

گفت‌وگو با مدیران موسسه رنگین کمان سپید (مرکز روزانه فرهنگی - آموزشی ویژه میانسالان و سالمندان)

کشف شیوه‌های برقراری ارتباط‌های نوین سالمندان

| زهره روحی |



می‌کند؟

برنامه‌های موسسه است که شامل قسمت‌های مختلف از قبیل معرفی کتاب‌های مناسب این سن، آموزش مسائل بهداشتی و فرهنگی و معرفی افراد موفق و... است. در کنار این فعالیت‌ها بخش مهد سالمندانست که افراد ۶۰ سال به بالای می‌توانند از صبح تا ظهر در موسسه حضور داشته باشند و از برنامه‌های مختلف این بخش استفاده کنند.

آیا ممکن است به‌طور مشخص رده‌های سنی میانسال و سالمند را مشخص کنید

سازمان بهداشت جهانی WHO، سن سالمندی را ۶۰ تا ۶۹ سال به بالا تعیین کرده است که این سن در کشورهای مختلف بنا به توسعه یافته یا در حال توسعه، بالاتر یا پایین‌تر می‌رود. مثلاً این سن در بعضی کشورهای پیشرفته به ۸۰ سال هم می‌رسد یا در بعضی کشورها تا ۴۰ سال پایین آمده است. خود دوره سالمندی نیز تقسیم‌بندی‌هایی دارد. مثل سالمند جوان، سالمند پیر و کهنسال. سن میانسالی هم از ۴۰ تا ۶۰ سال است.

آیا موسسه رنگین کمان برنامه‌های جداگانه‌ای برای این دو رده سنی دارد؟ یا آن که انتخاب برنامه و توسعه فعالیت را به خود اعضا واگذار

برنامه‌های جداگانه ما عبارتند از:

۱- توسعه ارتباط میان نسل‌ها خصوصاً سالمندان با کودکان
۲- آشناسان کردن افراد با نیازهای روحی و روانی و جسمی در مرحله سالمندی و تغییر نگرش نسبت به این مرحله از زندگی
۳- بالابردن سطح فرهنگ و آموزش سالمندان
۴- فعال و سهیم کردن سالمندان و میانسالان در

برخورد داشته‌اند، آیا مایل به بازگود کردن برخی از آنها هستید. اگر مقدر است یکی، دو نمونه از آنها را بفرمایید.

در ابتدا مشکلات فراوانی داشتیم. کار کاملاً تازه بود و خودمان اگر چه تجربه کارهای مشابه را داشتیم اما به هر حال در این زمینه تازه کار بودیم. اصلی‌ترین مشکل مان گرفتن مجوز بود و این که از چه نهادی بتوانیم آن را تهیه کنیم. درحقیقت هنوز در کشور برای تأسیس یک مرکز روزانه سالمندان بخشنامه‌ای وجود ندارد و نه تنها برای مردم فعالیت ناشناخته‌ای بود، بلکه اکثر نهادهایی که باید متولی این مراکز باشند از آن اطلاعی نداشتند. به هر جا که مراجعه می‌کردیم جز پذیر ناامیدی چیز دیگری وجود نداشت. اغلب معتقد بودند زنان سالمند که در خانه هستند و از نوه‌هایشان نگهداری می‌کنند، مردها هم که وقتشان را در پارک می‌گذرانند و اصلاً در سن بالای ۶۰ سال که دیگر کسی نیازی به زبان و کامپیوتر و کارهای هنری و... ندارد. ما به هر حال کار را با پاری دوستانی که کمکشان فراموش نشدنی است، شروع کردیم تا این که در سال ۸۳ که بخشنامه تأسیس مراکز روزانه سالمندان داده شد، کم‌کم نگاه‌ها عوض شدند و روزهای بیسته یکی یکی باز شدند.

آیا سازمان بهزیستی از ایده شما در ایجاد موسساتی این‌گونه استقبال کرده است؟

مراکز روزانه سالمندان در کشور ما یک برنامه جدید است که مردها و نوجوانان کم‌باجونگی و کم‌وکیف‌ان آشنایی شوند. این آشنایی احتیاج به زمان دارد. اکنون با توجه به افزایش جمعیت سالمند در جهان و ایران یکی از اهداف سازمان بهزیستی کشور بهبود کیفیت زندگی سالمندان است و بنا به این رویکرد در برنامه‌هایی در دست اجرا دارد و پروژه‌هایی با همکاری مراکز غیردولتی انجام می‌دهد. بر همین اساس همکاری دوجانبه موسسه و سازمان بهزیستی در زمینه توانمندسازی بانوان شهری نیز از سال ۸۵ تاکنون در حال اجراست.

