

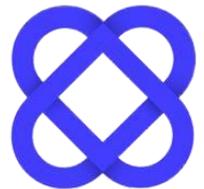
# דליל עמלי ללעאמל مع حالات الطوارئ لدى كبار السن ذوي المحدودية الذهنية والذين يعيشون في مساكن خارجية.

د. الون زمير  
بروفيسور طوفا باند-فينترشطين  
بروفيسور يعقوب بخنر

رمز تسلسلي 890-332-2020 نوفمبر 2023



משרד הרווחה  
והביטחון  
החברתי





الدليل مستند على البحث:  
"الواقع المشترك تحت التهديد: تجربة فرق العمل وكبار السن ذوي المحدودية الذهنية خلال أيام الكورونا، جامعة حيفا،  
2023."

[للبحث الكامل في موقع صندوق شاليم <](#)

البحث بتمويل من صندوق شاليم

اللجنة التوجيهية المرافقة-

- يعيل شدولبسكي- بريس, معالجة بالتشغيل رئيسية, نظام الخدمات الصحية, وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي
- نعمة شبيط, مديرة مجال تطوير المعرفة وتدريب الموظفين, خدمة التقييم والاعتراف, قسم التقييم, الاعتراف والبرامج
- سارة جورفنكل, مديرة قسم الطوارئ والتنمية, خدمة الإسكان الداعم, قسم الإسكان, إدارة المحدودية, وزارة الرفاه والضمان الاجتماعي
- شارون جانوت, مديرة قسم البحث والمعرفة, صندوق شاليم

# خلفية

هذا الدليل هو نتاج بحث قام في إطاره بمقابلة مع طاقم عمل وسكان كبار في السن يعانون من محدودية ذهنية حول تعاملهم مع وباء كوفيد-19 (الكورونا) الذي يُعتبر حالة استثنائية للتعامل مع حالات الطوارئ. تشير نتائج البحث إلى ثلاث تحديات رئيسية تواجه هؤلاء الأشخاص كبار السن ذوي المحدودية الذهنية في حالات الطوارئ:

1. القلق
2. العزلة
3. الملل

من هنا تبرز أهمية إعداد الدليل كأداة للتأهب للمستقبل.

يقدم الدليل رؤى واقتراحات تنفيذية ويستهدف جميع أنواع الإسكان الخارجي للأشخاص كبار السن ذوي المحدودية الذهنية، مع التركيز على احتياجاتهم الفريدة والموارد المتاحة لهم.

# هدف الدليل

مساعدة طاقم العمل بالتجهز والتعامل مع الجانب العاطفي-الاجتماعي-الوظيفي في حالات الطوارئ داخل سكن الأشخاص كبار السن ذوي المحدودية الذهنية بطريقة عملية

## حالات الطوارئ والأشخاص كبار السن ذوي المحدودية الذهنية

- حالات الطوارئ، التهديدات، والكوارث تعرف كواجهة بين ظاهرة استثنائية (سواء كانت طبيعية أو إنسانية) وبين البشر. الأشخاص ذوي المحدودية الذهنية التطورية يتعرضون لمخاطر متزايدة لتطويع أعراض نفسية وسلوكية في حالات الطوارئ.
- 
- خصائص التحدي العاطفي-اجتماعي المرافق لحالات الطوارئ بين الأشخاص كبار السن ذوي المحدودية الذهنية/
  - صعوبة التكيف مع التغييرات
  - صعوبة في فهم وضع التهديد والسلوك المتوقع فيه
  - قدرات لغوية محدودة تعيق التعرف على حالات الضغط والمتاعب
  - نقص في الشبكات الاجتماعية الداعمة

