاً منطقی و پذیرفتنی به نظر می‌آید، اما در آن زمان نوعی بدعت محسوب می‌شد، زیرا در آن دوره اعتقاد بر این بود که نوع رفتار عمدتاً تحت تأثیر توانایی، عواطف، ژن، انگیزه و آسیب‌پذیری‌های فردی شکل می‌گیرد (تارویداس و هارتلی، ۲۰۱۸).

الیوت و لئونگ (۲۰۰۵) بر این باور بودند که نگرش‌های اجتماعی، تبعیض و انگ‌زنی از مهم‌ترین عواملی هستند که مانع مشارکت افراد دارای ناتوانی می‌شوند. این دیدگاه با این نگاه سنتی که معتقد بود ناتوانی و معلولیت باعث محدود شدن فرد برای مشارکت در امور اجتماعی، برقراری رابطه و ایفای نقش بزرگسال می‌شوند، تفاوت بنیادی داشت. در این دیدگاه، تغییرات اجتماعی و محیطی به کانون مداخله تبدیل می‌شود؛ بدین ترتیب هدف از مشاوره «اصلاح» یا «تعدیل» ناتوانی نیست، بلکه ناتوانی به‌عنوان بخشی از تنوع طبیعی در جامعه در نظر گرفته شده و هدف نهایی آن کمک به فرد از طریق حمایت و توانمندسازی، برای ایجاد تغییر مثبت در محیط است تا بتوان موانع مشارکت و ادغام را رفع کرد و تأثیرات منفی ناتوانی را کاهش داد (هان، ۱۹۸۵). مدل اجتماعی ناتوانی در فلسفه مشاوره توانبخشی ریشه دوانده است و نقش برجسته‌ای ایفا می‌کند. گرچه زمینه مشاوره توانبخشی از ترکیب سنت‌های حرفه‌ای بسیاری از رشته‌ها نشئت گرفته، اما آموزش تخصصی یکی از مؤثرترین عوامل در این رشته بوده است. یکی از نقاط مشترک میان آموزش حرفه‌ای و مشاوره توانبخشی این است که هر دو با ارزش‌سازی<sup>۱</sup> هم‌نظر هستند، اصطلاحی که از سوی نیرجه مطرح شد و سپس ولفنسبرگر (۱۹۷۲) آن را رواج داد. این اصل راهگشا می‌گوید همه افراد باید به الگوها و شرایط زندگی روزمره دسترسی داشته باشند به‌خصوص افراد ناتوان. ولفنسبرگر سپس به بسط مفهوم عادی‌سازی پرداخت و اصطلاح ارزش‌بخشی<sup>۲</sup> به نقش اجتماعی را مطرح کرد که شامل این ایده می‌شود که افراد باید خود را وقف «ایجاد، حمایت و دفاع از نقش‌های اجتماعی ارزشمند برای افرادی سازند که در معرض خطر بی‌ارزش شدن در جامعه هستند، مثل افراد دارای ناتوانی».

در دهه ۱۹۷۰ جنبش مؤسسه‌زدایی<sup>۳</sup> برای افراد دارای ناتوانی بر پایه مفهوم عادی‌سازی شکل گرفت و این مفهوم به بخش مهمی از اصول مشاوره توانبخشی تبدیل شد. مراجعان خدمات توانبخشی خواهان زندگی عادی‌تری بودند و جنبشی با

1 normalization

2 valorization

3 deinstitutionalization

نام زندگی مستقل در حمایت از این هدف ایجاد شد. این تحولات اجتماعی بر مشاوره توانبخشی تأثیر گذاشت و نقش مشاوران گسترش یافت تا بتوانند در جامعه به روش‌هایی که فراتر از حدود حرفه‌ای است شرکت کنند (کندو و شیروگیست، ۲۰۰۶).

در دهه ۱۹۶۰ تأکید بر حمایت و توانمندسازی که پیشینه مشاوره توانبخشی است، با تکیه بر قدرت حقوق مدنی گسترش بیشتری یافت. این که تحت محرومیت و تبعیض قرار گرفته بودند و به عنوان گروهی ناتوان شناخته شدند، به همراه بسیاری از مشاوران توانبخشی به مبارزه برای حقوق شهروندی خود پرداختند، این حرکت در ادامه توانمندسازی و حمایت از زنان و آفریقایی-آمریکایی‌هایی بود که در جامعه آمریکا با چالش‌های مختلف روبه‌رو بودند. در الگوی گروه اقلیت ناتوان، ناتوانی از منظر سیاسی-اجتماعی و نه محدودیت عملکردی در نظر گرفته می‌شود و عدم پذیرش اجتماعی برای کمک به رفع نیازهای یک گروه اقلیت که همگی از ویژگی مشترک ناتوانی در رنج هستند مد نظر قرار می‌گیرد (هان، ۱۹۸۵). شواهد زیادی وجود داشت مبنی بر اینکه افراد دارای معلولیت با تبعیض آشکار و گسترده‌ای روبه‌رو بودند، اما نبرد برای جلوگیری از تبعیض با مشکلات زیادی همراه بود: افراد دارای ناتوانی یا معلولیت تا مدت‌ها تحت عنوان قانون حقوق شهروندی، جزو گروه‌های محافظت‌شده قرار نگرفتند و از حمایت‌های خاص جلوگیری از تبعیض برخوردار نبودند. در واقع می‌توان گفت جامعه رسمی عدالت اجتماعی به‌منزله ارزشی بنیادین در حرفه مشاوره، رویدادی نسبتاً جدید است و بیشتر مشاوران توانبخشی اذعان دارند که این ارزش اصلی، بستر حوزه عمل آنها بوده است.