۶- فراهم آوردن محیطی مناسب جهت بروز توانمندی‌ها و تجربیات هر گروه سنی و عرضه آثار فرهنگی علمی و هنری آنها

در این مدت اگرچه به همه اهداف نرسیده‌ایم اما به بسیاری از آنها تا حد زیادی نزدیک شده‌ایم. البته به هر حال هر نرم‌افزاری یک سخت‌افزار مناسب خود را می‌طلبد. به عبارت دیگر باید محتوا و شکل با هم متناسب باشند. مسلمان‌ها اگر از نظر مکانی فضای مناسب و بزرگتر داشتیم، جایی که حیاط و باغچه‌هایی وسیع داشته باشد، می‌توانستیم صندلی‌های ثابت تعبیه کنیم. یا مثلاً اگر کلاس‌های مجزای بیشتری داشتیم که بتوانیم تمام وسایل کمک آموزشی مربوط به هر درس را در یک کلاس داشته باشیم، درصد نزدیکی اهدافمان حاصل می‌شد.

مطمئنم طی این سال‌ها با مشکلات و موانعی

برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری‌ها و ایجاد روحیه مثبت و فعال علیه تفکر بازنشستگی و از کار افتادگی
۵- فراهم آوردن محیطی مناسب و شاد برای سالمندان و میانسالان جهت تخلیه روحی و روانی و نیز تقویت جسمی
۶- فراهم آوردن محیطی مناسب جهت بروز توانمندی‌ها و تجربیات هر گروه سنی و عرضه آثار فرهنگی علمی و هنری آنها
۷- ترویج کتاب و کتابخوانی.

در این مدت اگرچه به همه اهداف نرسیده‌ایم اما به بسیاری از آنها تا حد زیادی نزدیک شده‌ایم. البته به هر حال هر نرم‌افزاری یک سخت‌افزار مناسب خود را می‌طلبد. به عبارت دیگر باید محتوا و شکل با هم متناسب باشند. مسلمان‌ها اگر از نظر مکانی فضای مناسب و بزرگتر داشتیم، جایی که حیاط و باغچه‌هایی وسیع داشته باشد، می‌توانستیم صندلی‌های ثابت تعبیه کنیم. یا مثلاً اگر کلاس‌های مجزای بیشتری داشتیم که بتوانیم تمام وسایل کمک آموزشی مربوط به هر درس را در یک کلاس داشته باشیم، درصد نزدیکی اهدافمان حاصل می‌شد.

این بار به‌دیده.
به‌طور کلی برای سالمندان فعالیت‌هایی در کشور انجام گرفته است. تا جایی که ما می‌دانیم در بخش دولتی و هیأت‌امانی «مجموعه سالمندان و معلولان کهریزک» در تهران و «باغ تجربه» در اصفهان و در بخش غیردولتی «چهل‌دین‌گان شاد» در تهران و شیراز مشغول فعالیت هستند. بخشی از فعالیت‌ها هر کدام از این مراکز شبیه مرکز ماست اما این که مجموعه‌ای

دارند اما مشکلات فراوانی داشتیم. کار کاملاً تازه بود و خودمان اگر چه تجربه کارهای مشابه را داشتیم اما به هر حال در این زمینه تازه کار بودیم. اصلی‌ترین مشکل مان گرفتن مجوز بود و این که از چه نهادی بتوانیم آن را تهیه کنیم

به این صورت کاملاً در اختیار فرهنگ و ادب برای این گروه سنی باشد، در اصفهان که می‌دانیم وجود ندارد. بیشترین استقبال سالمندان از چه نوع فعالیت‌هایی است و چه به‌دلیل؟

بیشترین استقبال از کلاس‌ها و برنامه‌های آموزشی است و چون با توانایی و نیاز افراد هماهنگ است و شادمانی، احساس رضایت از خود و داشتن لحظاتی شیرین همراه با آموزش هدف این کلاس‌هاست. مورد توجه افراد قرار گرفته است.

برنامه‌های گردشگری هر طرفداران زیادی دارد. مادر بزرگ‌ها به علت محدودیتی که دارند نمی‌خواهند وجودشان خللی در برنامه‌های فرزندان و نوه‌ها ایجاد کند و این گردش‌ها که با دوستان هم‌توان‌شان انجام می‌گیرد، با توجه به جو شاد و دوستانه‌ای که ایجاد می‌شود، بسیار دلچسب است.

