

برنامه آموزش مرگ

راهنمای کاربردی برای متخصصان مراقبت های بهداشتی

تألیف:

پروفسور دیوید لستر
روانشناس، برنامه روانشناسی
کالج ریچارد استاکتون نیوجرسی آمریکا

محبوبه دادفر
دانشجوی دکترای روانشناسی بالینی
دانشگاه علوم پزشکی ایران - پردیس بین المللی



مرماه

۱۳۹۳ شمسی



سرناسه	دادفر، محبوبه، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	برنامه آموزشی مرگ، راهنمای کاربردی برای متخصصان مراقبت‌های بهداشتی؛ ملیحه محبوبه دادفر، دیوید لسٹر؛ [برای] مرکز تحقیقات علوم اعصاب سفا، بیمارستان فوق تخصصی خاتم الانبیا، تهران: مبرماه، ۱۳۹۳.
موضوعات تسر	۱۰۰ (ص: مصور (بجسی رنگی)، جدول
موضوعات ظاهری	۶۷۰۰۰ ریال، ۹۰-۰۰-۳۳۳-۰۰-۶۷۸-۰۰
شابک	فهیبا
وضعیت فهرست نویسی	ص: ع: به انگلیسی: Mahdounbeh Dadfar, David Lester. Death education program
یادداشت	an applied guide for healthcare professionals.
یادداشت	کتابنامه: ص: ۶۸
عنوان دیگر	راهنمای کاربردی برای متخصصان مراقبت‌های بهداشتی
موضوع	مرگ -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	مرگ
شناسه افزوده	لسٹر، دیوید، ۱۹۶۶ م.
شماره افزوده	Lester, David
شناسه افزوده	بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیا (ص:)، مرکز تحقیقات علوم اعصاب سفا
رده بندی کنگره	۱۳۹۳ ۴۱۰۲:۷۸۹ [3]
رده بندی دیویی	۱۵۵/۹۳۷
شماره کتابشناسی ملی	۳۶۵۲۵۱۸



مرکز تحقیقات علوم اعصاب
راهنمای کارردی و تخصصی مراقبت های بهداشتی



تألیف: محبوبه دادفر، پروفیسور دیوید لستر
ناشر: میزماه

گرافیک جلد و متن: مهدیه ناظم زاده
لیتوگرافی و چاپ: قائم چاپ جوربند
صحافی: عطف

نویت و سال انتشار: نخست/ ۱۳۹۳

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۶۷۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۳-۰۹۰-۰

تمام حقوق اثر برای مرکز تحقیقات علوم اعصاب شما محفوظ است.

خیابان ولیعصر ۱۳۱ - خیابان رشید یاسمی - بیمارستان فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ع)

تلفن: ۸۸۸۸۴۰۴۰

انتشارات میزماه: تهریز، دزاسیب، خیابان شهید رضایی، کوی شهید مرتضی عباسی، پلاک ۳، واحد ۲

تلفن: ۲۲۷۲۲۹۰۱-۲ و ۲۲۷۵۹۲۰۳-۴ فاکس: ۲۲۷۱۹۵۲۳

پیشگفتار

اصطلاح مرگ به پایان عمر، پایان یک رویداد یا پایان یک وضعیت اطلاق می‌شود. مرگ واقعیتهایی طبیعی و مورد انتظار در روند زندگی است. موضوع مرگ از جمله مباحثی است که همیشه همراه انسان بوده است. مرگ بخشی از چرخه زندگی است و در همه جا حضور دارد. مرگ پایان زندگی برای هر موجود زنده است. هر انسانی در نهایت خواهد مرد. قرآن مجید در سوره ی نساء آیه ی ۷۸ می‌فرماید «هر کجا باشید اگر چه در کاخ‌های بسیار محکم، مرگ شما را فرا رسد». همچنین خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید «هر نفسی باید مزه مرگ را بچشد». علی‌علیه السلام در باره مرگ می‌فرمایند: «هر که از مرگ بگریزد، در همین فرارش با مرگ روبرو خواهد شد. چرا که اجل در کمین جان است و سرانجام گریزها، هم آغوشی با آن است (نهج البلاغه، خطبه ۱/۱۴۹)».