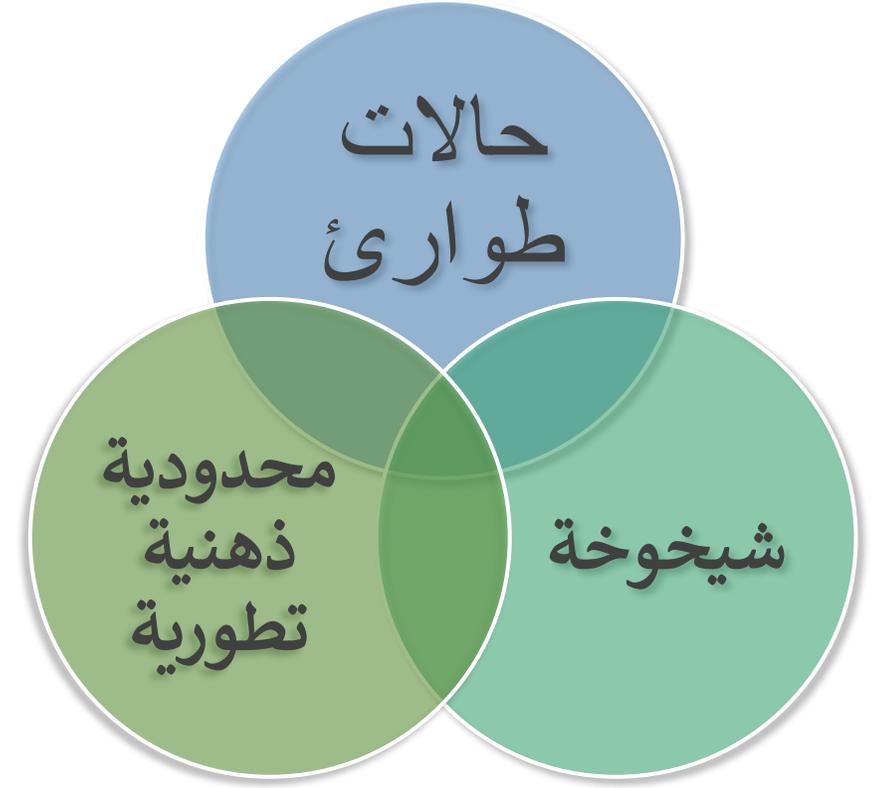
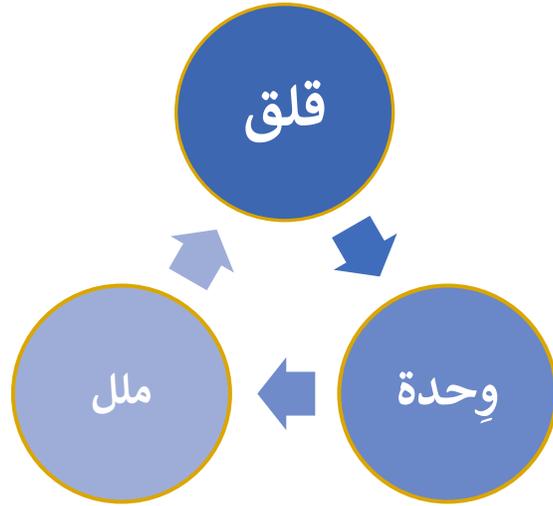
# وظيفة طاقم العمل في حالات الطوارئ في الإسكان الخارجي لكبار السن ذوي المحدودية الذهنية التطورية

