

مَعْلُومَات عَنِ اللَّمَسِ

تَأهِيل مُدْرَسِي اللَّمَسِ مَعَ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ مُنْذُ سَنَةِ 1990

تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ

طَرِيقَةُ (أَسْلُوبِ) ، لِلرَّعَايَةِ ، الْعِنَايَةِ ، إِعَادَةِ التَّأهِيلِ ، التَّعْلِيمِ ، الْعِنَايَةِ الصَّحِيَّةِ ، وَالصَّحَّةِ الْعَامَّةِ .

هَذَا هُوَ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ

تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ ، وَعِي وَبِنِيَّةِ (تَرْكِيْبِ اللَّمَسِ) ، الَّذِي يَنْشَطُ (يُفَعِّلُ) الْجِلْدَ .
الْجِلْدُ هُوَ أَوَّلُ وَأَكْبَرُ عَضْوٍ مِنْ أَعْضَائِنَا وَحَوَاسِنَا ، . إِنْ تَحْدِيدَ مَعْنَى (تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ) ، مِثْلَ عَمَلٍ أَوْ تَدْرِيْبِ الْحَوَاسِ ،
وَطَرِيقَةِ عِنَايَةِ يَوْمِيَّةٍ ، وَتَدْرِيْبِ (تَمْرِيْنِ) لِرَّعَايَةِ الصَّحَّةِ ، وَالصَّحَّةِ بِشَكْلِ عَامٍ . وَهِيَ تَصْلُحُ أَيْضاً لِتَكُونُ صُورَةً
لِمُعَالَجَةِ الْعَوَارِضِ النَّفْسِيَّةِ ، وَالْعَوَارِضِ الْعَصْبِيَّةِ الْجَسَدِيَّةِ .

إِسْتِعْمَالِ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ

الْحَاجَةُ إِلَى اللَّمَسِ تَزْدَادُ عِنْدَ الْمَرَضِ ، الْإِصَابَاتِ ، الْمُعَاقِيْنِ (الْمَعْوَقِيْنِ) .
إِنَّهَا مَسَاعِدَةٌ مَهْمَةٌ فِي الرَّعَايَةِ الْمَوْقُوتَةِ ، إِنْ (تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ) تَلْتَمِ الْجَمِيعَ ، وَتَسْتَعْمَلُ أَيْضاً فِي تَقْلِيلِ الْإِجْهَادِ النَّفْسِيِّ ،
وَفِي مَوْسَسَةِ الْعِنَايَةِ الصَّحِيَّةِ .
يُوصَى بِتَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ لِكَيْ :-

- * خَلْقُ الْهَدْوِ وَالرَّاحَةِ .
- * تَخْفِيفِ الْأَلَامِ .
- * تَقْوِي الرُّوَابِطِ بَيْنَ الْآبَاءِ / الْأَطْفَالِ / الْأَزْوَاجِ .
- * تَزْيِيدِ الْإِتِّصَالِ .
- * تَزْيِيدِ الْمَعْرِفَةِ حَوْلَ الْجِسْمِ .
- * تَزْيِيدِ الْمُنَاعَةِ .
- * تَحْسِنِ فِعَالِيَّةِ الْمَعْدَةِ وَالْأَمْعَاءِ .
- * تَنْظِمَ وَتَسَاعَدَ (تُدْعِمُ) الْجِهَازَ الْعَصْبِيَّ .
- * تَحْسِنَ (تُسْرِعَ) شَفَاءَ الْجِرْحِ .

مِنْ جُمْلَةِ الْأَمَاكِنِ الَّتِي تَسْتَعْمَلُ فِيهَا طَرِيقَةُ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ هِيَ :-
الْمَدْرَسَةُ التَّمْهِيْدِيَّةُ ، الْمَدْرَسَةُ الْخَاصَّةُ بِالْمُتَخَلِّفِيْنَ عَقْلِيًّا ، مَدْرَسَةُ عَمَلِ الْأَطْفَالِ فِي وَقْتِ الْفِرَاقِ ، الْمَرْكَزُ النَّهَارِيُّ ،
إِعَادَةُ التَّأهِيلِ ، مَرْكَزُ رِعَايَةِ الْأُمُومَةِ ، دَارُ الرَّعَايَةِ طَوِيلَةَ الْأَمَدِ ، بَيْتُ (دَارِ) الْعِجْزَةِ وَالْمَسْنِيْنِ ، مَرْكَزُ عِلَاجِ الْأَلَامِ ،
مَأْوَى (دَارِ) الْعِجْزَةِ وَالْمَسْنِيْنِ ، مَرْكَزُ عِلَاجِ الْأَلَامِ ، مَأْوَى (دَارِ) الْمَشْرُدِيْنِ ، الشَّرَكَاتُ وَالْكَثِيرُ مِنَ الْعَوَائِلِ .

