

مقرر تمريض المسنين

السنة الثالثة

المحاضرة الثانية

كلية التمريض

برنامج درجة البكالوريوس

رعاية المسنين من سوء المعاملة رعاية المسنين من سوء المعاملة

أساليب التعامل مع كبار السن

إن الشيخوخة واعراضها ليست بالضرورة سببا للتعاسة ، فقد يعيش الإنسان هذه المرحلة من حياته سعيداً حتى مع تدهور قدراته الذهنية والجسمانية . وتتوقف درجة سعادة المسن ، إلى حد بعيد ، على مستوى الرعاية التي يتلقاها، بل أن بعض العلماء يرى أن سوء الرعاية يؤدي إلى ضغط نفسى اشد بكثير من الضغط الذى تسببه الشيخوخة ذاتها، وان هذا الضغط يؤدي إلى مزيد من التلف العضوي للجهاز العصبي .

ومما يؤسف له أن "إساءة معاملة كبار السن" اصبحت ظاهرة شائعة ، لا تقتصر على مؤسسات الرعاية الصحية ولكن وجد ان الأزواج والابناء من ضمن اكثر الفئات التي تسيء وتستغل ذويهم من كبار السن والمصابين بأمراض الشيخوخة .

وقد يكون السبب وراء تفشى تلك الظاهرة هو الجهل باحتياجات المسنين وكيفية التعامل معهم ولكن الاسوأ من الجهل هو عدم الاهتمام والنظرة بالدونية للمسنين باعتبارهم عبئاً واستغلال فرصة ما بهم من ضعف لتحقيق مكاسب مثل نهب اموالهم.

من الأساليب التي ينبغي مراعاتها عند التعامل مع كبير السن

- 1- مبادرة المسن بالتحية والسلام والمصافحة.
- 2- رفع الروح المعنوية لديه وذلك بحسن استقباله والترحيب به وإظهار البشر بقدمه والتبسم في وجهه فهذا يشعره بحب المجتمع له وفرحه بوجوده وأنه غير منبوذ أو مكروه في مجتمعه .
- 3- سؤال المسن عن ماضيه وذكرياته وانجازاته والإصغاء إليه وعدم مقاطعته و ينبغي أن يدرك من يتعامل معه أن المسن تظل ذكرياته الماضية حية ماثلة أمامه فهو يتذكر جيدا أعماله التي قدمها في شبابه ويرغب في الحديث عنها بنفسه أو التحدث عنها مع غيره.
- 4- إبراز جهود وانجازات المسن والحديث عن ما قدمه من خدمات لمجتمعه , ذو اثر ايجابي عليه وإشعاره بأهميته ، فشعور المسن أنه قد أنجز أعمالا باهرة وأنه قد كافح بعصا ميته حتى نال ما نال , هذا الشعور يولد نعيما لا ينضب من السعادة النفسية وزادا لا ينفذ لراحته العاطفية وأن أيامه أيام خير وجيله جيل أعمال ورجال.
- 5- الحذر من الاستنثار بالحديث في حضرتهم أو تجاهلهم دون منحهم فرصة لتعبير عن مشاعرهم أو ذكر شيء من آرائه وخبراته.
- 6- عدم التبرم والضجر من تعصب المسن لماضيه لأن تعصب المسن لماضيه يمثل بالنسبة له القوة والنشاط والمكانة الاجتماعية والانجازات التي قدمها فينبغي تلمس العذر له وتفهم حاله.
- 7- ضرورة الاقتراب من المسن لاسيما أقرباؤه وأصدقاؤه : ففي هذه المرحلة من العمر يزداد الشعور بالوحدة والغربة ويشعر المسن بانسحاب الأقارب والأصدقاء عنه وعدم السؤال عن أحواله أو الاتصال به أو الحديث معه وهذا الوضع قد يزيد الخيبة والحسرة لديه ويدهور شخصية المسن ويزيد الشعور بالأمراض والآلام.
- 8- مساعدة المسن على المشاركة الاجتماعية وحضور المناسبات والعزائم والتكيف مع وضعه الجديد.
- 9- إشغال المسن بما ينفعه من أمور دنياه وآخرته إما بتكوين علاقات جديدة وصدقات أخرى مع أئاده في السن أو المشاركة في نشاطات اجتماعية مختلفة.
- 10- مراعاة التغيرات العضوية والنفسية والعقلية عند المسن حيث يصبح غالبا عرضة لكثير من التغيرات الجسمية والنفسية.
- 11- المبادرة إلى معاونة المسن ونفعه حيث تزداد حاجته إلى المعاونة والمساعدة من قبل الآخرين بسبب ضعفهم وعجزهم.

