

מאי 2020

*תרגם זה המאמר אל הלגה הערבית המחכימה מן אגל إتاحته لجمهور الهدف. (المترجم)

تلخيص المقال:

كبار في السن مع إعاقة عقلية تطويرية في زمن الخدمة الملائمة للإنسان

نشر المقال للمرة الأولى في مجلة "شيكوم" مجلة لجمعية حومش.

נסים, ד'. (2018). אנשים מזדקנים עם מוגבלות שכלית התפתחותית בעידן שירות מכוון אדם. שיקום. 29, 76-83.

تم تلخيص المقال بموافقة الكاتبة وموافقة مجلة جمعية حومش.

تم تلخيص المقال عن طريق مجموعة – وحدة قياس وتقييم كيرن شليم, مايو 2020

بالفترة الأخيرة كثير ناس عندهم إعاقة عقلية تطويرية ببعيشوا حتى جيل كبير. لهذا السبب تعلمنا نفهمهم أكثر لأنه هاي المجموعة من الناس كبيرة ومنفصلة عن مجموعات ثانية وعندها حاجات ثانية، لذلك هي بحاجة لاهتمام خاص. بسبب العدد المتزايد للكبار في السن الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية زادت كمان كمية الأبحاث في هذا المجال بدافع إنو نفهم أكثر حاجيات هاي الشريحة من المجتمع. حتى أصحاب القرارات في وزارة الرفاه والخدمات الاجتماعية متيقظين لهاي الظاهرة، نشروا سياسة عمل في هذا الشأن وكمان برامج وخدمات ملائمة لهاي المجموعة. بالمقابل، كثير من المختصين تعرفوا على الخدمة الملائمة للإنسان وفيها شافوا إمكانية العمل مع الكبار في السن الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية، ومع المجموعات المحيطة فيهن ومع أبناء عائلتهن. الخدمة الملائمة للإنسان مبنية على فرضية انو كل انسان عنده القدرة يرتب حياته، ومنشان هيك هو لازم يأخذ الفرصة والدعم. الطريقة هاي بتحت الإنسان الي عنده إعاقة بالمركز، بتأمن فيه وبقدراته بأنه يقرر قرارات بتخص حياته، وإنه يكون جزء من المجتمع ويشغل ويكون عنده عائلة وكمان هاي الطريقة بتساعده يعرف حقوقه. (Salmon, 2014). الخدمة الملائمة للإنسان بتقوي الشخص الي عنده إعاقة وبتقوي أبناء عيلته وكمان الناس الي حواليه، عن طريق زيادة الاختيارات المتاحة قدامه وكمان عن طريق السيطرة على الخدمات الي عباخذها. تذيبت مبادئ هاي الطريقة بالمجموعات المحيطة فيه وبأبناء عائلته، بتزيد جودة حياته وبتخليه يعيش مرحلة الشيخوخة بطريقة ناجحة.

خدمة ملائمة للإنسان بتفيد في مرحلة شيخوخة ناجحة لأشخاص عندهم إعاقة عقلية تطويرية منبثت مبادئ هاي الخدمة وكيف ممكن ننفذ هاي المبادئ في حياتنا اليومية مع أشخاص كبار في السن وعندهم إعاقة عقلية تطويرية:

1. تتميز مرحلة الشيخوخة بهبوط متدرج بالوظائف الجسدية والوظائف الأخرى (انخفاض السمع، انخفاض القدرة على التركيز، انخفاض القدرة على التذكر وكمان أمور أخرى). مقارنة مع باقي شرائح المجتمع، الأشخاص الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية، انخفاض قدراتهم بتبدأ تقريبا قبل ب 10 سنين من الإنسان الي ما عنده إعاقة عقلية تطويرية. وعلى الرغم من ذلك ما في تجهيز

