



باسمه تعالی



پرخاشگری و نحوه رفتار با

بیمار پرخاشگر

تهیه کننده: لیلا محمدی

زیر نظر سوپروایزر آموزش ضمن خدمت

مرکز آموزشی درمانی ابن سینا

آدرس: شیراز - چهار راه حافظیه - خیابان حافظ - جنب بوستان

سیزده آبان - بیمارستان ابن سینا

تلفن گویا: 4-07132289601

سایت: <http://ebnesina.sums.ac.ir/>

تعریف :

خشم ، ترس و پرخاشگری از علائم بیماری اعصاب و وران است . هرکدام از حالات هیجانی می تواند واکنش به هذیان ها یا توهمات بیمار باشد. از آنجایی که بیمار نسبت به افکار هذیانی خود اعتماد کامل دارد واکنش های هیجانی و رفتاری مربوط به آن را از خود نشان می دهد .

برخی شرایط و موقعیت ها، رفتار ای پرخاشگرانه را در بیمار شعله ور می سازند. پس شناخت این شرایط می تواند در پیشگیری از این رفتار ها و ایجاد جوی آرام در کانون خانواده تاثیر زیادی داشته باشد .

راه های مقابله با پرخاشگری :

- هنگامی که فرد عصبانی است از نزدیک شدن به وی و تماس بدنی با او اجتناب کنید .
- با فرد همدردی کنید و اجازه دهید عواطف و احساسات خود را بیان کند.
- بهتر است افرادی که تحمل و حوصله کمتری دارند محیط را ترک نمایند.

- زمان عصبانیت و پرخاشگری فرد سعی کنید تنها در منزل نباشید و از همراهی سایر اعضای خانواده ، دوستان یا همسایه ها استفاده کنید.

- در موارد پرخاشگری زیاد، از اورژانس پزشکی کمک بخواهید.

- هیچ گاه بیمار را فریب ندهید حتی اگر فکر کنید که به نفع اوست همیشه با او روراست باشید و روشن صحبت کنید.

تکنیک های موثر برای بر خورد با افراد عصبانی :

- به آنها گوش دهید.
- خونسردی خودتان را حفظ کنید.
- قضاوت را کنار بگذارید .
- محترمانه رفتار کنید.
- خشم را با خشم جواب ندهید.
- با او مشاجره نکنید.
- فاصله خودتان را حفظ کنید.
- رفتار دفاعی نداشته باشید.
- از آنها نخواهید که آرام باشند چون تحریک می شوند.

- گفتن جملاتی مثل من معذرت می خواهم یا سعی می کنم
- مسئله را حلش کنم کمک شایانی به ما می کند.
- افراد عصبانی را تهدید نکنید.
- گفتن می فهمم چه می گویی ، اوضاع را بهتر نمی کند.
- مرز و محدودیت فیزیکی خود را با فرد عصبانی حفظ نمایید.
- خود را از استرس خالی کنید.
- با صدای پایین و با آرامش صحبت کنید.
- اگر تشخیص رفتارش غیر معمول است شاید به این دلیل آن است که در برابر خواسته و نیاز او بی توجه هستید.
- مهم نیست که طرف مقابل شما چه برخوردی دارد. ممکن است به شما اهانت یا بی احترامی کند. این نشانه آن است که شرایط را درک نمی کند .
- بالا بردن صدا و انگشت اتهام را نشانه گرفتن و حرفهای بد زدن فقط آتش دعوا را بیشتر می کند.

- در صورت لزوم با جملات کوتاه، محکم و واضح از بیمار پرخاشگر خواسته شود رفتارش را متوقف کند.
- افکارخودکشی و دیگر کشی بیمار را به دقت بررسی و مدیریت کنید.
- ایمنی بیمار و سایرین را در محیط، جهت جلوگیری از صدمات احتمالی ناشی از اختلال فکر بیمار حفظ نمایید
- در مرحله عود بیماری مواظب پیام های غیر کلامی خود مانند خندیدن ، نگاه کردن، نشستن و حرکت چهره و بدن باشید .
- پیچ کردن و در گوشی صحبت کردن ، شک بیمار را تشدید می کند ، لذا از اینگونه کارها اجتناب نمائید.
- احساسات او را درک کرده و به بیمار باید مجال داد تا بتواند با صحبت کردن مشکل خود را بیان کند و به این منظور همدردی با وی کمک کننده است . برای مثال به بیمار اظهار میداریم به نظر می رسد که حالتان خوب نیست.

اگر نتوانستید بیمار را آرام کنید ممکن است شرایط خطر ناک برای دیگر اعضای خانواده و یا خود بیمار پیش آید در این صورت با پلیس ، اورژانس 115 یا اورژانس اجتماعی تماس بگیرید.

در صورت استمرار رفتارهای پرخاشگرانه فرد اقدامات لازم جهت بستری کردن وی را آماده نمایید.



منبع: درس نامه با روانپرستاری دکتر اسدی چکیده روان پزشکی

بالینی ، پور افکاری بهداشت روان 2 . کوشان

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	پر خاشگری و نحوه رفتار با بیمار پر خاشگر
تهیه کننده	ل. محمدی
سمت	کارشناس پرستاری
تأیید کننده	دکتر ابراهیم مقیمی
تاریخ تهیه	خرداد 1401