- 12- حماية المسن من مخاوف الكهولة ومنها الخوف من فقدان المركز الاجتماعي والقلق بشأن الحالة الصحية والمادية كما تساور المسن مشاعر انعدام الفائدة واستنفاد الفاعلية وازدياد مرارة الشعور بالوحدة كلما قل الناس من حوله وخاصة الأولاد والأهل أو تناقص الأصدقاء.
- 13- حماية المسن من الانسحاب الاجتماعي : بسبب تقدم السن والعجز والأمراض وضعف السمع والبصر مما هو من علامات الشيخوخة يميل المسن إلى الاعتذار كثيرا عن المشاركة الاجتماعية في بعض اللقاءات الأسرية أو الاجتماعية وإذا حضر يظل ساكنا دون مشاركة لذلك ينبغي على من حوله وقايته من هذا الانسحاب حتى لا يصبح سلوكا عاما للمسن الأمر الذي يزيد مرضه أو غربته.
- 14- عدم تعريض المسن للتعب والمشقة .
- 15- إشعار المسن بالعناية والاهتمام ويتأكد على من يربطه بهم قرابة أو صداقة أو زمالة عمل أو جوار.
- 16- ملؤ فراغ المسن بالأمور النافعة ومن ذلك ربطهم بأمكان العبادة (بالمساجد وبرامجه ومحاضراته) والمشاركة في الأنشطة والمخيمات والقيام برحلات جماعية و توفير مكتبة ثقافية في مكانه وممارسة بعض التمارين الرياضية.
- 17- التعرف على ابرز مشكلات المسنين في هذا المرحلة والتي أدت إلى ضعف العلاقات الاجتماعية عندهم ومن أبرزها :استهزاء الناس بكبار السن وعدم زيارة الأقارب لهم وكرهية الناس لكبار السن ؛ أفكار المسنين لا تعجب الأولاد , الشعور بالعزلة , عدم وجود أصحاب يتحدث المسن معهم عن همومه , أفراد الأسرة غير متفهمين لمشكلاته , رفض الأولاد الجلوس مع المسن والحديث معه , كثرة الخلافات الزوجية , شعور المسن بأنه أصبح عبء ثقيل على أفراد أسرته ؛ الجيران يتضايقون منه ؛ أفراد الأسرة يتمنون موته.
- 18- العناية بنظافة كبار السن وستر عوراتهم.
- 19- العناية بغذاء المسنين ومراعاة حالتهم الصحية والنفسية.
- 20- أهمية تبصير الأسرة بحقوق المسن وضرورة العناية به لأنه مع طول زمن الضعف والعجز الذي وصل إليه المسن ربما يهمل أفراد الأسرة التعاطف معه أو زيارته والسؤال عنه.
- 21- ضرورة تعليم الأولاد والصغار وتدريبهم على رعاية الوالدين تعويد الأولاد على المشاركة في الأعمال الأسرية وخاصة تقديم الخدمات إلى الوالدين وكبار السن داخل الأسرة يقوي العلاقة بهم ويصبح الأولاد والأحفاد في المستقبل بارين بكبار السن ويظهرون الاحترام والتقدير لهم فيبادر الأولاد بالسلام عليهم قبل غيرهم ويقبلون رؤوسهم وأيديهم لأنهم اعتادوا على هذه الأمور منذ الصغر.

22- الحضور بالأولاد إلى مجالس المسنين.

23- ضرورة العناية بتربية النشئ من مرحلة مبكرة على احترام كبار السن وتقديرهم وإكرامهم وحسن معاملتهم

سوء المعاملة قد يكون ظاهراً مثل الضرب والإهانة، وتقييد الحرية، والحرمان من الطعام أو التدفئة أو الرعاية الصحية وقد يصل إلى الاستغلال الجنسي والعاطفي والمالي ولكن أكثر أنواع الإساءة شيوعاً وأكثرها خفاء هو "الإهمال". ومن مظاهر الإهمال: عدم توفير الخدمات والعوامل المساعدة اللازمة للمسنين لتحقيق أعلى قدر ممكن من الاعتماد على النفس والحفاظ على كل ما تبقى لديهم من قدرات. وذلك بتوفير النظارات الطبية والسماعات ودعامات المشي والأهم هو توفير الوقت اللازم ليقوموا بخدمة أنفسهم بالسرعة التي تناسب قدراتهم.

