



إرشادات للمهنيين

طريقة الغرلة هذه مخصصة للتعرف على صعوبات التعلم والمشاكل النفسية للشباب ولدعم عملية الحديث عنها. الأمور التي تم تداولها خلال الاستبيان من الممكن أن تكون حساسة بالنسبة للشخص المُجيب على الأسئلة، ولكن من المهم التعرف عليها. من الممكن أن يُسهّل الاستبيان من عملية الحديث عن المشاكل، ويُبرز الحاجة إلى مواصلة استيضاحها. بإمكاننا من خلال الاستبيان معرفة النواحي الإشكالية التي لم تكن معروفة مُسبقاً. بالإضافة إلى إبراز المصاعب، فإنه يُفضل دائماً تحديد معالم القوة لدى الشخص. الإجابة على الاستبيان تستغرق 5 - 10 دقائق.

نتائج الاستبيان توجيهية، ومن غير الممكن بناءً عليها استخلاص استنتاجات بشأن وجود الصعوبات الخاصة الإدراكية أو الاضطرابات النفسية. من الممكن أن يُفسر القدر الكبير من النقاط بالإضافة إلى صعوبة التعلم النمائية أو المشاكل النفسية، أيضاً على سبيل المثال الوضع المعيشي المُثقل للكاهل أو الإرهاق المتعلق بالدراسة. من الناحية الأخرى من غير الممكن إثبات عدم وجود صعوبة التعلم أو مشكلة نفسية بناءً على التقييم، على الرغم من أنه لم يتبين من خلال الاستبيان معالم كثيرة تُشير إلى ذلك.

البحث

الأسئلة التي تحدد المشاكل في التعلم (1-23)

الأسئلة المتعلقة بمواضيع التعليم (1 - 23) تتم الإجابة عليها بنعم (نقطة واحدة) أو لا (0 نقطة). القدر الأقصى للنقاط للجزء 23. الإجابات التي يتم تفسيرها على أنها ما بين الخيارات نعم ولا، سوف يتم اعتبارها على أنها أيجابية بنعم. الحد التقريبي لمزيد من التوضيح من الممكن اعتباره ست (6) أيجابية بنعم. من الممكن أن يكون القدر القليل من النقاط أيضاً كإشارة إلى صعوبة التعلم ضيقة الأفق، كصعوبة الرياضيات. من الممكن أن يبقى قدر النقاط قليلاً، عندما تكون قدرة المجيب منقوصة من ناحية إدراك الصعوبات التي لديه. من الناحية الأخرى فإن القدر الكبير من النقاط من الممكن أن يصور أسلوب الفرد في الإجابة أو الحالة النفسية، دون أن تكون هناك صعوبة التعليم النمائية. أحياناً من الممكن أن يكون الشعور بالإحباط المعاصر من الناحية النفسية أو الضيق النفسي هو الذي يُفسر الصعوبات المتزايدة من ناحية التعليم. من الممكن أن يُشير ذلك إلى قدر النقاط الكبير المتعلق بجزئية استبيان الصحة النفسية.

يُحدد الاستبيان تجربة المُجيب من ناحية التعلم ومدى سلاسة تداول المعلومات كما يلي:

• 1 - 7: مهارات القراءة والمهارات اللغوية

• 8 - 14: الدقة والتوجيه من ناحية الفعاليات

• 15 - 18: المهارات المتعلقة بالرياضيات

• 19-23: المهارات التي تعتمد على البصر والتعاون فيما بين العين واليد

نقصد بصعوبة التعلم النمائية الخاصة، تلك الصعوبات البارزة أثناء الأداء الإدراكي العام للشخص والتعليم، على سبيل المثال أثناء القراءة أو الكتابة أو الرياضيات. كما أن الاضطرابات المتعلقة بالدقة والمشاكل الأكثر شمولية المتعلقة بالمهارات اللغوية والاستنتاج، تُسبب صعوبات من ناحية التعلم.

صعوبة التعلم عبارة عن خاصية نمائية حيوية عصبية، حيث أنه ليس في خلفيتها إعاقة مُكتسبة أو مرض أو نقص التدريب. صعوبة التعلم من الممكن أن تؤثر بشكل أساسي على القدرات التعليمية وقدرات حياة العمل وعلى الصحة النفسية وكذلك على جودة الحياة والخيارات المعيشية. يستفيد الأشخاص من جميع الأعمار من التعرف على صعوبات التعلم ومن التوجيه حسب الحاجة ومن فعاليات الدعم وإعادة التأهيل.