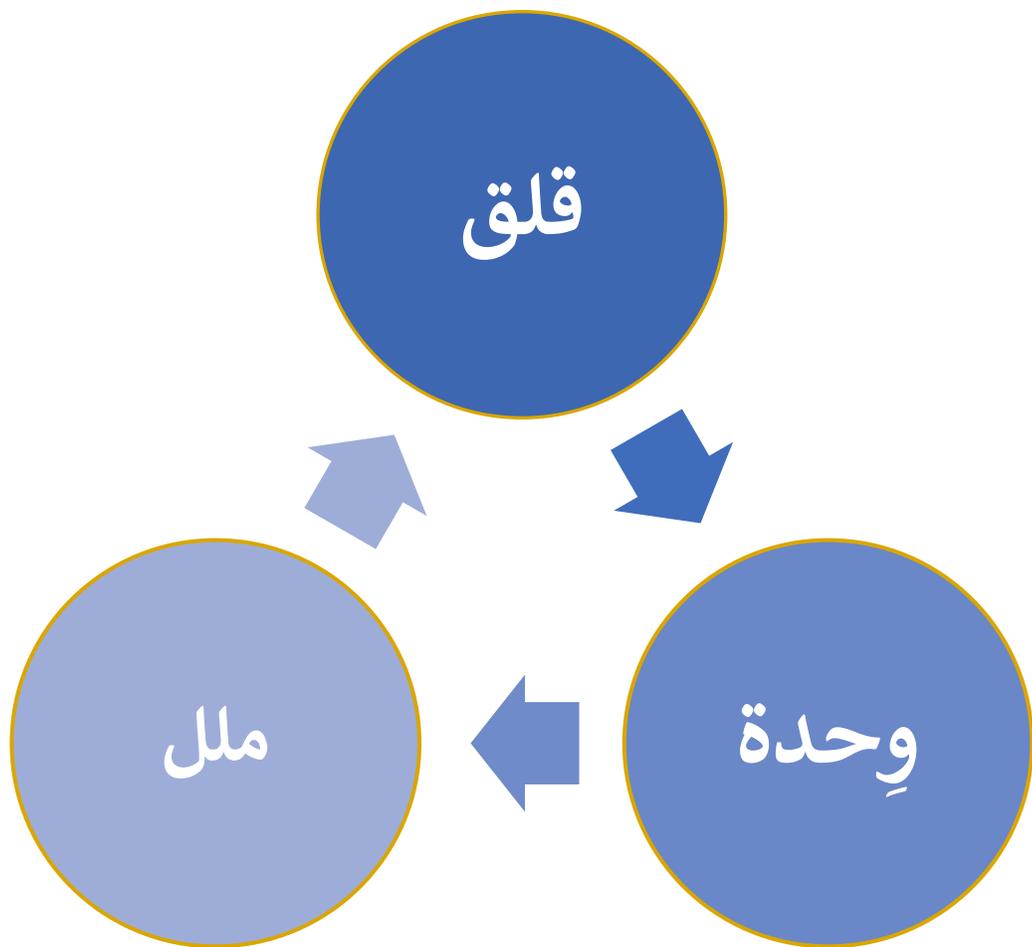
- حالات الطوارئ تشكل تحديًا عاطفيًا ومهنيًا لطاقم عمل الإسكان الخارجي. في هذه الظروف التهديدية، يتعين على طاقم العمل التعامل مع التحديات النفسية والاجتماعية والوظيفية لأنفسهم وأيضًا مع الاحتياجات العاطفية والاجتماعية والوظيفية للمقيمين كبار السن.
  - 
  - يمكن للمحدودية الجسدية ان تصعب الأداء في حالات الطوارئ وبالتالي زيادة اعتماد الأفراد كبار السن ذوي المحدودية الذهنية على فرق الرعاية.
  - 
  - الأشخاص ذوي المحدودية الذهنية يستوعبون ويشعرون بالبيئة من حولهم، الضغط، القلق والارتباك الذي يرافق حالات الطوارئ.
  - نمط الحياة المنتظم مهم بشكل خاص للأشخاص ذوي المحدودية الذهنية التطورية حيث يمنحهم شعورًا بالأمان واليقين والسيطرة.
- لذا، هناك أهمية كبيرة في الحفاظ على نمط حياة مألوف، وجدول يومي ثابت ونشط مع التوسط في واقع الطوارئ والتغييرات المصاحبة.

## الدمج بين

### حالة الطوارئ-المحدودية الذهنية – الشيخوخة

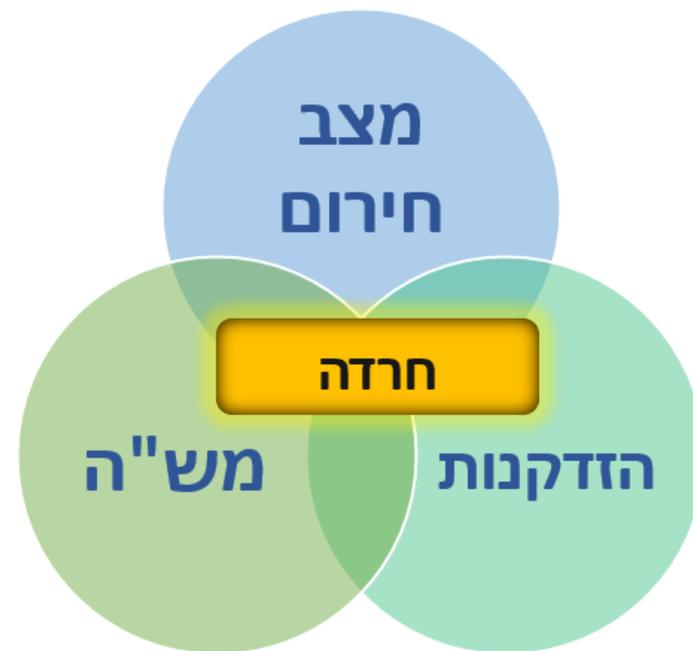
يُشكّل تعامل فريد، يتميز بمخاطر متزايدة  
لظهور أعراض نفسية وسلوكية في  
حالات الطوارئ.