خَلْفِيَّةُ (تَارِيْخِ) طَرِيقَةِ اللَّمَسِ مَعَ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ .

تَطَوَّرَتْ طَرِيقَةُ اللَّمَسِ مَعَ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ مِنْ قَبْلِ (كُونِيْلَا بِيْرِكْسْتَاد) ، مُدْرَسَةِ رِعَايَةِ الطُّفُولَةِ ضَمِنَ الْعِنَايَةِ
الْإِجْتِمَاعِيَّةِ . سَنَةَ 1984 عَمَلَتْ (كُونِيْلَا) فِي الرَّعَايَةِ ، وَاِكْتَشَفَتْ حِينَئِذٍ ثِقَلَ (أَهْمِيَّةِ) عَمَلِ الْأَيْدِي الدَّقِيْقِ ،
وَضُرُورَةَ الْمَلَامَسَةِ .
إِنْ الْخَبْرَاتُ أَدَّتْ إِلَى الْوُقُوفِ عَلَى أَهْمِيَّةِ طَرِيقَةِ اللَّمَسِ فِي الْعِنَايَةِ (الرَّعَايَةِ) ، وَإِعَادَةِ التَّأهِيلِ وَالتَّعْلِيمِ . بَعْدَ ذَلِكَ
تَطَوَّرَتْ هَذِهِ الطَّرِيقَةُ وَأَصْبَحَتْ نِظَامًا مَقْرَرًا فِي بُنْيَانِ (تَرْكِيْبِيَّةِ) اللَّمَسِ . إِنْ الدَّرَاسَاتُ حَوْلَ تَحْفِيزِ الْمَقْدَرَةِ بَدَأَتْ
مِنْذُ سَنَةِ 1990 ، وَاعْتَمَدَتْ أَسْلُوبَ الطَّرِيقَةِ فِي (السُّوَيْدِ) لِدَّرَاسَةِ اللَّمَسِ .

إن هذه الطريقة قد حظيت بالتقدير والإعتراف من خارج السويد ، ونُفِدت العديد من هذه الدراسات ، وترجمت المواد الدراسية لهذه الطريقة إلى العديد من اللغات .
إن مدرسة اللّمس صارت معروفة بنوعيتها العالية ، وعرضها الثّمر (الغني) للدراسة التكميلية .

هكذا نعمل

طريقة اللّمس مع تحفيز المقدرة تُبنى على كيفية قيامنا (بالتمسيد الطبيعي) على الجلد عندما (حينما) ندهن أو نغسل أنفسنا . إن (التمسيدات) تتبّع نظاماً مقررراً لكي تعمل بشكل ملحوظ ، لكي تعطي الأمان والطمأنينة . إلى جانب (التمسيدات) ، تُستعمل أيضاً مختلف الأنواع (النوعيات) من الضّغط ، أو أن تترك اليد ثابتة ، الأكثر عادة أن المرء يضع يده (يديه) مباشرة على الجلد ، لكنه أحياناً يستطيع أن يعمل ذلك من فوق الملابس . إن (التمسيدات) تكون باليد مباشرة للجلد ، ونستطيع أن نستعمل الزيت النباتي المعصور .

يبدأ تحفيز المقدرة من خلال نظرة شمولية مؤسّسة (مبنية ، مُستندة) على الخبرة والبحث ، وهي تستعمل دائماً من خلال الظروف ، والحاجة الفردية والشخصية .