للإنسان لهاي المرحلة من العمر، وهو ما يعرف انو رح يصير هذا الانخفاض بالاداء الجسدي والعقلي. الخدمة الملائمة للإنسان بتعرض مبدأ أول والي هو: تعريف الذات – يعني معرفة الإنسان لنفسه ولحقوقه وهذا يعطيه القدرة بانه يدير حياته مع وعي وقدرة على اختيار مستقل بحسب إرادته، وهيك كمان بيقدر يسمع صوته الخاص. ممكن تنفيذ هذا المبدأ عن طريق نشاط فعال مع الشخص من جيل مبكر، مثل إنه يعرف مسار التطور تبعه والأشياء الي عبتستناه بالحياة وهيك بيقدر يخطط للمستقبل، بشكل إنه مرحلة الشيخوخة تكون جزء طبيعي من حياته. المعرفة الي رح يحصل عليها الإنسان بحياته، بتساعده لأنه يجهز نفسه بكل مرحلة من مراحل العمر بطريقة ملائمة لأله بالعمل، والمجتمع والعائلة وهيك بيقدر يخطط لمستقبله ويقدر يسمع صوته الخاص.

يشمل التحضير على تعارف عميق بين الانسان وبين ذاته عن طريق تعريف الذات من جيل مبكر، هذا التعريف متغير بحسب التطورات في حياة الإنسان، وحاجياته، وإرادته وقدراته (Heller, Miller, Hsieh, & Sterns, 2000).

الإنسان الذي يعرف ذاته بيقدر يفحص من أول وجديد بكل مرحلة من حياته احتياجاته وإرادته وكمان الأشياء الملائمة لقدراته الشخصية والأشياء الي بتعنيه بنفس الوقت. أهدافه الشخصية للإنسان هو بيحددها مع مراقبة حياته وتخطيط مستقبله وكمان فحص الخطوات المطلوبة حتى يحقق أهدافه. مثلا الانسان الي بيعرف انو في السنوات القادمة رح يترك شغله، بيقدر يخطط مع الناس الي بيدعموه لليوم الي رح يكون بعد تركه لشغله – بشو رح يشتغل؟ كيف رح يعبي ساعات نهاره بشي الو أهمية. بالمقابل، الانسان بمساعدت بيثته الداعمة يخلق برنامج لحياته الشخصية الي هدفها تحافظ على مصادره الشخصية والثقافية والعائلية منشان يرافقه كمان بس تنزل قدرته الوظيفية. البرنامج يشمل تخطيط للمستقبل الي بيهتم بتوديع بعض أفراد العائلة وتجهيز للحياة بعد ترك العمل. هذا كلو مع اخذ دعم عاطفي وتثبيت الشعور بالانتماء.

2. بشكل عام عند الناس الكبار في العمر الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية فش كثير علاقات اجتماعية قوية. أغلبهم موجودين بعلاقات بشكل أساسي مع أهل بيتهم، وأصدقائهم في مكان العلاج، والفرق العلاجية والناس المختصة، وكثير منهم بيستصعبوا يعملوا علاقات اجتماعية جديدة على الرغم من الحاجة الاجتماعية والشعور بالانتماء الموجودة عند الانسان. وعلى الرغم من انه أغلب الناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية عايشين مع اهلهم لكن عند بلوغهم أو تقدمهم في السن او بعد موت اهاليهم من الممكن انهم ينتقلوا للعيش في مكان اخر داعم لاهلهم، وهذا الشي بيأدي لانقطاع العلاقات مع عائلاتهم، الانتقال من البيئة الاجتماعية الداعمة (أهلهم) ومن الحارة المعروفة لأهلهم (الدكانة / الكنيس / المسجد/ الكنيسة) لبيئة جديدة غير معروفة ممكن يأدي هذا الشي لصعوبة في التأقلم، صعوبة بأنهم يتعرفوا على ناس جداد، وخوف من التجول بالحارة الجديدة والغير معروفة وهذا كلو ممكن يأدي للشعور بالوحدة، قلق واكتئاب وخوف.