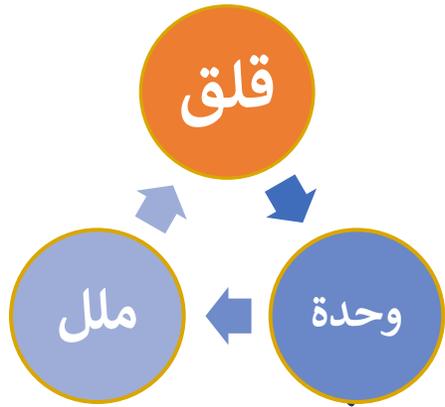




في الدليل سنقترح طرق للتعامل مع كل واحدة من الحالات التالية:

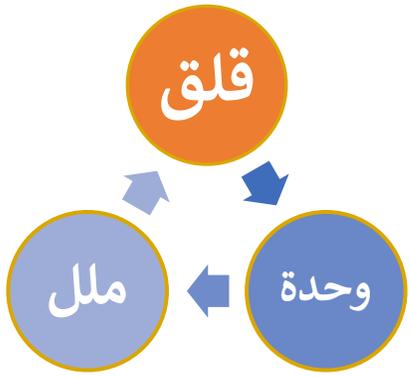
# القلق





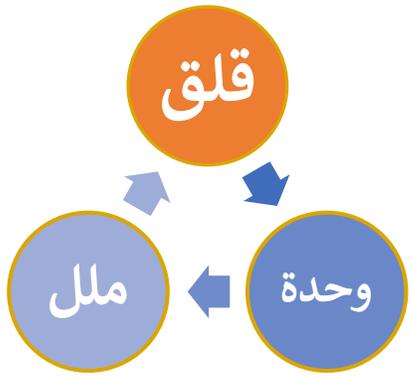
- القلق هو شعور طبيعي وصحي عند حالات الطوارئ
- تصاحب المحدودية الذهنية أحيانا بالمحدودية اللغوية, الامر الذي يؤدي الى صعوبة في فهم وضع التهديد
- قد تؤدي المحدودية الجسدية الى صعوبة في الأداء في حالات الطوارئ وبذلك ستؤدي الى ارتفاع الشعور بعدم السيطرة والقلق
- هنالك معتقد خاطئ بعدم توسط الواقع التهديدي واخفائه عن الأشخاص ذوي المحدودية الذهنية التطورية
- الاخفاء يؤدي الى تخبط ورفع مستوى القلق

للأشخاص ذوي المحدودية الذهنية من جيل الشيخوخة **صفات فريدة** فيما يتعلق بالتعامل مع القلق.



- واجهوا سابقاً خلال حياتهم أحداث صادمة كجزء من تجربة حياتهم.
- لديهم صعوبات أداء مصحوبة بالتعلق بالآخر وبشعور العجز
- هم يعانون من اضطرابات نفسية وجسدية شديدة.

كل هذا الأمور تزيد شعور القلق!



وساطة الواقع بشكل ملائم يقلل من القلق  
الطريقة التي يفضل استخدامها لوساطة حالات الطوارئ هي محادثة منظمة حول الوضع.  
من الممكن ان تكون محادثة جماعية او محادثة فردية.

# مبادئ موجهة لوساطة حالات الطوارئ للأشخاص كبار السن ذوي محدودية الذهنية



## سيرورة محادثة وساطة فردية

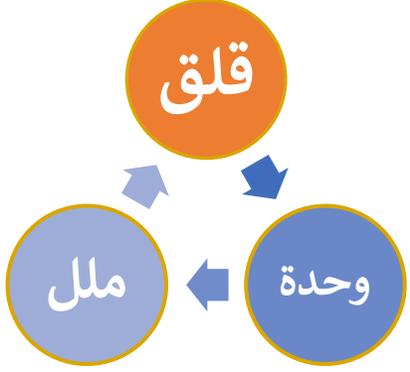
1. نقطة البداية لمحادثة التوسط هي أن الشخص المسن ذو المحدودية الذهنية التطورية هو شخص بالغ ذو تجربه حياة غنية، قد مر بتحديات خلال حياته.

