

ارائه مراقبت های محترمانه مادری

– دادن اطلاعات، انتخاب و ترجیح مادر

– صدمه نزدن به مادر

– حفظ حریم خصوصی و رازداری

– کرامت و احترام

– برابری و عدالت و عدم تبعیض

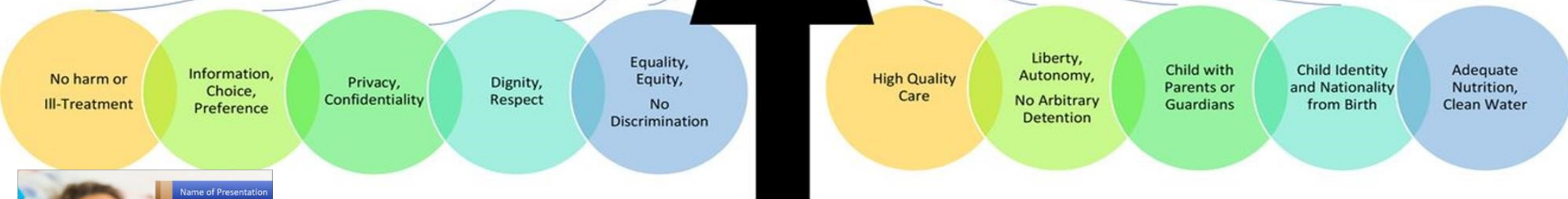
– کیفیت بالای مراقبت

– غذای کافی و آب تمیز

– بچه همراه والدینش یا مراقبانش باشد

– رعایت هویت و ملیت بچه از تولد

– آزادی و اختیار مادر و عدم بازداشت خود سرانه او



Respectful Maternity Care





کدهای اخلاقی در حرفه مامایی در جمهوری اسلامی ایران

- ❖ ۱. انجام تعهدات حرفه ای (۲۳ کد)
- ❖ ۲. ارائه خدمات به مددجو و همراهانش (۲۷ کد)
- ❖ ۳. ارتباط با همکاران (۱۱ کد)
- ❖ ۴. ارتقای فردی (۶ کد)
- ❖ ۵. آموزش و پژوهش (۸ کد)
- ❖ ۶. مدیریت (۱۰ کد)

**لزوم رعایت
کدهای اخلاق حرفه ای**



خصوصیات آموزش دهنده یا مشاور

- (1) خصوصیات فردی مطلوب با هدف کمک و رشد مراجع
- (2) دارای مهارت های برقراری ارتباط، آموزش و مشاوره
- (3) دانش مربوط به موضوع مورد آموزش یا مشاوره
- (4) دانش درمورد خود علم آموزش یا علم مشاوره
- (5) دانش در مورد مراکز و برنامه های مرتبط با موضوع
- (6) دارای اطلاعات کشوری و بین المللی
- (7) دانش و اطلاعات لازم درخصوص مراجعان

مشاور کیست؟

- مشاور کسی است که کار مشاوره را بطور موثر و خوب انجام می دهد.

خصوصیات عمومی مشاور:

- 1- احترام به مراجع
- 2- صادق
- 3- قابل اعتماد و سر نگه دار
- 4- دانا (دارای دانش)
- 5- راهنما، هادی و حمایت کننده
- 6- کاهش دهنده ترس، آرامش دهنده و بالابرنده اعتماد به نفس و راحتی مراجع و توانمند کننده مراجع
- 7- از نظر فرهنگی خوب و متناسب
- 8- دارای مهارت‌های ارتباط بین فردی
- 9- استفاده صحیح از روش های تدریس و وسایل آموزشی در موارد لازم
- 10- طرزیان خوب و حرکات بدن صحیح و به جا.

خصوصیات ویژه یک مشاور موثر

1- خصوصیات فردی مطلوب:

- میل به کار با مردم،
- اعتقاد به ارزش موضوع مورد مشاوره،
- احترام به حق و توانایی مردم در تصمیم گیری های خودشان،
- راحت بودن در ابراز احساسات و بیان مسائلی که به روابط بین انسان ها مربوط است،
- آگاهی از خود (ارزشها، یکسو نگری ها، انتظارات، تواناییها و محدودیتهای خود)،
- رفتار فاقد تبعیض با گروههای مختلف،
- قابلیت تحمل ارزش های متفاوت از ارزش های خود،
- درک مراجعه کنندگان،
- حمایت از مراجعان ،
- توانایی محرمانه نگه داشتن،
- نداشتن تمایل خاصی به یک روش یا یک راه حل و
- رفتار حرفه ای مناسب.