الخدمة الملائمة للإنسان بتعرض المبدأ الثاني انتماء اجتماعي – استخدام مهارات شخصية وتواصلية من اجل خلق صداقات في منظومة علاقات متنوعة والي بتشجع الانسان على انه يستخدم مهاراته الشخصية منشان يعمل صداقات داخل منظومة علاقات متنوعة، والحفاظ على الشعور بالانتماء وكمان الحفاظ على علاقات اجتماعية مهمة، لذلك من الممكن هاي الأشياء تحسن مرحلة الشيخوخة عند الناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية. الخدمة الملائمة للإنسان بتشجع الفرق العلاجية والناس المحيطين بالشخص الكبير في السن على حصوله على أدوات تساعده بالحفاظ على علاقاته الاجتماعية مع أبناء عيلته وكمان منشان يعمل علاقات اجتماعية جديدة، وكمان يحافظ على الذاكرة الشخصية تبعو، والذاكرة العائلية، عن طريق أشياء مختلفة (صنع البوم صور شخصي، انتاج فيلم عن حياته، البوم صور عن حياته وأمور أخرى) وكمان عن طريق نشاطات مشتركة مع

الآخرين، نشاطات تطوع، استخدام شبكات اجتماعية ملائمة من ضمنها الانترنت (נט-חבר مثلا) وأمور أخرى. كل النشاطات الي بتشجعه على انو يتذوق الشعور بالانتماء وبتزيد دوافعه بأنه يخالط المجتمع.

مع انه مش كل المهمات بيقدروا يعملوها الأشخاص الكبار بالسن والي عندهم إعاقة عقلية تطويرية، وممكن يحتاجوا مساعدة بجزء من الأشياء (مثل الكتابة والاعداد مع استخدام طرق تواصلية بديلة وتبسيط لغوي، تحضير اليوم شخصي، جمع معلومات من العائلة، جمع موسيقى من البيت)، وظيفة الدعم هي انو نخلي هذا الانسان يحكي قصته كيف هو ببشوفها وكيف بيحب. بالإضافة نساعد على تطوير علاقات شخصية داخل البيت وبراته عن طريق فعاليات مشتركة مع الآخرين، نشاطات تطوعية، استخدام شبكات اجتماعية ملائمة من ضمنها الانترنت وكل شيء اخر بيشجعه بانه يتذوق الشعور بالانتماء.

3. في فرص قليلة للناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية بأنهم يديروا حياتهم بشكل مستقل. هذا الشيء مع الوقت وخاصة في سن الشيخوخة بيقل أكثر، بالإضافة لقلق الأهل والفرق العلاجية بسبب انخفاض القدرة الذهنية والوظيفية خلال مرحلة الشيخوخة. الطريقة الملائمة للإنسان بتعرض مبدأ: إدارة الذات – مسؤولية على كيفية إدارة موارد الدعم المتاحة للشخص، القيام بوظائف اجتماعية مختلفة ومحترمة والتي تعتمد على قدرات ومواهب الشخص تنفيذ هذا المبدأ بيساعد في تغيير الطريقة الموجودة اليوم، الي فيها موارد الدعم مشتركة لكل المجموعة والإنسان الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية مش شريك في إدارة هاتي الموارد، للطرق الجديدة مثل طريقة القسائم أو الميزانية الشخصية بيخلوه يدير بنفسه موارد الدعم المتاحة إلو. بالإضافة، ممكن من اليوم نزيد مشاركتهم الفعالة للكبار بالسن والي عندهم إعاقة عقلية تطويرية بأنهم ياخذوا أدوار اجتماعية مختلفة الي بتطورهم وتبرز قدراتهم المميزة. مثل القيادة، تمثيل المجموعة، كتابة، عزف، تمثيل وأمور أخرى. في كثير فعاليات هدفها تساعد الإنسان الكبير في السن منشان يحافظ على قدراته وعلى إدارته لنفسه، ويقدر يكمل ويلقي أشياء بتهمه. كمان منشان يحافظ ويطور علاقات اجتماعية مع محيطه، وإنه يأخذ تقدير من محيطه وكمان يقدر يعبر عن نفسه، ويندمج في نشاطات مختلفة الي منشأها تفيد بيئته. مثال على ذلك في فعاليات مختلفة تم بحثها، مثلا استخدام فعالية الرقص بتعطي الإنسان ثقة بنفسه وبجسمه وبتعطيه شعور تقدير الذات، (هيرش، 2010). تحفيز الحواس بيقوي القدرة على الشعور، وبيحسن توازن الجسم وكمان التنفس. رقص مع المجموعات بيزيد الوعي للمجموعة، كمان الشعور بالانتماء والتواصل مع الآخرين. كمان نشاطات فنية وإبداعية بتساعد في رفع جودة الحياة وكمان تحسين الصحة وكمان لها تأثير إيجابي على المزاج، بالإضافة للوعي الإيجابي بالذات ولموقعهم في المجتمع (رפני، 2005). فعاليات أخرى ثانية مثل التصوير والرسم والنحت بيعطوا الشخص الشعور بالإنتاج وكمان تقدير كبير لما يشوف أعماله معروضة.