2. يجب ان تحترم المحادثة ان الشخص كبير السن ذو المحدودية الذهنية التطورية هو انسان بالغ صاحب موارد وقدرات

3. يجب التأكد ان الشخص المسن ذو المحدودية الذهنية التطورية يستخدم حسب الحاجة وسائل مساعدة حسيّة واتصالية (مثل: لوح اتصال, نظارات, أجهزة سمعية)

4. قبل محادثة الوساطة يجب توقع ردود فعل الشخص ذو المحدودية الذهنية فأنها قد تتراوح بين اللامبالاة والعواطف القوية. قد يكون للشخص ردود فعل يمكن تفسيرها بطرق غير لائقة، على سبيل المثال: الضحك عند سماع خبر عن وفاة شخص. حتى إذا قام الشخص ذو المحدودية الذهنية بالتجاهل او الذهاب، يجب البقاء بجواره.

# مبادئ موجهة لوساطة حالات الطوارئ للأشخاص كبار السن ذوي محدودية الذهنية



## سيرورة محادثة وساطة فردية

5. من المهم ان يقوم بمحادثة الوساطة احد افراد الطاقم بحيث يشعر ان لديه المقدرة على اجراء هذه المحادثة.

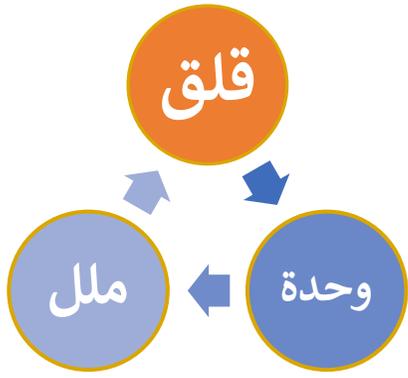
6. من المفضل ان تقوم شخصية مألوفة بهذه المحادثة, بحيث يستطيع الشخص ذو المحدودية الذهنية الاعتماد عليه.

7. قدر الإمكان, يجب اجراء المحادثة في مكان مريح ومألوف.

8. في بداية المحادثة، من المستحسن التحقق مما إذا كان هناك معرفة مسبقة في الموضوع. يجب طرح أسئلة مفتوحة لفهم المعرفة المسبقة للنزلاء حول حالات الطوارئ، مثل: "هل تعلم لماذا نحن الآن في ملجأ الطوارئ؟"

5. مهم قول جمل قصيرة وواضحة تعكس الواقع. في محادثات التوسط، يجب استخدام لغة بسيطة وتجنب المصطلحات المعقدة. من المفضل استخدام وسائل بصرية. على سبيل المثال: عرض قناع الحماية الذي يحمينا من هجوم كيميائي، تطبيق لفرقة الطوارئ ينبه بواسطة اهتزاز عند إطلاق إنذار.

# مبادئ موجهة لوساطة حالات الطوارئ للأشخاص كبار السن ذوي محدودية الذهنية



## سيرورة محادثة ووساطة فردية

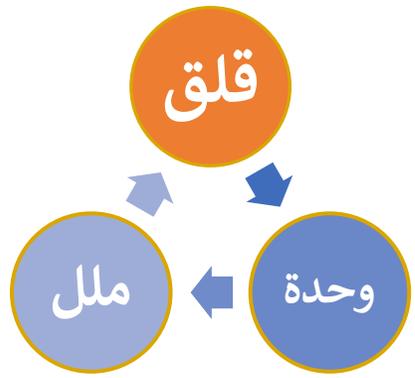
10. أحياناً، هنالك حاجة لتكرار نفس الرسالة للتأكد ان الشخص ذو المحدودية الذهنية التطورية قد فهم.

11. يجب التمعن في إجابات الشخص ذو المحدودية الذهنية والاجابة وفقا لها، من المهم التوسع واعطائه معلومات إضافية ملائمة لتساؤلاته.

12. من المفضل الاخذ بعين الاعتبار لتجربته السابقة من اجل توضيح ووساطة الحالة الطارئة الحالية.

13. يجب نقل رسائل عن القدرة لأجل تعزيز شعور السيطرة على الوضع، مثل: "نحن قادرون على الحفاظ على صحتنا من خلال غسل اليدين".

مبادئ موجهة لوساطة حالات الطوارئ للأشخاص كبار السن ذوي محدودية الذهنية



## سيرورة محادثة وساطة فردية

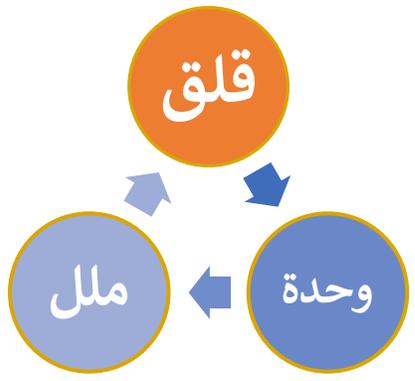
14. يجب تجنب المعلومات الغير مؤكدة التي قد تؤدي الى توقعات/قلق غير مبرر, على سبيل المثال: "يقولون ان هذه الحرب ستنتهي خلال يومين".