2- مهارت های برقراری ارتباط :

- Communication از Communis یعنی **مشترک یا عمومی** می آید. ما در برقراری ارتباط در صدد وجه اشتراکی بین خودمان و افرادی که با آنها می خواهیم ارتباط برقرار کنیم هستیم. ارتباط یک فرآیند پویا ، روان، متحرک، و همیشه درتغییر است.
- ارتباط** عبارت است از **انتقال و اشتراک معانی** شامل عقاید، تصاویر، اندیشه ها، نوشته ها و علائم
- ارتباط حتما باید به همراه درک باشد.** درک فرآیند ایجاد تاثیر از چیزی (فرد، واقعه یا هر محرک دیگر) و سپس قضاوت درمورد آن. مشاهدات و قضاوت های ما تحت حواس پنج گانه هستند.
- هدف ارتباط ایجاد وجه اشتراک معانی بین مشاور و مراجع (طرفین ارتباط) است.**
- سه عنصر اصلی دربرقراری ارتباط: فرستنده ، گیرنده و پیام**

نکات کاربردی مهم در ارتباط:

- الف- فراهم کردن شرایط محیطی لازم و زبان مشترک
- ب- استفاده از مهارت های ارتباطی : "PLOT"
- P=Probing پرسش و جستجو، L=Listening گوش کردن،
- O=Observation مشاهده کردن و T=Telling گفتن
- الفبای گفتن: (ABC S)

A = Accuracy دقت،

B = Brevity ایجاز (اختصار)،

C = Clarity وضوح و

S = simplicity سادگی

سواد= ساده، واضح، اختصاری و دقیق

- ج - استفاده از وسایل ارتباطی سمعی و بصری مناسب در جای خود

مهارت های ارتباطی

P = Probing پرسش و جستجو

• به روش های مختلف می توان در احوالات مراجع جستجو کرد:

• (1) **جستجو** و توجه به ظاهر و حرکات فرد و بویژه **محتوای کلام و**
نیز رفتار غیرکلامی او

• (2) استفاده از **سوالات درست و به جا** برای تحریک فرد به
بازگویی مطالب بیشتر از افکار و عواطف و احساسات خود.

L=Listening گوش کردن

- گوش دادن عملی فعال و ارادی است که به دقت و توجه نیاز دارد و درمقابل شنیدن عملی غیرارادی است که به دقت نیاز ندارد.
- گوش دادن مهمترین فنی است که مشاور باید بکار بندد. او باید به طور کامل و دقیق تمام حواسش را به گفتار مراجع متمرکز سازد و به گفته های مراجع دقیق گوش دهد.
- گفتیم در ارتباط سه عنصر اصلی داریم: اول فرستنده پیام باید پیامی را برای گیرنده بفرستد. این پیام به صورت کلامی و یا غیر کلامی است. گیرنده، پیام را می گیرد و آن را تحلیل و درک می کند.
- گیرنده براساس خصوصیات، احساسات، ادراکات و زمینه های تجربی قبلی خود پیام را تفسیر و درک می کند. ممکن است استنباط گیرنده با منظور فرستنده متفاوت باشد.
- بنابراین مشاور به عنوان گیرنده، باید دریافت و درک خود از سخنان مراجع را با او درمیان گذارد. مشاور همانطور که قبلا گفتیم این کار را با استفاده از فنون انعکاس محتوا و احساسات می کند.
- با این کار به مراجع اطمینان می بخشد که سخنانش را درک کرده است. مشاور همچنین باید رفتارهای غیر کلامی را درست بکارگیرد که حاکی از توجه باشد.

ادامه: نکات مهم گوش دادن

- به هنگام گوش دادن نباید صحبت کرد.
- نسبت به گوینده گرم و پذیرا برخورد کرد.
- در مواقع ضروری و به جا از گوینده سوال کرد.
- هنگام گوش کردن باید به گوینده نگاه کرد.
- موقع گوش کردن نباید کارهای دیگر مثل یادداشت انجام داد.
- با استفاده از پاسخ ها و برخوردهای صحیح گوینده را تشویق به صحبت کرد.
- نباید در مخالفت با صحبت های گوینده شخصیت او را رد کرد. همواره به گوینده احترام گذاشت.
- برخورد نباید طوری باشد که جلسه خیلی عقلانی و جدی و خشک باشد زیرا موجب سست شدن ارتباط می شود.
- نباید قضاوت عجولانه نسبت به گوینده داشت.

مهارت های ارتباطی

O = Observation مشاهده کردن

- مشاهده کردن دقیق ظاهر مراجع
- توجه کامل به نحوه صحبت مراجع
- دقت در شرایط روحی و روانی مراجع
- توجه به رفتارهای غیر کلامی مراجع

اطلاعات بسیار خوبی را برای مشاور فراهم می کند و کمک می کند مشاور پاسخ های صحیح دهد و ارتباط بهتری با مراجع برقرار کند.