کار با سالمندان چه تجربه جدیدی برای شما داشته است؟ (از نظر احساس و عواطف شخصی

و نیز از نظر درک مسائل اجتماعی)؟

کار بسیار زیبا و لذت‌بخشی است. ما در این مدت با سپیدارهای تنومندی آشنا شده‌ایم که ریشه در زمین و شلخ و برگ در آسمان دارند. فقط مهم این است که بتوانی به درون این آدم‌ها رهایی و نفیخته‌هایشان را آشکار کنی و آن گونه باشی که اعتماد آنها را جلب نمای. اکنون هر سالمندی را که در خیابان می‌بینیم نه تنها توجه ما را جلب می‌کند و احساس محبت‌مان را برمی‌انگیزاند، بلکه بچه‌هایمان هم می‌گویند: «مامان! این خانم را هم ببر موسسه». اکنون بیش از قبل به اهمیت وجود سالمندان و درک آنها در جامعه بی‌دردیما.

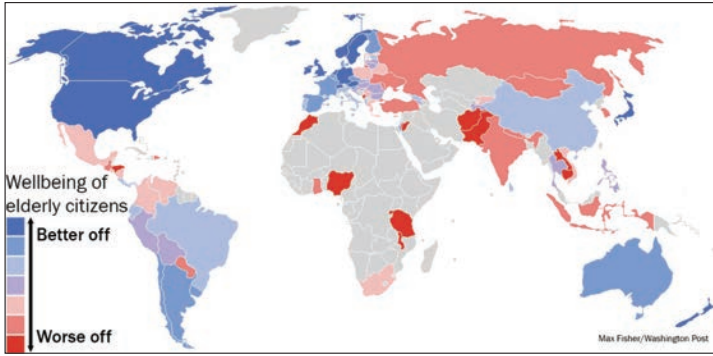
در پایان ضمن تشکر مجدد، لطفاً اگر صحبت خاصی دار بفرمایید.

اگر در پایان این مصاحبه بخواهیم دردلی با شما داشته باشیم و از احساساتمان گوییم این که پس از گذشت ۹ سال اکنون خوشحالم که با وجود مشکلات، سه‌ندای درون‌مان گوش فرزندیم و به دنبال آشنایی شخصی مان‌فتم. افسانه شخصی‌ای که اگرچه از لحاظ مادی نمی‌توان روی آن حساب کرد اما ما دستمزد زمان را به‌صورت روزانه وقتی لب‌های خندان، صورت بشاش و دعای خیر اعضايمان را می‌شنویم، دریافت می‌کنیم و شاید یکی از

مواردی که باعث جذب افراد می‌شود همین کار کردن با عشق است که لاجرم بر دل‌ها می‌نشیند و باعث شده اعضا نیز بنگار و پی‌کنگ کنار ما باشند. دوستان قدیمی هم‌دیگر را پیدا کرده‌اند و دوستی‌های جدید و بسیار زیبا هم در این جاشکل گرفته‌اند.

بدترین و بهترین کشورهای جهان برای سالمندان

| برگردان: رضیه زگری |



نکته جالب‌گویی کننده؟ کشورهای ثروتمند برای افراد مسن بهتر است؟ نه همیشه. برنامه‌های دسترسی، برنامه‌های اجتماعی و برنامه‌های بهداشت عمومی همه به هزینه‌های زیاد نیاز دارد. پس تکان دهنده نیست که کشورهای ثروتمند جای بهتری برای افراد مسن باشند. جدول زیر مقایسه امتیاز شاخص رفاه برای افراد مسن را در برابر سرانه تولید ناخالص داخلی به تصویر کشیده است که با چند استثنا ناچیز، یک روند کلی روشن نشان می‌دهد. یکی دیگر از نشانه‌های برجسته‌ای که می‌گوید آمریکا چگونه می‌تواند برای افراد مسن بسیار خوب باشد: یک کشور بسیار غنی است با پول‌های زیاد برای خرج کردن. در واقع، فقط براساس سرانه تولید ناخالص داخلی، شما می‌توانید ببینید که ایالات متحده به آرامی روند اجرائی را در پیش گرفته که با خطوط بین قهوه‌ای تیره روشن نشان داده شده است.

برخی از کشورها به‌طور قابل توجهی در سرانه تولید

براساس مطالعه‌ای که در اکتبر ۲۰۱۳ در مورد شاخص رفاه سالمندان در میان ۹۱ کشور مختلف جهان صورت گرفت، آمریکا در رفاه سالمندان در رتبه هشتم جهان قرار گرفت. در این مطالعه سوئد در رتبه اول قرار دارد و به دنبال آن نروژ و آلمان می‌آیند. در پایین‌ترین سطح این مطالعه پاکستان، تانزانیا و افغانستان دیده می‌شوند. آمریکا که به‌طور معمول در نزدیکی پایین‌ترین کشورهای توسعه یافته به‌طور معمول قرار می‌گیرد، در این مورد خاص و کسب مهارت به نیروی کار دارد. این مسئله تنها خوب نیست، چراکه این فرصت به این مفهوم است که هر کسی تاجر زمانی که می‌خواهد می‌تواند کار مفیدی در جامعه داشته باشد و به‌واسطه این شغل آنها می‌توانند فعال و خودکفا باشند، به بیان دیگر این قابلیت یک راه طولانی به سوی ارتقای سلامت و شادی محسوب می‌شود.