14. يجب اظهار التعاطف والصبر. يجب إعطاء وقت لمعالجة المحتوى الذي ذكر خلال المحادثة.

14. عند انتهاء المحادثة، يجب تلخيص النقاط الرئيسية وعرض دعم عاطفي مستمر.

14. من المهم متابعة الحالة النفسية للشخص ذو المحدودية الذهنية التطورية بعد اجراء المحادثة.

توجيه إلى معلومات إضافية التي قد تساعد في التوسط.



نقل الخبر السيء للشخص  
ذو المحدودية الذهنية  
التطورية



مبادئ محادثة جيدة مع  
شخص ذو محدودية ذهنية

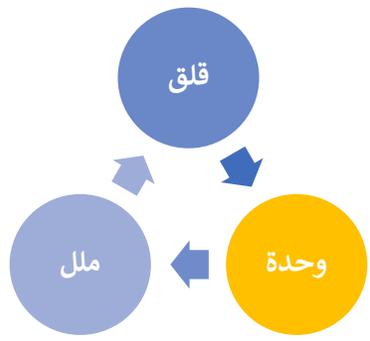


توجيهات لحالة الطوارئ  
بلغة مبسطة

\* التوجيهات في حالة الطوارئ من خلال موقع الجبهة الداخلية ووزارة الرفاه والضمان الاجتماعي.

# الوحدة



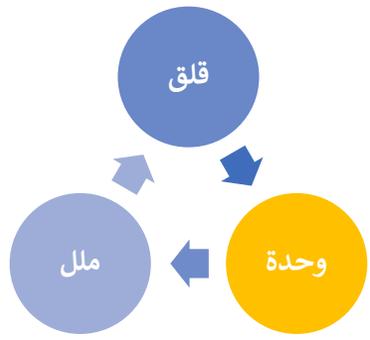


• الوحدة هي شعور ذاتي.

• يمكن للإنسان أن يشعر بالوحدة حتى عندما يكون محاطًا بالناس.

• إن الانعزال في الأطر السكنية وتقليص الاتصال مع العالم الخارجي يؤدي إلى الوحدة.

• هنالك أهمية كبيرة للحفاظ على العلاقات بين النزلاء وعائلاتهم وأصدقائهم خارج أطر السكن.



## للأشخاص ذوي المحدودية الذهنية من جيل الشيخوخة **صفات فريدة** فيما يتعلق بالتعامل مع الوحدة.

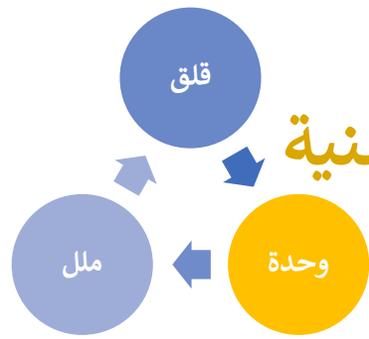
- لديهم دوائر عائلية محدودة.
- لديهم دعم اجتماعي محدود.
- لديهم معرفة منخفضة حول المعرفة التكنولوجية.
- أحياناً مجموعة الخطر تتطلب تقليل التفاعل الإنساني.
- يعانون من تحديات صحية نفسية وجسدية.
- اعتماد كبير على أفراد الفريق من أجل الاتصال الاجتماعي.
- كل هذه العوامل تزيد من شعورهم بالوحدة.

## اقتراحات لتعزيز الانتماء و"التضامن" في حالات الطوارئ للنزلاء ذوي المحدودية الذهنية التطورية.



يمكن الاستناد على ملف: "مبادئ محادثات الفيديو الامثل لمتلقي خدمات ذوي محدودية ذهنية يعيشون في اطر السكن على موقع صندوق شاليم في الرابط:"

1. رصد حالات الوحدة والاكتئاب.
2. تشجيع العائلات كبيرة السن على الحفاظ على الاتصال مع النزلاء.
3. تحديد مواعيد ثابتة للاجتماعات/المكالمات الافتراضية.
4. تشجيع وتوجيه إلى الوعي الرقمي(التكنولوجي) (استخدام مستقل للحاسوب/الهاتف الجوال) حتى يتمكن النزلاء من التواصل مع أقاربهم.
5. إنشاء مساحة خاصة حيث يمكن للنزلاء التحدث مع عائلاتهم.
6. وساطة وتحضير لحالات عدم توفر العائلة للتحدث.