متغیرهای بالینی مرتبط با مرگ یا پریشانی مرگ شامل اضطراب/ترس/نگرانی مرگ (اولین مولفه مرگ)، افسردگی مرگ (دومین مولفه مرگ) و وسواس مرگ (سومین مولفه مرگ) می‌باشند. اضطراب/ترس/نگرانی مرگ یک پدیده جهانی و موضوعی مهم برای متخصصان مراقبت‌های بهداشتی از جمله پرستاران است. افسردگی مرگ پدیده‌ای جهان‌شمول و یک مفهوم عاطفی، نگرشی و شناختی است. وسواس یکی از جنبه‌های مهم مرگ است. وسواس مرگ پدیده‌ای روانشناختی است و شامل افکار تکراری، مزاحم، نشخوارها یا تصاویر مزاحم حول و حوش مرگ خود یا عزیزان است.

متخصصان مراقبت‌های بهداشتی از جمله پرستاران اغلب مجبور هستند با بیماران رو به مرگ کار کنند، و اضطراب/ترس/نگرانی آنها از مرگ می‌تواند بر جنبه‌های جسمانی و روانی آنان تأثیر بگذارد. پرستاران در کنار بالینی خود با بیماران در حال مرگ روبرو هستند، و نگرش‌های فردی آنها در مورد مرگ و مردن احتمالاً بر کیفیت مراقبتی که آنها در مراحل انتهایی زندگی یک بیمار ارائه می‌دهند، تأثیر می‌گذارد. ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که متخصصان مراقبت‌های بهداشتی از جمله پرستاران مبارزه درونی با مفهوم مرگ دارند، در نتیجه آنها این حوزه شغلی را انتخاب می‌کنند. پرستارانی که اضطراب/ترس از مرگ دارند، ممکن است دچار افسردگی و وسواس مرگ نیز بشوند.

مرگ واقعیتی اجتناب ناپذیر است و هر شخصی ممکن است نسبت به آن برداشت و واکنشی منحصر به فرد داشته باشد. برنامه آموزش مرگ (Death education program) به تنوعی از فعالیت‌ها و تجربه‌های آموزشی مرتبط با مرگ و موضوع‌های اصلی مانند معنا و نگرش‌ها نسبت به مرگ، فرآیندهای مردن، سوگ و داغدیدگی اشاره دارد و مراقبت از افرادی که تحت تأثیر مرگ قرار گرفته‌اند را نیز دربرمی‌گیرد. آمادگی برای مرگ یکی از مهم‌ترین وظایف در مراقبت‌های پایان زندگی می‌باشد. اگرچه برنامه‌ریزی برای مراقبت‌های پایان زندگی بسیار مهم است، عده‌ای از متخصصان مراقبت‌های بهداشتی، برای پرداختن به نیازهای مختلف مراجعین در آمادگی برای مرگ و برنامه‌ریزی برای مراقبت‌های پایان زندگی، به دانش و مهارت کافی مجهز نیستند. آموزش مرگ یک رویکرد مرتبط بین‌المللی برای مشاوره، روان‌درمانی سوگ و داغدیدگی است. کتاب حاضر از پایان نامه دکتری تخصصی روانشناسی بالینی اینجانب، با مشاوره پروفسور دیوید لستر، استاد برجسته روانشناسی کالج ریچارد استاکتون نیوجرسی آمریکا و دارای حدود ۳۰۰۰ مقاله و صدها جلد کتاب که تعداد زیادی از آنها در باره موضوع مرگ و مفاهیم بالینی مرتبط با آن می‌باشد، استخراج شده است. در این کتاب رویکردهای مختلف برنامه آموزش مرگ شامل روش‌های تعلیمی (Didactic)، تجربی (Experimental) و مدل 8A، به منظور کاهش مفاهیم بالینی مرتبط با پدیده مرگ شامل اضطراب/ترس از مرگ، افسردگی مرگ و وسوس مرگ، برای اولین بار در ایران، معرفی می‌گردد. امید است که برنامه آموزش مرگ بتواند در آینده به عنوان یکی از برنامه‌های کشوری بهداشت روان در سامانه مراقبت‌های بهداشتی اولیه ایران، ادغام و برای اقشار و سطوح مختلف مردم عزیز کشورمان مورد استفاده قرار بگیرد. همچنین بتوان در آینده‌ای نزدیک برنامه آموزش مرگ را با توجه به بافت فرهنگی معنوی مذهبی کشورمان و در چهارچوب یک رویکرد روانشناسی جامعه‌نگر (community psychology) و بهداشت روان جامعه‌نگر (community mental health)، و نیز بر پایه روان‌درمانی هستی‌گرای وجودی، معنی‌درمانی و مشاوره متمرکز بر معنا، طراحی و داده‌های تجربی در خصوص اثربخشی آن را بر روی پریشانی مرگ (اضطراب مرگ، افسردگی مرگ و وسوس مرگ)، در اقشار مختلف گزارش نمود. این کتاب با حمایت اجرایی و مالی مرکز تحقیقات علوم اعصاب شفاء منتشر شده است. بدین وسیله از ریاست و معاونت محترم این مرکز آقایان دکتر هادی کاظمی و بیرحسین کولیوند تشکر و قدردانی می‌گردد.