برعکس این قابلیت می‌تواند تا حدی یک محصول نسبتاً ضعیف از شبکه امنیت اجتماعی در آمریکا تلقی شود. این مطالعه نشان می‌دهد که افراد مسن در آمریکا پایین‌ترین سطح از وابستگی به انتقال عمومی ثروت در جهان را دارند. گزارش بانک جهانی نشان می‌دهد که در بسیاری از کشورهای توسعه یافته، به‌ویژه در اروپا این وابستگی در میان افراد سالمند با منافع اجتماعی بالاتر می‌تواند ایجاد شود.

این کشورها در میان شهروندان مسن‌تر در رتبه ۳۶ در ضعف بزرگ در آمریکا دانست که به افراد مسن نسبت داده می‌شود؛ خطر همیشگی فقر، به واسطه نابرابری در آمد بالا و شبکه‌های ضعیف امنیت اجتماعی، ایالات متحده برای «امنیت درآمد» در میان شهروندان مسن‌تر در رتبه ۳۶ در جهان قرار دارد. با این معیار، آمریکا پایین‌تر از تقریباً تمام کشورهای توسعه یافته و بسیاری از کشورهای اروپا شرقی قرار دارد. آمریکا رتبه ۲۴ را در سطح جهانی سلامت سالمندان دارد که این مطالعه نشان می‌دهد به احتمال زیاد نتیجه نابرابری اقتصادی در این کشور است. این آمار هشدار می‌دهد معیارهای نابرابری طول عمر در زمینه‌هایی مانند ثروت، بهداشت و درمان و پیشرفت تحصیلی نقش کلیدی در نتایج متفاوت در سنین بالاتر بازی می‌کند و در امتیاز نسبتاً پایین آمریکا در این مقیاس هاموثر است.

براساس مطالعه‌ای که در اکتبر ۲۰۱۳ در مورد شاخص رفاه سالمندان در میان ۹۱ کشور مختلف جهان صورت گرفت، آمریکا در رفاه سالمندان در رتبه هشتم جهان قرار گرفت. در این مطالعه سوئد در رتبه اول قرار دارد و به دنبال آن نروژ و آلمان می‌آیند. در پایین‌ترین سطح این مطالعه پاکستان، تانزانیا و افغانستان دیده می‌شوند. آمریکا که به‌طور معمول در نزدیکی پایین‌ترین کشورهای توسعه یافته به‌طور معمول قرار می‌گیرد، در این مورد خاص و کسب مهارت به نیروی کار دارد. این مسئله تنها خوب نیست، چراکه این فرصت به این مفهوم است که هر کسی تاجر زمانی که می‌خواهد می‌تواند کار مفیدی در جامعه داشته باشد و به‌واسطه این شغل آنها می‌توانند فعال و خودکفا باشند، به بیان دیگر این قابلیت یک راه طولانی به سوی ارتقای سلامت و شادی محسوب می‌شود.

برعکس این قابلیت می‌تواند تا حدی یک محصول نسبتاً ضعیف از شبکه امنیت اجتماعی در آمریکا تلقی شود. این مطالعه نشان می‌دهد که افراد مسن در آمریکا پایین‌ترین سطح از وابستگی به انتقال عمومی ثروت در جهان را دارند. گزارش بانک جهانی نشان می‌دهد که در بسیاری از کشورهای توسعه یافته، به‌ویژه در اروپا این وابستگی در میان افراد سالمند با منافع اجتماعی بالاتر می‌تواند ایجاد شود.

این کشورها در میان شهروندان مسن‌تر در رتبه ۳۶ در جهان قرار دارد. با این معیار، آمریکا پایین‌تر از تقریباً تمام کشورهای توسعه یافته و بسیاری از کشورهای اروپا شرقی قرار دارد. آمریکا رتبه ۲۴ را در سطح جهانی سلامت سالمندان دارد که این مطالعه نشان می‌دهد به احتمال زیاد نتیجه نابرابری اقتصادی در این کشور است. این آمار هشدار می‌دهد معیارهای نابرابری طول عمر در زمینه‌هایی مانند ثروت، بهداشت و درمان و پیشرفت تحصیلی نقش کلیدی در نتایج متفاوت در سنین بالاتر بازی می‌کند و در امتیاز نسبتاً پایین آمریکا در این مقیاس هاموثر است.