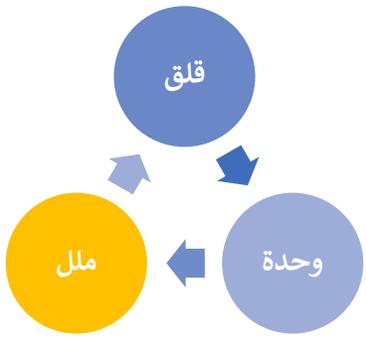


## اقتراحات لتعزيز الانتماء و"التضامن" في حالات الطوارئ للنزلاء ذوي المحدودية الذهنية التطورية.

7. إنشاء أنشطة اجتماعية توفر شعور "التضامن".
8. تشجيع النزلاء على المشاركة في الشبكات الاجتماعية الافتراضية (مثل: فيسبوك؛ واتساب).
9. تحديد مكالمات افتراضية/اجتماعات مع نزلاء من اطر سكن أخرى لتوسيع دائرة الأصدقاء ( مجموعة المتساويين).
10. تسليط الضوء على شراكة القدر " -نحن جميعًا في نفس القارب "بين النزلاء وطاقم الرعاية.
11. تطوير الاهتمام والتعاطف مع التحديات والمشاكل المشتركة والمتنوعة.
12. الفحص مع النزلاء ما إذا كانوا يرغبون في التفكير في التطوع لصالح المجتمع بشكل فردي أو كمجموعة.

# الملل

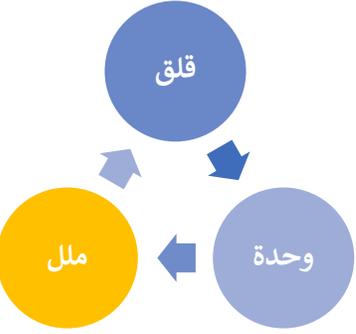




- الملل هو شعور سلبي ينبع من نقص أو فقدان اهتمام في التحفيزات الجسدية والعاطفية المحيطة بالإنسان.

- حالات الطوارئ قد تتطلب في بعض الأحيان الانعزال في أطارات السكن وتقليص الاتصال مع العالم الخارجي، مما قد يزيد من الملل.

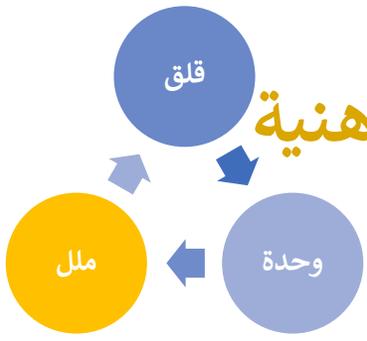
- الملل يؤدي إلى التأثير على الرفاه النفسي والمناعة الصحية.



## للأشخاص ذوي المحدودية الذهنية من جيل الشيخوخة **صفات فريدة** فيما يتعلق بالتعامل مع الملل.

- نمط حياة خامل ومستوى نشاط منخفض.
- تحديات جسدية تمنع المشاركة في الأنشطة.
- روتين حياة متكرر.
- البيئة الاجتماعية والتنوع البشري المحدود من حولهم.

كل هذه العوامل تزيد من الشعور بالملل!



## اقتراحات لإيجاد مجال اهتمام وتجديد في حالات الطوارئ للنزلاء ذوي المحدودية الذهنية التطورية في سن الشيخوخة.

-الحفاظ على نمط حياة ثابت ولكن نشيط.

-كسر الروتين الحياتي المعتاد.

-تنظيم محادثة جماعية حول الموضوع وطلب من متلقي الخدمة التفكير بأنفسهم في أفكار لإيجاد مجال الاهتمام والتجدد.

-ملائمة ودمج نشاط إبداعي.

-ملائمة ودمج نشاط رياضي.

-ملائمة ودمج ومرافقة للخروج في الطبيعة.

-إنشاء شبكة اجتماعية افتراضية خارج إطار السكن، مثل: اجتماعات ZOOM مع سكن آخر، مجموعات على شبكات واتساب.

-توسيع العرض الاجتماعي والتنوع البشري من خلال لقاءات مع أشخاص خارج الإطار الثابت.