پایه و اساس فلسفه توانبخشی بر باور به عزت و ارزش همه مردم بنا شده است. در این فلسفه، به استقلال، یکپارچگی و مشارکت افراد دارای تجربه معلولیت و بدون معلولیت، در اشتغال و حضور در جامعه اهمیت داده می‌شود. توانبخشی مظهر این فلسفه است که افراد دارای تجربه معلولیت قادرند همیشه با محیط‌های دارای کمترین محدودیت، هماهنگ و یکپارچه شوند. ذات این فلسفه تعهد در برابری فرصت‌ها برای افراد دارای معلولیت به‌منظور مشارکت و برخورداری از کلیه حقوق و امتیازات

موجود و تأمین حس عدالت برابر بر اساس مکان (یا محل زندگی) است. همچنین این فلسفه متعهد به حمایت از افراد دارای معلولیت در فعالیتهای اجتماعی است تا به آنها کمک کند استقلال خود را به دست آورند و در نتیجه به توانمندی بیشتری برسند. فلسفه توانبخشی از حق انتخاب و توانمندسازی مراجعان حمایت می‌کند. این تأکید در تعریف فلسفه توانبخشی همچون فلسفه‌ای وجودی در نظر گرفته می‌شود؛ به این معنا که وقتی افراد به دنبال معنابخشی به زندگی خود هستند و آگاهی‌شان بیشتر می‌شود، مسئولیت و مالکیت آنها در مقابل انتخاب‌ها و رفتارهایشان در مواجهه با یک آینده نامعلوم نیز بیشتر می‌شود (ریگر و ماکی، ۲۰۰۴).

این فلسفه بر اصل رضایت آگاهانه تکیه می‌کند. این اصل بسیار مهم است و دو جنبه اصلی دارد: جنبه اول افشای اطلاعات و آگاهی از کلیه اطلاعات مربوط به تصمیم‌گیری مراجع است و جنبه دوم داشتن رضایت برای انجام فعالیت یا مداخله بدون اجبار و داوطلبانه است. شرط اساسی و اصولی در رضایت آگاهانه، دیدگاه مراجع همچون موجودی مستقل است که می‌تواند زندگی خود را هدایت کند (ولفل، ۲۰۰۲). فلسفه توانبخشی از حق فرد برای انتخاب روابط و اهداف شخصی و شغلی خود استقبال می‌کند.

فلسفه توانبخشی متمرکز بر راه‌حل است و بر دارایی‌های شخص و منابع محیطی او تأکید می‌کند. افراد در زمینه‌های مختلف زندگی، به‌ویژه خانواده و فرهنگ، با یکدیگر در تعامل هستند. لذا، برای فرد دارای معلولیت هدف و تمرکز اصلی سازگاری و دستیابی به کیفیت معنادار در زندگی است.

لورس و ماکی تعریف زیر را برای توانبخشی پیشنهاد و بر اهمیت این مفهوم در فلسفه توانبخشی تأکید کردند:

توانبخشی یک ساختار اکوسیستمی است که می‌کوشد نسخه‌ای جامع و کلی برای کیفیت زندگی تهیه کند که در آن به ابعاد زیست‌پزشکی، روان‌شناختی، شخصی-اجتماعی، آموزشی و شغلی از طریق دیالکتیک معنوی در سطوح فردی، خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی توجه می‌شود. در عین حال، این دیدگاه



نوعی نگرش وجودی، کل‌نگر و اکولوژیکی است که به ابعاد معنوی فرد توجه نشان می‌دهد و همچنین به حساسیت خاص فرهنگی نسبت به تلاقی فرد/ محیط اعتقاد دارد.