من الجيد دائماً توضيح الصعوبات التي تمت مواجهتها من خلال المقابلة. صعوبات التعلم النمائية تظهر منذ الطفولة، لذلك فإنه من المحتمل أنه يوجد في خلفية المشاكل التي تظهر فجأة أو بعد فترة الطفولة بفترة كبيرة عوامل أخرى. من المُبرر دائماً استيضاح ما إذا قد تبين أنه يوجد في الظروف المعيشية للمُجيب أو في ماضيه صعوبات من المحتمل أن تُفسر العامل المُسبب بقدر أكبر من صعوبة التعلم النمائية.

إذا نشأ شك بناءً على الاستبيان بخصوص صعوبة التعلم، قبل الإحالة إلى فعاليات المُتابعة، فمن المُبرر استيضاح الأسئلة التالية:

❖ هل بدأت الصعوبات أثناء الطفولة؟

❖ هل من الممكن أن يكون في خلفية الصعوبات مُشكلة صحية أو إعاقة (الأمراض العصبية أو النفسية، الإصابات في الرأس)؟

❖ ما نوع المهارة اللغوية أو التعليم الأساسي الذي لدى الطفل (على سبيل المثال الزبائن من أصول مهاجرة)؟

- ❖ كيف تبينت الصعوبات أثناء فترة المدرسة أو أثناء الدراسة؟
 - ❖ هل كانت هناك ترتيبات خاصة في المدرسة، كالمنهج التعليمي الفردي أو تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة أو الفصل الصغير؟
 - ❖ هل تم فحص الصعوبات من قبل؟
 - ❖ كيف تظهر الصعوبات أثناء الأوضاع المعيشية الحالية؟
 - ❖ ما هو الدعم الذي يحتاج إليه الشخص نفسه؟
- من الممكن أن تتبين من خلال أجوبة الاستبيان صعوبات التعلم، دون أن تكون في خلفيتها صعوبة التعلم النمائية. عند مراجعة نتائج الاستبيان، يُفضل لفت الانتباه إلى شعور المُجيب بالحاجة إلى الدعم.

العديدون يعتبرون مجرد التعرف على مشاكلهم بأنها صعوبات تعلم، على أنه شيء يُريحهم. بإمكان الشخص المهني من خلال الاستبيان الحديث عن الصعوبات التي يشعر بها الشخص والتفكير مع المُجيب معاً بشأن صيغة الدعم الأفضل بالنسبة له. التقييم بشأن صعوبة التعلم الذي يقوم بإعداده الخبير (بما في ذلك الأخصائي العصبي النفسي، الأخصائي النفسي للمدرسة، المُعلم الخاص) يُعتبر في العادة شرط لفعاليات الدعم. فعاليات الدعم بخصوص الدراسة من الممكن أن تكون على سبيل المثال منح وقت إضافي أثناء الاختبارات أو إمكانية تأدية الامتحان في مكان مُنفصل وكذلك مختلف المعدات المساعدة، كالكتب الصوتية. من الممكن الحصول على إعادة التأهيل من الأخصائي العصبي النفسي لصعوبات التعلم، على سبيل المثال كإعادة تأهيل يقوم كيلا بتقديرها، عندما يُتم الشخص 16 سنة من عمره. معلومات إضافية عن صعوبات التعلم موجودة على سبيل المثال على الرابط Oppimisvaikeus.fi لصفحات الإنترنت.

الأسئلة المتعلقة بالصحة النفسية (24 - 38)

الأسئلة المتعلقة بالمشاكل النفسية (24 - 38) تتم الإجابة من خلال المقياس 0 (لا توجد على الإطلاق) - 3 (كثير جداً)، أي أن القدر الأقصى لمجموع النقاط لهذا الجزء قدره 45. كلما كان عدد النقاط أكثر، كلما كان احتمال أن يشعر المُجيب بها أكبر أو أنه خلال الشهر الأخير قد تعرض لأعباء نفسية. القدر القليل من النقاط من الممكن أن يُشير على سبيل المثال بسبب أسلوب الإجابة أو المشاكل ذات النطاق الضيق، إلى المشاكل من ناحية القدرة النفسية على الاستمرار والحاجة إلى الدعم. من الممكن أن يُفسر القدر الكبير من النقاط أحياناً بأسلوب الإجابة. من المُفضل لفت الانتباه كثيراً إلى الإجابة الفردية المتطرفة (تمت الإجابة بـ 3 - بقدر كبير جداً). من الجيد دائماً تدقيق الإجابات من خلال المقابلة.

