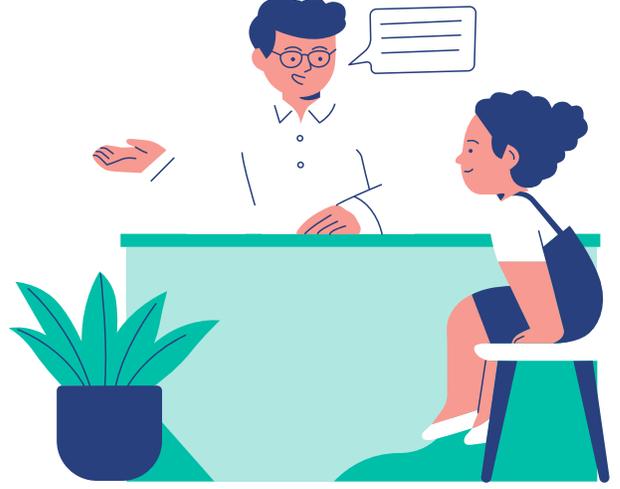


# ما المتوقع: خدمات الصحة العقلية

## كيف تساعد خدمات الصحة العقلية الأطفال والشباب والأسر؟

تساعد خدمات الصحة العقلية، بما في ذلك المشورة والعلاج النفسي، الأشخاص على تحسين صحتهم العاطفية والنفسية والاجتماعية. كما أنها تعزز النمو الشخصي والتغيير من خلال العلاقة العلاجية بين العميل وأخصائي الصحة العقلية.



تعمل تخصصات مختلفة مع الأطفال والأسر للتركيز على صحتهم العقلية. بموجب الخدمات الإكلينيكية الأساسية لـ OAP، يجب تقديم خدمات الصحة العقلية من قبل متخصصين معتمدين، بما في ذلك الأخصائيين الاجتماعيين والأخصائيين النفسيين والمعالجين النفسيين ومرشحات الصحة العقلية.

## من يستطيع تقديم خدمات الصحة العقلية؟

متضمن المشورة والعلاج النفسي تقييم ومعالجة التحديات النفسية والاجتماعية والعاطفية المتزامنة، مثل القلق والاكتئاب والاضطراب العاطفي. يعمل العميل والمعالج معًا لاستكشاف الخبرات وتحديد نقاط القوة والاحتياجات ومناقشة الحلول واستراتيجيات التأقلم.

غالبًا ما يعمل متخصصو الصحة العقلية مع العديد من مقدمي الخدمات الآخرين لمساعدة الأفراد والعائلات على تحقيق أهدافهم. في كثير من الأحيان، يتأكد أخصائي الصحة العقلية أيضًا من أن مقدمي الخدمات يتواصلون بشكل فعال ويعملون بشكل تعاوني.

## من يستطيع تقديم خدمات الصحة العقلية؟

يمكن للأخصائيين الاجتماعيين تقديم العديد من الخدمات المختلفة للعائلات. يمكنهم تقديم استشارات فردية/عائلية/او ضمن مجموعة لطفلك لمعالجة المخاوف المتعلقة بالقلق وغيرها من الحالات المصاحبة. يمكنهم تنسيق الخدمات للتأكد من أن أعضاء الفريق يتعاونون ويتواصلون بشأن الخدمات/الأهداف، ويمكنهم مساعدة العائلات في التقدم للحصول على دعم التمويل المناسب.



يمكن للأخصائيين النفسيين أيضًا تقديم خدمات متنوعة لمساعدة العائلات. يمكنهم توفير تشخيص وعلاج مرض التوحد والحالات المصاحبة له، والتثقيف النفسي وتدريب الوالدين، ويمكنهم تفويض الخدمات إلى متخصصين دعم آخرين تحت إشرافهم، مثل أخصائيي القياس النفسي والزملاء النفسيين.



يقدم أخصائيو العلاج النفسي استشارات فردية لإحداث تغيير في تفكير الطفل أو الشاب، وشعوره، وسلوكه، وأدائه الاجتماعي. كما أنهم يقدمون استشارات عائلية لدعم الأطفال كجزء من نظامهم العائلي الأكبر.

يبدعم ممرضو الصحة العقلية الأسر في إدارة الأدوية، ويقدمون التثقيف النفسي حول تعزيز الرعاية الذاتية ونمط الحياة الصحي، ويراقبون المشكلات الصحية ذات الصلة مثل مخاوف النوم والإمساك.

## كيف تحصل الأسر على خدمات الصحة العقلية؟

يمكن تمويل خدمات الصحة العقلية إما من القطاع الحكومي أو الوصول إليها من القطاع الخاص. يوجد متخصصون في مجال الصحة العقلية ممولون من القطاع الحكومي في المدارس، وفرق الصحة المجتمعية والمستشفيات، ووكالات الصحة العقلية للأطفال، ومراكز وشبكات علاج الأطفال. وهي متوفرة أيضًا في العيادات والوكالات وأماكن الممارسات الخاصة التي تتلقى رسومًا مقابل الخدمة.



يمكن تمويل خدمات الصحة العقلية إما من القطاع الحكومي أو الوصول إليها من القطاع الخاص. يوجد متخصصون في مجال الصحة العقلية ممولون من القطاع الحكومي في المدارس، وفرق الصحة المجتمعية والمستشفيات، ووكالات الصحة العقلية للأطفال، ومراكز وشبكات علاج الأطفال. وهي متوفرة أيضًا في العيادات والوكالات وأماكن الممارسات الخاصة التي تتلقى رسومًا مقابل الخدمة.

عند اختيار مقدم خدمات الصحة العقلية، من المهم اختيار مقدم خدمات مؤهل. على الرغم من عدم وجود قائمة مركزية لمتخصصي الصحة العقلية في أونتاريو، هذه هي الكليات التنظيمية المرتبطة بالأخصائيين النفسيين والمعالجين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين وممرضات الصحة العقلية التي يمكنك استخدامها كنقطة انطلاق. كما يمكنك التواصل مع مجتمعك وفرقك المهنية للتعرف على مقدمي الخدمة المؤهلين في منطقتك.

ومن المهم بنفس القدر استكشاف ما إذا كان مقدم الخدمة لديه خلفية أو نطاق ممارسة في العمل مع الأطفال والشباب المصابين بالتوحد. سؤالان يجب طرحهما عند اختيار مقدم خدمات الصحة العقلية هما: "هل عملت مع أطفال مصابين بالتوحد من قبل؟" و"هل لديك أي تدريب متخصص في مرض التوحد؟"

ضع في اعتبارك أن دعم الصحة العقلية لطفلك هو جهد جماعي، وأن مقدم الخدمة الخاص بك يريد مساعدتك في لعب دور نشط في خطة العلاج الخاصة بك. للحصول على أقصى استفادة من خدمات الصحة العقلية، من المهم أن تطرح الأسئلة وتدافع عن نفسك وتشارك لضمان تجربة تعليمية تدعم طفلك وعائلتك بشكل أفضل.



لمزيد من المعلومات والموارد والخدمات لمجتمع التوحد، يرجى زيارة [autismontario.com](http://autismontario.com)