

SERVICE DE PSYCHOLOGIE

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE EN CRISE – DOCUMENT POUR LA FAMILLE

استراتيجيات التواصل العملية للأسر
دعم أحبائكم المصابين

تعليمات مفصلة

- ✓ قدم تعليمات شفوية واضحة وموصوفة.
- ✓ مثال: "أوجهك إلى اليسار. الكرسي على بعد خطوتين."

تحديثات متكررة

- ✓ أبلغهم بانتظام عن بيئتهم والأنشطة القادمة.
- ✓ مثال: "بعد شوي، رح ننتقل لغرفة الطعام لنتعدى"

استخدام صوت ثابت

- ✓ استخدم نغمة وحجم صوت معروفين ليساعدهم
- ✓ يتعرفوا على الشخص يلي عم يحكي.
- ✓ حافظ على صوت هادئ وثابت لطمأنتهم.

الاستماع النشط

- ✓ انتبه جيداً للإشارات اللفظية وردود الفعل لديهم.
- ✓ جاوب على أسئلتهم وهمومهم فوراً.

الإشارات اللمسية

- ✓ استخدم لمسة خفيفة على الذراع أو الكتف لجذب انتباههم أو لتقديم الطمأنينة.
- ✓ تأكد إنو اللمسة تكون محترمة ومناسبة.

الإرشادات الوصفية

- ✓ ارشدهم بالكلام أثناء الحركة، ووصف شو عم تعمل.
- ✓ مثال: "هلا رح ساعدك توقف لأنو لازم نروح ع الغرفة الثانية."

روتين ثابت

- ✓ أنشئ روتين يومي لتحقيق الاستقرار والتنبؤ.
- ✓ جدول زيارات منتظمة لتحكي عن احتياجاتهم ومشاعرهم.

تشجيع التغذية الراجعة

- ✓ اسألهم كيف عم يحسوا وإذا بحاجة لشي.
- ✓ تأكد من الفهم: "فهمت شو رح نعمل بعدين؟"

تعزيز إيجابي

- ✓ قدم الثناء والتشجيع على جهودهم وتقديمهم.
- ✓ استخدم لغة تؤكد مشاعرهم.

التعاطف والصبر

- ✓ أظهر التعاطف والصبر في جميع التفاعلات.
- ✓ امنحهم الوقت لمعالجة المعلومات والرد.

تذكر: تهدف هذه الاستراتيجيات إلى تحسين التواصل الفعال ودعم أحبائكم خلال هالفترة الصعبة. يمكنك مراجعة هذه الإرشادات حسب الحاجة.

لأي استفسار أو دعم إضافي، لا تتردد في التواصل.