مهارت های ارتباطی

Telling = گفتن

الفبای گفتن: (ABC s)

A = Accuracy دقت،

B = Brevity ایجاز (اختصار)،

C = Clarity وضوح

S = simplicity سادگی

سواد = ساده، واضح، اختصاری و دقیق

ادامه: خصوصیات یک مشاور موثر

3-دانش مربوط به موضوع مورد مشاوره:

○ مثلاً در مشاور باید آناتومی و فیزیولوژی تولید مثل، علت ایجاد مشکلات نظیر بیماری ها و عفونت ها برای آن، روش های مختلف پیشگیری و کاربرد و عوارض آنها، شایعات و باورهای غلط و نحوه برطرف کردن آنها، انواع واژینیت و سرویسیت و نیز بیماریهای مقاربتی و راه های پیشگیری و درمان آنها و مراکز بهداشتی درمانی مورد ارجاع را بداند.

4- دانش در مورد خود علم مشاوره:

شامل:

- الف- مکاتب مشاوره
- ب- هدف مشاوره: کمک به مراجعین در تصمیم گیری های آگاهانه و اختیاری و رشد شخصیتی
- ج- ویژگی های مشاور موثر و مسئولیت های اصلی او
- د- اصول و فنون و مهارت های مشاوره
- ه- ابزار و آزمون های مورد استفاده در مشاوره و راهنمایی
- و- تفاوت بین مشاوره، راهنمایی و دادن آموزش و اطلاعات
- ز- انواع مشاوره و راهنمایی
- ح - نیازهای مشاوره ای خاص مراجعین مختلف و خاص
- ط- مشاوره و راهنمایی از دیدگاه اسلام
- ی- مشاوره در مراجعان و کیس های مختلف مامایی

ادامه: خصوصیات یک مشاور موثر

5- دانش در مورد مراکز و برنامه های مرتبط:

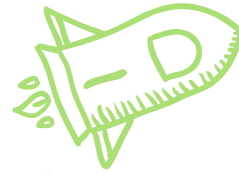
- الف – آگاهی از قوانین، سیاست ها و اقدامات اداری و تشکیلاتی در زمینه مشاوره مورد نظر
- ب- شرایط انتخاب، گزینش، پذیرش و ارجاع مراجعان
- ج- شناخت و ارتباط با فعالیت ها، شبکه ها و مراکز ارجاعی
- د- توانایی همکاری با سایر همکاران و موسسات مرتبط
- ه – رعایت شرایط مربوط به نگهداری درست سوابق

6- اطلاعات کشوری و بین المللی:

- مشاور باید قوانین کشور و سیاست های دولت در مورد موضوع مورد مشاوره و نیز مسائل بین المللی در آن حوزه را بداند.

7- دانش و اطلاعات لازم در خصوص مراجعان:

- فرهنگ مردم، نحوه تشخیص نیاز مردم، چگونگی تصمیم گیری مردم، شناخت این که چه کسانی/ چه عواملی بر این تصمیمات موثرند، چرا مراجعان نظرشان عوض می شود، چرا ناراضی می شوند، شناخت عوامل منجر به عدم مراجعه و پیگیری و مشارکت مراجعان، علائق و نگرانی های مراجعان، هنجارها و ارزشها و باورهای آنها، موارد و شرایط اختصاصی خاص هر مراجع از حیث بیماری و ویژگی فرهنگی و اجتماعی و خانوادگی و ... و نحوه برخورد با آنها.



هدف آموزش یا مشاوره

تغییر رفتار مراجع



مراحل تغییر رفتار

(1) پیش فکر یا Precontemplation

(2) فکر یا Contemplation

(3) آمادگی یا Preparation

(4) عمل یا Action

(5) نگهداری یا Maintenance

(6) خاتمه یا Termination (تثبیت رفتار)

البته گاه رویدادهای خاص موجب
تغییر رفتار می شوند ولی بجای
انتظار باید با مداخله مشاوره ای
کمک کرد (توصیف مزایای فرزند)

۱. پیش تفکر

Precontemplation

پیش تفکر مرحله ای است که در آن فرد
قصد ندارد در آینده ای قابل پیش بینی
اقدامی انجام دهد (آینده، معمولاً شش ماه
پیش رو در نظر گرفته می شود).

افراد از عواقب بی فرزندی، کم فرزندی یا سقط بی اطلاع یا
کم اطلاع هستند؛ یا ممکن است از توانایی خود (روحی،
جسمی، اقتصادی و...) برای فرزندآوری ناامید باشند. آن ها
فواید فرزندآوری را دست کم می گیرند و هزینه ها و سختی
های آن را بیش از حد ارزیابی می کنند.

۲. تفکر

Contemplation

برای پیشرفت به مرحله بعد، «معایب»
فرزندآوری در دیدگاه مادر باید کاهش یابد.