يحدد الاستبيان المزاج النفسي والضيق النفسي الذي يشعر به المُجيب كما يلي:

- 24-29 الاكتئاب النفسي
- 30-38 الضيق النفسي

من الممكن من خلال الاستبيان الحصول على معلومات توجيهية بخصوص أعراض الضيق النفسي والاكتئاب النفسي المحتملة لدى المُجيب، ولكن ليس من الممكن من خلاله تقييم ما إذا كان يُعاني من الاكتئاب النفسي أو الضيق النفسي. النقاط بخصوص الناحية 38 تشير إلى أعراض الوسواس القهري، حيث أنها تكون لدى الشخص بقدر مُزعج، بدون الشعور على نحو مهم بالاكتئاب النفسي أو الضيق النفسي. النقاط بخصوص الناحية 36 و/أو 37 من الممكن أن تُشير إلى اضطراب الهلع ضيق الأفق. نُحدد من خلال الاستبيان المشاعر التي تكون خلال شهر واحد فقط، لذلك فإن الشعور بأعراض ذات مدى أطول يتطلب استيضاح أكثر دقة.

الضيق النفسي يُعتبر جزء من الحياة الطبيعية. غالباً ما يتعلق بالوضع المعيشي ويزول من جراء ذاته. الضيق النفسي من الممكن أن يستغرق أيضاً لفترة أطول، أو من الممكن أن يكون عبارة عن ضيق نفسي مُرتبط بأمور أو حالات منفردة، ومن الممكن أن يكون شديد جداً بحيث يُقيد القدرة على الفعالية. تكون المسألة حينئذ عبارة عن اضطراب الضيق النفسي. هذه تُعتبر اضطرابات شائعة للصحة النفسية، حيث أنه يُعاني منها شخص واحد تقريباً من بين عشرة أشخاص أثناء حياته.

يُشار بكلمة اكتئاب نفسي باللغة الدارجة إلى حالة المزاج النفسي وكذلك إلى حالة الصحة النفسية. الشعور العابر بالغيثان الذي يتلاشى سريعاً وخيبة الأمل والكآبة ومشاعر الحزن تُعتبر أمور حياتية طبيعية، ولا تتطلب علاج. عندما يُقصد بالاكتئاب النفسي اضطراب الصحة النفسية، فتكون المسألة عبارة عن تدهور طويل المدى للحالة النفسية، لذلك غالباً ما يرتبط أيضاً بأعراض أخرى متعلقة بالتفكير والمشاعر والسلوك والجسد.

التعرف على اضطرابات الصحة النفسية المذكورة سابقاً ودعمها من اختصاص مهنين الرعاية الصحية. العلاج الذي تم طلبه والحصول عليه في الوقت المحدد يُسرع من الشفاء ويمنع تدهور اضطرابات الصحة النفسية. غالباً ما يتطلب الحصول على العلاج نشاط شخصي. هذا

أمر مؤسف، لأن قوى أولئك الذي يعانون من اضطرابات نفسية تصعب من حياتهم، تكون ضعيفة ومجرد التقدم بخطوة بسيطة للبدء في العلاج من الممكن أن يشعروا بأنها صعبة جداً. من الممكن من خلال الاستبيان الحديث عن الأمور الصعبة والتفكير مع المُجيب معاً بشأن مواصلة التوجيه وخيارات الدعم.

غالباً ما تكون في خلفية أعراض الحالة النفسية والضييق النفسي وضع معيشي صعب، أما بسبب أزمة حادة أو نتيجة لعبء طويل المدى. بالإضافة إلى مضمون الأسئلة، يُفضل السؤال أثناء الحوار مباشرةً عن الوضع المعيشي للمُجيب وعن العوامل المُثقلة للكاهل. يُفضل الحديث عن:

- سير الحياة اليومية ونظام النسق اليومي والنوم والغذاء والرياضة
- العلاقات فيما بين الأفراد والعائلة والأصدقاء
- استعمال المسكرات أو المخدرات
- الوضع المادي والسكن
- أشكال الدعم المتوفرة والحاجة إلى الدعم

من الممكن أن يشعر الشخص بأنه من الصعب الحديث عن الأمور الصعبة أو المُخجلة. هذه الأمور هي على سبيل المثال الوحدة والمضايقة والأفكار المدمرة للذات وكذلك كون الشخص أصبح ضحية للعنف. إذا ظهرت إشارات أثناء الحديث إلى التجارب المذكورة أعلاه، فمن المُفضل السؤال عنها مباشرةً. تُقدم المساعدة سهلة المنال والدعم والمعلومات على سبيل المثال صفحة الإنترنت Mielenterveystalo.fi ومن خلال الهاتف جمعية الصحة النفسية وكذلك منوابة الطوارئ لضحايا الجرائم.



Kuntoutussäätiö