معیار دستیابی به این دیدگاه، احترامی اخلاقی است که در سطح شخصی، بالینی، اجتماعی، فرهنگی و متافیزیکی برای فرد قائل می‌شوند. در نتیجه، فلسفه‌ای از نوع توانمندسازی شکل می‌گیرد که در آن به احساسات، اعتقادات، حقوق و رفتارهای افراد، جوامع و محیط آنها بسیار توجه می‌شود و مراقب تعاملات آنها است (ص ۱۴۰). به‌طور خلاصه می‌توان به دوازده اصل راهنما از نظر رایت (۱۹۵۹) اشاره کرد که «ویژگی بارز توانبخشی را به‌منزله یک جنبش و فلسفه به تصویر می‌کشد» (ص ۶۴). این دوازده اصل جهانی شده‌اند، زیرا منحصر به توانبخشی جسمی نیستند: (۱) هر انسان فارغ از معلولیت شایسته احترام است؛ (۲) همه انسان‌ها باید بتوانند فارغ از معلولیت عضوی از جامعه باشند؛ (۳) با تلاش برای بهبود فرآیندهای آسیب‌شناختی در ساختار فیزیکی و روانی، باید بر دارایی‌های فرد تأکید شود؛ (۴) رفتار تابعی از فرد و محیط است؛ (۵) درمان باید جامع باشد، یعنی جسمانی، روانی و اجتماعی؛ (۶) درمان باید متناسب با نیازهای فرد باشد؛ (۷) بیمار باید تا حد ممکن نقشی فعال در روند توانبخشی خود داشته باشد؛ (۸) جامعه مؤظف است نیازهای همه اعضای خود، از جمله افراد دارای معلولیت را تأمین کند؛ (۹) توانبخشی جامع به ادغام میان‌رشته‌ای نیاز دارد؛ (۱۰) توانبخشی روندی مداوم و پیوسته است؛ (۱۱) عوامل روان‌شناختی ذاتاً بخشی از روند توانبخشی هستند؛ و (۱۲) توانبخشی به دلیل ماهیت پیچیده‌اش نیازمند ارزیابی مجدد، مداوم و پیوسته است (صص ۲۷-۲۸).

این اصول به علت داشتن زبان خنثی در طی زمان، ارزش خود را حفظ کرده‌اند. همان‌طور که رایت (۱۹۹۳) چهل سال بعد با دقت ارزیابی کرد، این اصول «مطابق با روح جنبش زندگی مستقل است که در دهه ۱۹۷۰ به راه افتاد» (ص ۶۴).

## مفهوم توانبخشی و مشاوره توانبخشی

هنگامی که مشاور توانبخشی درک صحیحی نسبت به فلسفه توانبخشی، نقش و دامنه عملکرد خود داشته و الگویی نظام‌مند پیدا کرده باشد، می‌توان مفهوم توانبخشی را بازبینی و بیشتر توصیف کرد. مکی (۱۹۸۶) مفهوم توانبخشی را عملیاتی و آن را برحسب فرایندی جامع و فردی با ماهیت تجویزی تعریف کرد و هدف آن را استقلال عملکردی و بهبود کیفیت زندگی دانست. بر اساس این تعریف، می‌توان مفهوم توانبخشی را شامل این مؤلفه‌ها دانست:

- توانبخشی گستره جامع و ماهیتی کلی دارد. روند توانبخشی به توالی منظمی از فعالیت‌های مربوط به کل نیازهای فرد گفته می‌شود. خدمات جامع در بین مراجعه‌کنندگان متفاوت است، اما ابعاد اساسی خاصی وجود دارد که در درک کلیت فرد مهم و مرتبط تلقی می‌شود. مهم‌ترین ابعاد پزشکی، روان‌شناختی، فردی-اجتماعی، فرهنگی، آموزشی، شغلی و معنوی است. درک مراجعه‌کننده یا ارائه خدمات تنها برای یک بُعد از عملکرد زندگی فرد، بدون در نظر گرفتن سایر جنبه‌ها و وابستگی متقابل آنها، هیچ تأثیری ندارد و ممکن است به شکست نهایی در توانبخشی منجر شود؛ بنابراین، توانبخشی مؤثر اغلب تلاش‌های هماهنگ یک تیم چندرشته‌ای یا میان‌رشته‌ای را می‌طلبد. مشاور توانبخشی عضو لاینفک این تیم است.
- توانبخشی فرایندی فردی است که هر فرد دارای مهارت، محدودیت‌های عملکردی، منابع و شخصیت خاص خود است. نشانه‌های معلولیت در هر فرد متفاوت است و با توجه به شرایط محیطی، معانی و مفاهیم مختلفی در توانبخشی دارد. توانبخشی فرایندی مبتنی بر نیازها و توانمندی‌های هر فرد خاص است که برای مشاوره مراجعه می‌کند. مشاوران توانبخشی همیشه باید آگاهی کافی درباره مشکلات ناشی از برچسب‌زنی و استفاده از کلیشه‌ها داشته باشند (ریگر و ماک، ۲۰۰۴). نویسندگان مختلف (فیست-پرایس، ۱۹۹۵؛ ناتانسون، ۱۹۷۹) اشاره کرده‌اند که متخصصان مشاوره از تبعیض و پیش‌داوری