مرحله ای است که در آن فرد قصد دارد ظرف شش ماه آینده اقدام کند. چنین شخصی از مزایای فرزندآوری، بیش تر آگاهی دارد اما از هزینه ها و مشکلات آن کاملاً آگاه نیست. البته، آگاهی وی از سختی های فرزندآوری نیز می تواند افزایش یابد و دچار کشمکش فکری یا «تفکر مزمن» یا «تعطل رفتاری» شود.

مثال: مریم به دلیل تحصیل و کار، فرزنددار شدن را عقب انداخته است و اکنون تصمیم دارد شش ماه دیگر بعد از فارغ التحصیلی و تغییر در زندگی برای فرزندآوری برنامه ریزی کند.



باید کمک کرد که فعالیت های آماده سازی را
به سرعت و به درستی انجام دهد. حمایت و
تشویق کرد و روی مزایا تاکید کرد.

۳. آمادگی Preparation

مرحله ای است که در آن افراد قصد دارند در
آینده نزدیک (که معمولاً به عنوان یک ماه بعد
در نظر گرفته می شود) اقدام کنند. چنین افرادی
معمولاً اقدامات قابل توجهی را در طی ماه های
قبل انجام داده اند. به ماما یا پزشک مراجعه
کرده اند، آزمایشات پیش از بارداری انجام داده
اند یا در مورد بارداری کتاب خریده اند.

مثال: مریم تخمدان پلی کیستیک دارد و فواید فرزندآوری را می داند
و چون می خواهد باردار شود، قصد دارد داروهایش را مرتب
بخورد و به باشگاه ورزشی برود و تغذیه اش را هم اصلاح کند.



باید با تشویق و حمایت کمک کرد
که که فرد به مرحله نگهداری و
خاتمه برسد.

۴. عمل Action

مرحله ای است که در آن افراد طی شش ماه قبل اقدام کرده اند. از آنجا که اقدام قابل مشاهده است، تغییر رفتار در زمینه فرزندآوری اغلب معادل با اقدام به بارداری در نظر گرفته می شود؛ اما اقدام فقط یکی از شش مرحله است. در این حالت، همه تغییرات رفتار صرفاً اقدام به بارداری نیست.

مثال: اکنون مریم از تاثیرات مثبت فرزندآوری بر سلامت فیزیکی، روحی و روانی خود آگاه بوده و یقین دارد که با داشتن فرزند، زندگی خانوادگی شادتر و با ثبات تری خواهد داشت و از چند ماه گذشته اقدام به بارداری کرده است

5. نگهداری

Maintenance

تحت حمایت روحی و پزشکی-بهداشتی قرار بگیرد. به وی محتوا و مشاوره های مزایای فرزند داشتن، فرایند بارداری و شیردهی، سبک زندگی سالم و راهکارهای افزایش سلامت مادر و جنین ارائه داد تا این تصمیم در او نهادینه شود.

مرحله ای است که در آن افراد برای جلوگیری از برگشت به وضعیت قبل تلاش می کنند. به طور مثال زنی که در حال اقدام به بارداری است اما تلاش می کند حرف ها و سرزنش های دیگران یا یک پیشامد موقت اقتصادی یا روحی، او را از تصمیمش منصرف نکند. یا خانمی که باردار شده و در برابر حرف و سرزنش های دیگران مقاومت دارد و از جنین خود محافظت می کند. البته پیشامدهای عاطفی می توانند سبب بازگشت شوند.

مثال: مادر مریم پس از آگاهی از تصمیم او برای بارداری مدام او را سرزنش کرده و معتقد است مریم باید تا زمان خریدخانه، دست نگه دارد. مریم همچنان به فرزندآوری اعتقاد دارد اما گاهی در اثر صحبت های مادرش دچار تردید می شود.

۶. خاتمه

Maintenance

اگر مراجعه کننده در مرحله خاتمه است، باید بابت رفتار صحیح قبلی خود مورد تشویق یا حمایت قرار گیرد. زیرا این فرد خود می تواند گسترش دهنده یک تفکر یا رفتار در جامعه اطراف خود باشد. وی باید بداند رفتار فرزندآوری او مورد تایید و حمایت سیستم بهداشتی کشور است. کارهای لازم را باید به او یادآور شد.

مرحله ای است که در آن افراد دارای دودلی صفر درصد و خودکارآمدی صد درصد هستند. این چنین افرادی در هر شرایط فردی یا تحت فشار حرف و سرزنش اطرافیان، مطمئن هستند که از اقدام به بارداری یا ادامه بارداری و حفظ جنین، دست نخواهند کشید. گویی آنها از ابتداهرگز تردیدی در فرزندآوری نداشته اند.

مثال: اطرافیان مریم مرتب به او گوشزد می کنند که زود بودبچه دار شوی. حالا طوری نیست خیلی دیر نشده می توانی ببری و سقط کنی.