كمان لما ينطلب تغيير مكان سكن الشخص الكبير بالسن مهم كثير انه يحافظ على قدرته بالاختيار المستقل، يقرر لنفسه ويعبر عن رأيه. حسب الطريقة الملائمة للإنسان من المهم عرض المعلومات والنتائج المتاحة للإنسان الي عندهم إعاقة وكمان نستمتع قدر الإمكان للأشياء الي بفضلها، بخصوص مكان سكنه وموقع هذا المكان. لازم نعرض قدامه كل الصورة، مثلا ليش هو ما بيقدروا يبقى ساكن لحالو في بيت أهله بعد ما ماتوا؟ وشو الإمكانيات المتاحة أمامه لأن كل ما كان الشخص من ذوي الإعاقة العقلية التطويرية شريك اجتماعياً، وبيقدروا يعبر عن نفسه وعن إرادته الشخصية، بأنه يختار ويقرر. هذا بيقويه شعوره بالسيطرة وهذا الشعور كثير مهم لكل إنسان بكل الأجيال وكمان بسن الشيخوخة.

4. الناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية بشكل عام تحصيلهم العلمي بيبقى منخفض، كمان حضورهم في سوق العمل قليل، كمان الأجار الي بياخذوه قليل وكمان بيتركوا الشغل من جيل مبكر، مشاركتهم في النشاطات الترفيهية قليلة بسبب الإعاقة الجسدية وانعدام المهارات الاجتماعية (Clarke & Lathham, 2014). بحسب المبدأ التالي للخدمة الملائمة للإنسان دمج ومشاركة في

منظومات الحياة المختلفة والتي هي مفتاح مش بس لتقوية الناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية بل كمان لزيادة وعيهم وإزالة الحواجز من أمامهم، وهذا الشيء بيتم عن طريق توسيع المعرفة عند الأشخاص الي عبيهتموا فيهن، تغيير المواقف، زيادة الوعي للمتعالجين وزيادة إمكانية الخيارات الموجودة أمامهم، خاصة باستهلاك الخدمات الطبية، وكمان ثقافة وصحة في المجتمع، مثلا خدمات الصحة في المجتمع، مش متاحين بما يكفي للناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية. سبب واحد في ذلك هو انعدام المعرفة عند الناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية عن خدمات طبية موجودة وكمان مش عطول هم بيقدروا يفهموا الألم أو التغيير الجسدي الي بحاجة لفحص طبي. بالمقابل كمان الفرق العلاجية الطبية ناقصهم معرفة وتمرين بخصوص ذوي الإعاقة العقلية التطويرية ومش عطول في أدوات طبية متاحة (تحت منتقل ملائم لكروسي متحرك ملائم للمرأة الي عندها إعاقة عقلية تطويرية). الفرق الطبية بيواجهوا بصعوبة في علاج ذوي الإعاقة العقلية التطويرية، بسبب الصعوبات الذهنية الموجودة عنده، وقدرته على التواصل أو السلوك، ومش عطول هم يفهموه أو بيعتمدوا على أقواله، وأحياناً هم بيخافوا من سلوكه. كل هذه الأمور من شأنها منع استقبال علاج طبي ملائم أو دعوته لفحوصات طبية بتحميه. بحسب طريقة الخدمة الملائمة للإنسان، انعمل أكثر من شيء واحد من أجل زيادة وعي الإنسان مع إعاقة لذاته ولحاجياته ولحقوقه وبالمقابل انعملت فعاليات إرشادية منشان تقوية المعرفة المهنية عند الأشخاص المعالجين (مثلاً تجهيز مجموعات في المجتمع وزيادة معرفة الأشخاص المهنيين للمجموعة). بالإضافة تم تطوير برنامج لزيادة الإتاحة الطبية للناس الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية (مثلاً غرفة إنعاش، خدمة طبية متواضعة وأمور أخرى) بالمقابل للبرامج الي بتطور اللياقة البدنية والحفاظ على الصحة عن الأشخاص الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية.

