



حُكُومَةُ الشَّارِجَةِ
دائرة الخدمات الاجتماعية
GOVERNMENT OF SHARJAH
Social Services Department

عنوان الجرعة المعرفية:

" جليس كبار السن "

إعداد:

عبدالله عبدالرحيم صالح

إدارة المعرفة

قسم البحوث والدراسات

مقدمة:

كبار السن بركة حياتنا، وحافضة عاداتنا وتقاليدنا، وكزنا الثمين الذي يمدنا بالخبرة، والنصيحة، والدعوات المخلصة الصادرة عن القلب، ولكن في بعض الأحيان يتعذر على بعض الأبناء منح أفراد عائلتهم من المسنين الوقت الكافي بسبب ضغوط الحياة اليومية، ومشاكل العمل، والدراسة، ومسؤوليات الأسرة، وحتى لو توفر الوقت عند بعض الأبناء فقد يتعذر عليهم تلبية جزء من احتياجات المسنين في العائلة، مثل الأب، أو الأم، أو الجد، بسبب عدم معرفتهم للأسلوب الأمثل لخدمتهم، أو الجهل بأساسيات التمريض، والدعم النفسي، والبدني المطلوب لهم.

لذلك أصبحت مهنة جليس، أو مرافق المسن في المنزل ذات أهمية كبيرة، حيث توفر لكثير من الآباء والأجداد الرعاية الصحية والنفسية اللازمة. كما زاد اهتمام كثير من الشباب بهذا الدور، وأصبحوا يتطوعون بوقتهم، وجهدهم لمساعدة كبار السن، وتوفير الخدمات الاجتماعية اللازمة لهم.

من هو جليس المسنين

إن جليس المسنين هو المسمى الوظيفي لأي شخص يجالس كبار السن ويعمل على رعايتهم من خلال تقديم العون لهم في المشي والحركة، ومساعدتهم على تناول وجباتهم الغذائية، أخذهم إلى الحمام، إعطائهم الأدوية والعقاقير اللازمة في أوقاتها المناسبة وسماع مختلف شكواهم والعمل على حل مشكلاتهم. وقد يظهر العمل كجليس مسنين شيء صعب جداً ولكنه لا يكون كذلك في الواقع لأن الجلساء عادة ما يستمتعون بصحبة المسنين، ويكون معهم علاقات اجتماعية رائعة يتم دعمها بالحكاوي والتفاصيل ومشاركة كافة الاهتمامات الفردية من قبل الطرفين.

مواصفات جليس المسن

تتعدد مواصفات جليس المسن وذلك لكي يكون قادراً على احتضانهم وحل مختلف مشكلاتهم الاجتماعية والنفسية. لأن جليس المسن لا يتوقف دوره على التمريض ومتابعة أدوية كبار السن فحسب، بل يجب أن يتمتع بعدة مواصفات تؤهله ليكون اليد اليمنى لهم والمصدر الأساسي لأمنهم وسلامتهم.

- عند اختيار جليس لرعاية المسن بالمنزل أو داخل الدور الكبيرة يحرص كل الحرص على أن يتمتع هذا الجليس ببعض المواصفات التي تؤهلها لهذا العمل، والتي من أهمها ما يلي:
- يجب أن يتحلى الجليس بالصبر وطول البال حتى لا يضجر من مهمته مع مرور الوقت، خاصة عندما يكون المسن تعباً جداً ويعتمد عليها بشكل كبير.
- من الأفضل أن يكون لدى جليس المسنين خلفية طبية جيدة، يؤهله لاتخاذ الإجراءات اللازمة أو الإسعافات الأولية الصحيحة عندما يتعرض المسن لمشكلة أو وعكة صحية مفاجئة.
- لا بد أن يدرس الجليس شخصية كبير السن جيداً وأن يتعرف على كل الأشياء التي يحبها وكذلك الأشياء التي يبغضها، حتى تساعد على العيش في راحة وهدوء وبالطريقة التي يرتاح لها.

- يجب أن يتمتع جليس المسنين بمهارات الاستماع الجيد لمختلف الأفراد، أي أن يكون قادراً على متابعة أحاديثهم اليومية مهما طالّت، وأن يكون قادراً على الرد المناسب و خلق أحاديث جديدة مع مرافقها حتى لا يمل، خاصة و أن حياته في هذا السن لا تتضمن الكثير من النشاطات.
- من المهم أيضاً أن تتوج مواصفات جليسة المسنين بحسن الخلق، لكي نثق في أنها ستعامل من برفقتها طيب المعاملة، وأنها ستتحلى بمكارم الأخلاق معه فلا تزعجة أو تقلل من شأنه.
- إن الأمانة هي أهم المواصفات المطلوبة عند اختيار جليس المسنين، خاصة وأنها تجالسه لفترة طويلة من الوقت. وليس معقولاً أن نعين شخص غير أمين قد يسرق أو ينصب أو يحتال أثناء أدائه لمهته.
- من الجيد أن يتمتع جليس المسن بحب النظافة والترتيب لتكون قادرة على المحافظة على بيئة كبير السن نظيفة، فهذا يساعد كثيراً في تحسين صحته النفسية وحالته المزاجية التي تتأثر سريعاً بأي شيء مهما بدا صغيراً.
- يجب أن يتفرغ جليس المسنين بالكامل، ليكون قادراً على رعاية من برفقته على مدار اليوم، دون أعذار أو شكاوى متكررة. فمهمة الجليس في غاية الصعوبة ولا تحتل أن يرافقه أي مهام إضافية.
- من الجيد كذلك أن يكون الجليس مثقفاً. وتبرز أهمية هذه السمة في أن تكون قادرة على التحاور مع مختلف الأفراد باختلاف موروثهم الثقافي والاجتماعي.
- لا بد أن يكون الجليس قادراً على مواجهة تغيرات كبير السن الصحية والتعامل معها في أي مكان وخلال أي وقت.

المراجع:

- جليس كبار السن.. احتياج صحي ونفسي، جريدة الخليج، 16 أغسطس 2019.
- مواصفات جليسة المسنين، موقع رعاية المسنين <https://www.careolder.com>.