

تقييم مبتكر لإدارة الوقت لدى مرضى الخرف في الهند: دراسة شاملة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 25, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تقييم مبتكر لإدارة الوقت لدى مرضى الخرف في الهند: دراسة شاملة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120012>

تخيل أنك تحاول مساعدة شخص عزيز عليك يعاني من الخرف (مرض يؤثر على الذاكرة والتفكير). قد تجد أن تنظيم المهام اليومية، مثل تناول الدواء أو المواعيد، يصبح تحديًا كبيرًا. غالبًا ما يعتمد هؤلاء الأشخاص على مقدمي الرعاية لمساعدتهم في هذه الأمور، ولكن ماذا لو كان هناك أدوات بسيطة يمكن أن تساعد على استعادة بعض الاستقلالية؟ هذا السؤال هو ما سعى فريق بحثي في الهند للإجابة عليه.

منهجية البحث

قام الباحثون، بقيادة د. س. أ. دوسوزا، بإجراء دراسة شاملة لتقييم فعالية مجموعة متنوعة من أدوات إدارة الوقت المصممة خصيصاً للأشخاص الذين يعانون من الخرف في الهند. لم يقتصر البحث على تقييم الأدوات بشكل كمي (من خلال قياسات موضوعية)، بل شمل أيضاً جوانب نوعية (من خلال مقابلات متعمقة مع المرضى ومقدمي الرعاية). تضمنت الأدوات التي تم اختبارها تقويمات ورقية بسيطة، وساعات منبهة مزودة بتذكيرات صوتية، وتطبيقات رقمية على الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية.

تم اختيار المشاركين في الدراسة من خلال مراكز الرعاية الصحية ومجموعات الدعم المحلية في عدة مدن هندية. شملت المجموعة المشاركة أشخاصاً في مراحل مختلفة من الخرف، بالإضافة إلى مقدمي الرعاية الرئيسيين لهم. تم تقسيم المشاركين إلى مجموعات مختلفة، حيث استخدمت كل مجموعة أداة مختلفة لإدارة الوقت. تم جمع البيانات على مدار عدة أشهر، من خلال الملاحظة المباشرة، وتسجيل استخدام الأدوات، وإجراء مقابلات منتظمة مع المشاركين ومقدمي الرعاية.

من الجدير بالذكر أن الدراسة تم تسجيلها في السجل السريري الهندي (CTRI/2017/06/008916) في 27 يونيو 2017، مما يضمن الشفافية والالتزام بالمعايير الأخلاقية للبحث العلمي.

النتائج

أظهرت النتائج أن فعالية أدوات إدارة الوقت تباينت بشكل كبير بين المشاركين. بشكل عام، كانت الأدوات البسيطة، مثل التقويمات الورقية والساعات المنبهة، أكثر نجاحاً من التطبيقات الرقمية، خاصة بالنسبة للمشاركين الذين لم يكونوا على دراية بالتكنولوجيا.

لاحظ الباحثون أن التقويمات الورقية، المزودة برسومات أو صور بسيطة، ساعدت المرضى على تذكر المواعيد والمهام اليومية بشكل أفضل. كما أن الساعات المنبهة، التي تم ضبطها على تذكير المرضى بتناول الدواء أو تناول الطعام، كانت فعالة في تحسين الالتزام بهذه المهام.

في المقابل، واجه المشاركون صعوبة في استخدام التطبيقات الرقمية، بسبب تعقيد الواجهة وصعوبة التنقل بين الخيارات المختلفة. كما أن بعض المرضى لم يتمكنوا من فهم الإشعارات أو التذكيرات التي تظهر على الشاشة.

أظهرت المقابلات مع مقدمي الرعاية أن الأدوات التي ساعدت المرضى على استعادة بعض الاستقلالية كانت الأكثر قيمة. فقد ذكروا أن هذه الأدوات قللت من عبء الرعاية عليهم، وسمحت لهم بالتركيز على جوانب أخرى من حياة المرضى. كما أن المرضى أنفسهم أعربوا عن شعورهم بالرضا والثقة بالنفس عندما تمكنوا من إدارة وقتهم بأنفسهم.

دلالات البحث

تشير هذه الدراسة إلى أن أدوات إدارة الوقت يمكن أن تكون مفيدة للأشخاص الذين يعانون من الخرف، ولكن يجب اختيار هذه الأدوات بعناية لتناسب احتياجات وقدرات كل فرد. من الواضح أن البساطة هي المفتاح، وأن الأدوات التي تعتمد على التكنولوجيا قد لا تكون مناسبة للجميع.

تؤكد النتائج على أهمية اتباع نهج شخصي في رعاية مرضى الخرف. يجب على مقدمي الرعاية والأطباء العمل مع المرضى وأسرتهم لتحديد الأدوات التي تناسبهم بشكل أفضل، وتوفير التدريب والدعم اللازمين لضمان استخدامها بشكل فعال.

بالإضافة إلى ذلك، تسلط الدراسة الضوء على الحاجة إلى تطوير أدوات إدارة وقت جديدة مصممة خصيصاً للأشخاص الذين يعانون من الخرف في البلدان النامية، مثل الهند. يجب أن تكون هذه الأدوات ميسورة التكلفة وسهلة الاستخدام، وأن تأخذ في الاعتبار الخصائص الثقافية والاجتماعية للمجتمعات المحلية.

في النهاية، يمثل هذا البحث خطوة مهمة نحو تحسين جودة حياة الأشخاص الذين يعانون من الخرف ومقدمي الرعاية لهم، من خلال تمكينهم من إدارة وقتهم بشكل أفضل واستعادة بعض الاستقلالية والكرامة.

Reference

Dsouza S.A. (2026). *A mixed methods evaluation of time management products for persons with dementia (in India: what works, what does not, and what may.* BMC Geriatrics, 26(1

DOI: [10.1186/s12877-026-06985-y](https://doi.org/10.1186/s12877-026-06985-y)