# أفكار إضافية

## انشاء رزمة لمنع الملل

بحيث تكون هذه الرزم مكونة من فعاليات مناسبة بشكل شخصي لكل نزيل, بما يتلاءم مع قدرته ورغبته. تستخدم هذه الرزم في وقت حالة الطوارئ التي تحتاج المكوث لساعات طويلة.

## انشاء فعاليات مبتكرة غير تقليدية

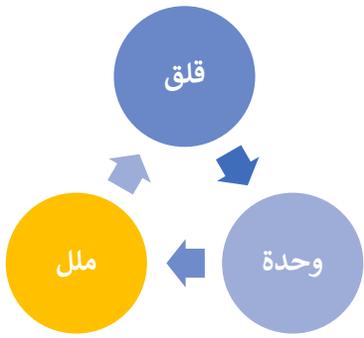
الفعاليات المبتكرة تساعد في تقليل الشعور بالملل. من المستحسن دعوة متلقي الخدمة وطلب منهم التفكير بأنفسهم في مثل هذه الفعاليات. فيما يلي بعض أمثلة على مشاريع قام بها المرشدين داخل الأطر السكنية:

- يوم رياضي
- مسابقة طهي بين النزلاء
- ليلة "كاريوكي"
- حفل رقص
- طلب الطعام من الخارج.



لقائمة وصفات بلغة  
مبسطة

# أفكار إضافية



## انشاء مشروع سكني مستمر

يخلق المشروع السكني شعور الاتحاد ويعزز القدرة على الحوار والاهتمام. فيما يلي سنعرض عدداً من الامثلة

على مشاريع من هذا النوع:

\* ادخال نوع من الحيوانات للسكن (اسماك, أحواض)

- اطعام قطط الشارع
- انشاء حديقة خضروات
- انشاء اليوم صور رقمي (ديجيتال) للسكن
- تزيين السكن معاً قبل الأعياد
- قراءة ترتيلات مشتركة في المساء

## وسائل مساعدة معدلة

الوسائل المعدلة (الملائمة) هي وسائل مهمة للحفاظ على نظام حياتي فعّال يمنع الملل في فترة الاغلاق

- أغراض للفنون
- أغراض للرياضة
- أغراض للحديقة

يفضّل توجيه الطاقم والنزلاء نحو الدمج بين مشروع السكن والوضع الطارئ والمبادرات التي تنشأ في المنطقة.

خلال فترة حرب القبة الحديدية، هناك مبادرات يمكن الانضمام إليها.  
على سبيل المثال -

- استضافة الحيوانات الأليفة التي لا تستطيع الأسر النازحة إحضارها معها.
- تعبئة حزم للجنود وكتابة رسالة مرفقة.
- مبادرة "كل بيت يعلق العلم" - زينة الشقق بالأعلام الإسرائيلية.

# أفكار إضافية

## زيادة الوعي الرقمي (الديجيتالي)

- يعزز الوعي الرقمي التواصل مع العالم الخارجي ويمنع الملل.
- اكتساب المعرفة، شراء الأدوات وتدريب مهارات رقمية.
- تجهيز السكن بأدوات اتصال مُعدّلة (ملائمة).
- تجهيز السكن بأدوات اتصال مُعدّلة.
- توجيه النزلاء في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.



كيف نستعمل الزوم؟  
برنامج تعليمي بلغة  
مبسطة  
المعهد الإسرائيلي للإتاحة الذهنية

أفكار تطبيقية إضافية يمكن العثور عليها في البحث -  
تجربة الواقع المشترك تحت التهديد: تجربة فريق العمل وكبار السن ذوي المحدودية الذهنية التطورية في أيام الكورونا،  
جامعة حيفا، 2023.

[لقراءة البحث الكامل على موقع صندوق شاليم](#)

البحث بتمويل من صندوق شاليم

# محتويات عبر الإنترنت للترفيه وتحسين مهارات الأفراد ذوي المحدودية الذهنية والادراكية.



فيديوهات, ألعاب ونشاطات  
بلغة مبسطة



مقاطع فيديو للرياضة عبر  
الانترنت بلغة مبسطة



قاموس عبر الانترنت بلغة  
مبسطة يشمل مصطلحات  
ورموز



محتوى تعليمي لتعزيز  
المعرفة حول الاهتمام  
بالذات والنظافة الشخصية

|||

# שקראً جزیلاً!



משרד הרווחה  
והביטחון  
החברתי