مجال الترفيه والعمل: الهبوط المتوقع في القدرة والإنتاج والمشاركة عند كبار السن في العمل والترفيه، من الممكن انو تقلل من استقلاليته، في اتخاذ القرارات وبقدرته على الاختيار الشخصي. وفي سياق الكبار في السن الي عندهم إعاقة عقلية، منظمة الصحة العالمية، شددت على أهمية تطوير مهارات عملية ونشاطات ترفيهية، والقدرة على تقدير الذات، الحفاظ على وتيرة وتنوع في الحياة واستمرارية العمل والإنتاج، مع وجود شبكة اجتماعية قوية وثابتة، والمشاركة بشكل ثابت في الحياة اليومية في المجتمع مع أصدقاء ومعارف بحسب اختياره منشان يحافظ على قدراته.

الناس المهنيين بيشفوا اليوم انو مجال الترفيه شيء مركزي ومهم في حياة الكبار في السن الي عندهم إعاقة عقلية تطويرية. لذلك هم بيشتغلوا على زيادة الاندماج الاجتماعي عند هاي المجموعة من الناس واستخدام الموارد الاجتماعية، مع الانتباه لإرادتهم الشخصية قدر الإمكان. اليوم موجود فعاليات ترفيهية مختلفة ملائمة لذوي الإعاقة العقلية التطويرية. فرق غناء مشترك، مجموعات مسرح أو رقص، تعليم مثري وأمور أخرى، وكمان في ارتفاع بالنشاط التطوعي الي عنده إعاقة عقلية تطويرية بالمجتمع.

مجال التكنولوجيا: تطور العالم التكنولوجي السريع ووجود كمبيوتر في أهمية كبيرة لتجنييد قدرات الانسان الكبير في السن والتي عنده إعاقة عقلية تطويرية وكمان مهمة كثير للمحافظة على هاي القدرات، استخدام الكمبيوتر أو التابلت أو السمارتفون كأداة للمحافظة على الأداء الذهني عن طريق فعاليات فكرية أو ألعاب أو طرق للتواصل، أو سماع الموسيقى وأمور أخرى. استخدام الكمبيوتر بيعطي الانسان الامكانية بأنه يعبر عن قدراته التواصلية والجسدية وبيشجع الإنسان على الانتقال من وضع سلبي وبدون سيطرة لوضع إيجابي مع الرغبة في البحث. استخدام الكمبيوتر بيقوي ثقة الانسان بنفسه وبيخليه يحس حالو مسيطر ومستقل حتى ولو كانت الوظائف الأخرى بانخفاض وأكد الكمبيوتر بيعطيه إمكانية الاتصال مع العالم. ممكن كمان بطور للشخص الكبير في السن والتي عنده إعاقة عقلية تطويرية سيطرته واختياراته المستقلة عن طريق استخدام تكنولوجيا بتساعده في تسهيل العمل اليومي، وزيادة استقلاليته ومع الحفاظ على الشعور بالقيمة والراحة النفسية (כהן - מנספילד,