محبوبه دادفر

۱۳۹۳ شمسی

فهرست

۱۱	تاریخچه پژوهش درباره مفهوم مرگ
۱۲	مفاهیم بالینی مرتبط با مرگ
۱۲	نگرانی مرگ
۱۳	ترس از مرگ
۱۳	اضطراب مرگ
۱۴	افسردگی مرگ
۱۴	وسواس مرگ
۱۵	پیشینه پژوهش درباره مرگ و مفاهیم مرتبط با آن
۲۲	پیشینه پژوهش‌های مربوط به مرگ در پرستاران
۲۸	تاریخچه آموزش مرگ
۲۹	دلایل عمده برای ارائه آموزش مرگ
۲۹	برنامه آموزش مرگ
۳۲	آموزش مرگ برای متخصصان
۳۵	انواع برنامه آموزش مرگ
۳۶	رویکرد تعلیمی
۳۶	رویکرد تجربی
۳۶	مدل 8A
۴۱	مراحل بیگانگی و اجتناب
۴۲	مراحل دسترسی و تصدیق / تایید
۴۳	مراحل پذیرش و اقدام / عمل
۴۵	مراحل درک / فهم و تحقق بخشی / شکوفایی
۴۶	فواید بالقوه مدل 8A برای آموزش مرگ
۴۷	محدودیت‌ها و توسعه‌های آینده مدل 8A برای آموزش مرگ
۴۸	شواهد پژوهشی اثربخشی برنامه آموزش مرگ
۵۱	ضرورت برنامه آموزش مرگ برای پرستاران
۵۷	مقیاس‌های سنجش متغیرهای بالینی مرتبط با مرگ

۵۷		مقیاس نگرانی مرگ
۵۹		مقیاس ترس از مرگ کولیت - لستر
۶۰		مقیاس دلایل ترس از مرگ
۶۱		مقیاس اضطراب مرگ
۶۳		مقیاس وسواس مرگ
۶۶		مقیاس افسردگی مرگ
۶۸		منابع
۸۹		پیوست‌ها
۹۰		پیوست ۱ - مقیاس نگرانی مرگ
۹۴		پیوست ۲ - مقیاس ترس از مرگ و مردن کولیت - لستر
۹۶		پیوست ۳ - مقیاس دلایل برای ترس از مرگ
۹۷		پیوست ۴ - مقیاس اضطراب مرگ
۹۸		پیوست ۵ - مقیاس وسواس مرگ
۹۹		پیوست ۶ - مقیاس افسردگی مرگ