نتائج آثار اللّمس

من بين الذين قاموا بالمحاولات البحثية ، من السويديين والأجانب ، البروفسور (كرستين يوفنس) ، (موبيري) ، مؤسّسة (كارولينسكا) ، وكذلك مؤسّسة (رسيرش) ، فلوريدا ، والولايات المتحدة الأمريكية ، ومن خلال بحوثهم توصلوا إلى أن (طريقة اللّمس مع تحفيز المقدرة) تؤدي تحقيق مايلي :-

- * الهدوء والراحة .
- * تخفف الألم .
- * نمو حُب الاطلاع والفضول .
- * تقليل النزعة العدوانية .
- * تزييد الوزن عند الأطفال والكبار ، من قليلي الوزن .
- * تزييد من إمكانية الإتصال مع الغير (الآخرين) .
- * تزييد المناعة .
- * تحسّن من فعالية المعدة والأمعاء .
- * تحسّن من نوعية الحياة .

تأهيل مُدرسي طريقة اللّمس مع تحفيز المقدرة

توجد دراسات من، منذ سنة 1990 ، تستغرق (64) أربعة وستون ساعة ، ومجموعة الدراسات تستهدف العاملين في الصحة ، الرعاية ، إعادة التأهيل ، التعليم ، المرضيين ، مُستخدمي رعاية الطفل ، مُدرسي الحضّانة ، المُساعدين الشخصيين ، مُختصي المُعالجة ، خبراء العلاج الطبيعي ، الصحة والمُهتمين الآخرين .

أكثر من ثلاثة آلاف شخص ، حصلوا على التدريس لطريقة اللّمس مع تحفيز المقدرة . يوجد فعلياً الآن أكثر من (30) ثلاثين ألف مدرساً في هذا المجال . الدراسة لهذه الطريقة تُمارس في الخارج ، والمواد الدراسية مُترجمة لعدة لغات . تدريس المعلمين يكون مرة واحدة في السنة .
المسؤولة عن طريقة اللّمس والنشر ، وكذلك تأهيل المُدرسين هي (كونيلا بيركستاد) .

بعض الآراء التي قيلت حول تحفيز المقدرة

* حاول أن تستلقي على المصطبة ، يُحيطك الهدوء ، نمت كل الليل ولأول ، منذ (15) خمسة عشر عاماً .
(امرأة متشنجة العضلات)

* أصبِتُ خلال حَملي بالكآبة ، وأصبحتُ في إجازة مرضيَّة ، وبعد مرتين فقط ، وبطريقة تحفيز المقدرة ، أصبَحَت حياتي مُضيئة ، وفي الشهور الأخيرة من الحَمَل زالت (إختفت) الكآبة ، ووضعتُ أولادي الآخرين قبل الأوان . أنا الآن في أسبوعي الأربعين من الحَمَل ، والجَنين لم يأت بعد ، اللَمس بالطبع كل أسبوع شيئ هائل .. شكراً .

أم صاحبة أربعة أطفال

* بعد أن حصلت أمي على تحفيز المقدرة ، فتحت عيناها .. ابتسمت ، وهذا دليل على أنها عرَفَتني . كانت أمي فاقد الذاكرة ، وكانت مكتتية كثيراً منذ زمن طويل ، ولم تكن تعرفني .

الإبن الأكبر

* إبتنتنا لاتنام جيداً في الليل ، منذ ذلك الحين وبعد عدة مرات ، ومع تحفيز المقدرة ، نامت (12) إثني عشر ساعة متواصلة . إثناء النهار الآن تبدو فرحة ، تتناول أكلها بشهية ، وزاد وزنها (4) أربعة كيلو غرامات خلال (3) ثلاثة أشهر ، قَلَقْنَا على إبتنتنا خفاً كثيراً .

أبوي البنت المتخلفة عقلياً

* لَو أن العاملين في الطوارئ ، من العارفين لطريقة تحفيز المقدرة ، فإنهم سوف يستقبلون الناس المصدومين أحسن مما جرى لي من إستقبال حينما احترقت شقتي . الآن وبعد مدة طيلة حَصَلتُ على تحفيز المقدرة لقلقي المتبقي ، والنوم المتقطع ، عرفت (فهمت) النُقل (الأهمية) لِلَمس ذلك العق الفعَّال .

(إنِّي الآن أنام)

هُنَا يَسْتَطِيع المرء أن يعرف الكثير

Litteraturförlag:

Touch Therapy av Tiffany Field

ملاحظات حول المحاضرات والدراسات

SKOLA FÖR BERÖRING
Bygatan 39, SE - 171 49 Solna
Tel. +46 8 83 53 03, Fax. +46 8 27 22 78

E-post: info@beroring.se, www.beroring.se