وفيما يلي بعض السلوكيات الشائعة التي تعد "سوء معاملة":

- الكذب والتحايل كوسيلة سهلة لجعل المسن أكثر تعاوناً.
- أن لا نعطي المسن الفرصة ليقوم بنفسه بارتداء الثياب و الاغتسال و تناول الطعام ، توفيراً للوقت أو التزاماً بروتين صارم يتعامل مع المسنين كفتنة وليسوا افراد متفاوتين في القدرات.
- إن نحرمة من الأنشطة ونعزله في مكان مغلق مع المسنين بغرض حمايتهم من ايذاء انفسهم.
- أن نتحدث معه بلغة الأطفال في حين أنه يحتاج للغة الكبار لكن بصوت مسموع وجمل بسيطة وواضحة.

- تجاهل وجوده والتحدث عنه بضمير الغائب في حضوره.
- فرض روتين موحد للحياة اليومية ، متجاهلين الفردية والحق في الخصوصية.
- إلقاء اللوم والعقاب على البطئ في تنفيذ الأوامر أو ارتكاب الأخطاء .
- الإفراط في استخدام المهدئات في حالات الغضب والثورة وهو ما يعتبر شكلاً من أشكال التقييد وليس علاج.

الخلاصة :

مما سبق يتبين لنا أن كبار السن يحتاجون فهم واحترام خصوصيتهم وفرديتهم وحقهم في ممارسة الأنشطة وعدم عزلهم أو حرمانهم من المؤثرات الحسية والاجتماعية.

وعلى القائمين بالرعاية الصحية أن يدركوا أن الحلول السهلة في التعامل مع مشاكل المسنين لا تحل المشكلة بل تفاقمها، ما يعد مشكلة سلوكية يمكن تفسيره بطريقة واقعية على أنه الجهد الذي يبذله المسن ليجد معنى للأشياء الغربية والمخيفة في العالم من حوله ، فمع تناقص القدرات المعرفية وفقدان الذاكرة ، يصبح العالم مشوش وغير مفهوم وهذا يدفع للغضب ، وقد يؤدي فقدان الذاكرة إلى نسيان ما هو طبيعي أو مقبول اجتماعياً وما هو غير مقبول : مثل خلع الملابس أمام الآخرين . كما أنه قد يفقد قدرته على إدراك الخطر فيؤدي نفسه . علينا إذن تكييف البيئة المحيطة بحيث تكون آمنة ويسهل التعرف عليها . علينا أن نفهم ما وراء السلوك . وأن نتعرف على التاريخ الشخصي للمسن ومنه سنتعرف على ماذا يحب وماذا يكره وما يجب توفيره له لنقترب من روتين حياته السابقة.

علينا أن نخصص الوقت الكافي لملاحظة السلوكيات واسبابها ، فإذا ما واجهتنا مشكلة سلوكية علينا ان نتساءل هل هي فعلاً مشكلة ؟ ولماذا يعد هذا السلوك مشكلة ؟ هل هو سلوك مؤذى لنا أم للمسن أو لأسرته أم أنه مجرد سلوك يتعارض مع نظامنا أو قيمنا أو توقعاتنا هل يمكن تجزئة المشكلة إلى مشاكل اصغر؟ هل المسن يحاول أن يقول لنا شيئاً بسلوكه هذا ؟ علينا ان نطرح كل الأسئلة الممكنة وكل الاجابات الممكنة بالمشاركة مع فريق العمل لنصل إلى فهم للسلوك وطريقة للتعامل معه . علينا ان ندرك أنه احياناً لا يمكننا فعل شيء سوى التحمل و قبول انه لا يمكننا حل كل المشاكل ، لكن نستطيع مواكبة المسن وإشاعة جو من المرح والاطمئنان وان نقوم بتدعيم الزملاء للوصول إلى حالة من هدوء الاعصاب والقدرة على التحمل . علاقة الرعاية الناجحة تقوم على احترام وتعاون متبادل لكن طرفي العلاقة ليسا متساويين فالقائم بالرعاية اصغر سناً ، يمتلك معلومات أكثر وعليه مسؤوليات أكثر لذا يلزمه مهارات يكتسبها خلال التدريب والخبرة من أهمها القدرة على اتخاذ القرار، والوضع الامثل هنا هو الوصول لقرار مشترك احتراماً لحق المسن وضمناً لتعاونه ، والمهارة تكمن في تقدير كم المعلومات وقدر المشاركة التي يحتاجها كل فرد ليصل إلى اختيار يرضيه . كما انه من الضروري أن يكون القائم على الرعاية قادر على التواصل مع فريق العمل والوصول إلى فريق متعاون مراعيًا الاختلاف الثقافي الاجتماعي للعاملين

أستاذ المقرر

د. عبدالعزيز الكيلاني