2008). התכונולוגיה כמאן בתסאעם מן נאחיה גסםיה, ען טריק החרפאז וטפוויר הוזהנף הגסםיה (מחלל אסטחאם גהאז סעם אה גהאז אחר מכן איה עסו פי הגסם) ואםווא מסאעם לחסין הזאכר. אסטחאם התכונולוגיה המסאעם מלל הכמבוטר בתפיק ובתחם הרוובאט העסביה פי המאג, הז השו בייטו מן אנחאס הרםיה הזניה (אייל ורייל, 2008). מן הנאחיה האגמעייה אםווא התוואל בייחלוה יעמ אטסאלאט עלי הרגמ מן היעאק, וביקללו מן תעלה בלאחרין וביסאעוה עלי אנה ינקבל בייגיביה אהל המגמע. פי הנהיה, אםווא התכונולוגיה כמאן בתסאעם מן נאחיה מוואסלאט ואמאן תרפיה והאי האשיה הי בתחיה ינמג ויחארק בשכל אכר אהל המגמע.

5. מבה זיהה הרםיה עלי האחיהר והסיטה עלי החיה השחשייה ואקטאב הרםיה מן אגל אהאז הרמארה מן חלל הזמיה המלמה ללינסאן תתיח מרמה נשטה מע הכיר פי הסן ומע חאגהה המעירה, אהנמא לחסוויטה והמחרפה עלי הרםיה, תשחיש האשיה אלי בייחבה, זיהה הרםיה עלי האחיהר המסהל, טפוויר עלאקה אגמעייה ווגוה מווארם עעם. פי מרחה השיחוכה פי אהמיה כירה בהחרפאז עלי התריח השחשיי לשחש ען טריק סוור מן הטרולה, מוסיקי מן הביט, תקאליה העאלה, מאכולאט שעייה ואמור אחרו כגזר מן המאר, פי אהמיה לחסויר ומחארקה השחש בלאשיה אלי עימר פיהה, בלהעגיראט אלי עייעישהה, אה אלי בדהא טסיר מעה פי המסהל, וכמאן אהז גזר עאל הרם האמאן בכל נשאט מטרוב. עלי הרק העלגיה מחארקה המעלג בכל הרר ועמ בייחש חיהה ובייחש זעה. עלי האשחאס אלי עייעוה זמיה יפקוה כל שיה למרכבהה בטרפה בתחלי השחש יעם האשיה אלי ביער עליהה, אחיאנא מע אסטחאם אםווא מסאעם ואגהזה מסאעם. אהמיה הז השיה באנה בייחלי לינסאן יחס חלה מסיטר עלי חיהה ועלי האשיה אלי בתחש חיהה.

תחיש,

השיחוכה הנאכה הי אמל נאס כהיר, האסמרה בהמחרפה עלי שכה גסםיה ונפסיה האסמרה באנך תכונ מפיד ותנבס מן החיה, כמאן בהנסיה לנאס במרחה השיחוכה ועندهם יעאק עקליה טפוריה מהם ינח יכרוה פי הסן בטרפה נאכה. הז הוזה מכן יחשל למה לינסאן בייכונ במרכז אהנמאנה ואהנממה טול חיהה וביאחז עעם מלמם ללה. הז מע החסול עלי מרמה ומחרה בתחיה יעחר. האי האשיה בתוולה לانه יחרפאז עלי שכהה הגסםיה והנפסיה, וכמאן החרפאז עלי אסהלליטה ועלאקהה האגמעייה ואנמאגה פי המגמע ופעאליטה פי המגמע וחתי הרםיה עלי יעطاء המגמע.

נחן נתר חבני מבהיי הזמיה המלמה ללינסאן מן קבל המהינין ואبناء העאלה ומן קבל האשחאס אלי עندهם יעאק עקליה טפוריה, האי המבהיי בתסאמ פי טפור סריע באנה נחשל עלי מסר חיהה בהז השכל. הטרפה תתיח כמאן לנאס הכיר בהסן באנחם יערפוה חקוקהם, ויעברו ען נפסהם, ויחארקוה פי נשאטאט אגמעייה. ויחזוהו הרמארה בשכל מסהל בתחש חיההם, יעטוה מחיטהם ויסמعوה סוטהם. ואגבנא נחלר האסאסאט אלי בתחיההם במארסוה חקוקהם פי שיחוכה חרה ומחרמה מע תחיק הזאט.