

THE FRIENDSHIP CORNER

Các Chiến Lược Dành Cho Nhân Viên Hỗ Trợ Trực Tiếp (Direct Support Professionals – DSP)
Để Thúc Đẩy Tình Bạn Giữa Những Người Hộ Trợ Và Những Người Không Khuyết Tật,
Không Được Trả Lương Trong Cộng Đồng

Tác giả: Mary Ann Brennen & Jim Ross – Widening the Circle

Nhiều người có khuyết tật trí tuệ và phát triển vẫn đang sống trong một thế giới mà ở đó họ bị gom lại với nhau và tách biệt khỏi những người đồng trang lứa không khuyết tật. Trẻ em khuyết tật có thể bị gửi đến những trường chuyên biệt cách xa khu xóm của mình. Ngay cả khi các em học ở trường công lập địa phương, các em vẫn có thể học trong những lớp “riêng biệt” ở mức độ đáng kể. Cơ hội vui chơi giải trí có thể bị giới hạn trong các hoạt động chỉ với những trẻ em khuyết tật khác. Người lớn có thể sống trong nhà nhóm (group home) hoặc vẫn ở trong cơ sở tập trung. Công việc có thể là ở các chương trình Day Hab, xưởng làm việc tập trung hoặc mô hình “enclave”.

Có lẽ trách nhiệm quan trọng nhất của bạn với vai trò DSP là tạo điều kiện (facilitate) cho các mối quan hệ giữa người bạn hỗ trợ và những người trong cộng đồng không có khuyết tật, không phải là người được trả lương. Bạn có thể cảm thấy rằng giúp mọi người tạo dựng những mối liên kết quan trọng này là quá phức tạp trong công việc bận rộn của bạn, nhưng vẫn có những điều mà CHÍNH BẠN có thể làm để tăng cơ hội hình thành và duy trì tình bạn theo thời gian:

1. Đừng đánh giá thấp **ảnh hưởng mà bạn có thể có** đối với người bạn hỗ trợ. Hãy làm tấm gương tốt trong cách bạn ăn mặc, cư xử và giao tiếp.
2. Mối quan hệ của bạn với người bạn hỗ trợ rất quan trọng – thậm chí có thể mang tính quyết định – nhưng **đừng “nhằm lẫn” mối quan hệ đó là tình bạn**. Tình bạn thực sự là mối quan hệ không có trả lương. Nếu bạn xem mình là “bạn” của người đó, bạn sẽ ít có xu hướng giúp họ tìm kiếm kết nối với những người khác trong cộng đồng. Hãy thân thiện, tất nhiên, và thể hiện những yếu tố vốn có của tình bạn như sự tin tưởng và quan tâm.
3. **Hãy thực sự tìm hiểu kỹ người bạn hỗ trợ**. Liệt kê những việc họ thích làm và những điều họ muốn thử. Có một loạt sở thích phong phú, có sức hấp dẫn với người khác – dù là phổ biến (fan đội Patriots) hay rất hẹp (trồng bí ngô khổng lồ) – đều rất có ích.
4. **Đọc báo địa phương, đi vòng quanh thị trấn, trò chuyện với mọi người** để tìm ra những nơi mà người bạn hỗ trợ có thể làm những việc họ muốn cùng với các thành viên cộng đồng không khuyết tật. Để tham khảo thêm ý tưởng, xem:
<http://thearcofmass.org/resources/recreation/>
5. Với tư cách là người có thể hiểu cá nhân đó rõ nhất, bạn có thể **biện hộ trong buổi họp ISP** (và ở những nơi khác) để đặt ra những mục tiêu xã hội/quan hệ phù hợp với sở thích của người đó. **Hãy lồng ghép “yếu tố mối quan hệ” vào trong các mục tiêu khác** thay

vì tách riêng một mục tiêu “tình bạn” độc lập. Ví dụ, nếu giảm cân là một trong những mục tiêu của người đó, có những cách để làm điều đó mà đồng thời mang lại lợi ích xã hội rõ ràng (xem #9 và #10 bên dưới).

6. **Hỏi ý kiến đồng nghiệp, thành viên Hội đồng quản trị tổ chức, gia đình, bạn bè, hàng xóm của bạn** để tìm những người có cùng sở thích với cá nhân đó. Tìm một người sẵn sàng giới thiệu người bạn hỗ trợ tham gia hoạt động đó và hỗ trợ họ hòa nhập. (Tổ chức của bạn có thể yêu cầu một số thủ tục chính thức như kiểm tra CORI.)
7. **Hỗ trợ người đó trông hấp dẫn nhất có thể** thông qua vệ sinh cá nhân tốt, ăn mặc sạch sẽ, quần áo vừa vặn. Hình thức bên ngoài của họ có thể được “đánh giá” qua nhiều lăng kính văn hóa khác nhau, nên hãy lưu tâm đến điều đó.
8. **Hỗ trợ người đó cư xử theo những cách “phù hợp xã hội” nhất có thể.** Nhưng ĐỪNG bao giờ nghĩ rằng phải “thành thạo” các phép tắc xã giao mới là điều kiện tiên quyết để bạn giúp ai đó tìm bạn. Trên thực tế, chính việc ở trong một mối quan hệ bạn bè thường là cách tốt nhất để người đó thực hành các kỹ năng này.
9. **Hỗ trợ người đó tham gia các hoạt động yêu thích một cách đều đặn.** Chúng ta đều là “sinh vật của thói quen”. Nếu người bạn hỗ trợ đang cố gắng giảm cân và là hội viên của một **trung tâm thể hình**, hãy đến đó vào **cùng ngày và cùng khung giờ cố định**. Việc trở thành “người quen mặt” sẽ làm tăng đáng kể khả năng họ bắt đầu biết những người khác, và ngược lại, được người khác biết đến.
10. **Hỗ trợ người đó tham gia các hoạt động theo những cách có khả năng cao nhất tạo kết nối với người khác.** Nếu mục tiêu là giảm cân, họ có thể tập trên máy chạy bộ, nhưng những người xung quanh thường tập trung luyện tập, đeo tai nghe và không mấy quan tâm đến tương tác. Nhưng một lớp “spinning” – vào cùng ngày, cùng giờ mỗi tuần – có thể là một cách tốt vừa giảm cân vừa tương tác với những người cùng lớp. Hoặc một lớp Zumba... hay yoga... v.v.
11. Khi người bạn hỗ trợ đã có một tình bạn, có thể sẽ cần nỗ lực để duy trì. “Tính có qua có lại” là điều quan trọng trong bất kỳ tình bạn nào. Hãy hỗ trợ người đó **chủ động khởi xướng một số hoạt động**, thay vì lúc nào cũng chờ được mời. Việc sống trong một ngôi nhà thân thiện, chào đón khách đến chơi cũng giúp ích rất nhiều. Nếu người bạn hỗ trợ là fan thể thao, và nếu họ có một chiếc TV màn hình lớn và một món cánh gà sốt “đỉnh”, thì không quá khó để rủ những người bạn cùng đam mê thể thao đến chơi một buổi chiều.
12. Nếu có nhiều hơn một tổ chức cùng hỗ trợ một cá nhân, hãy làm quen với người của các tổ chức khác. Rất có khả năng là bạn sẽ **cần phối hợp nỗ lực với họ** khi những tình bạn mới bắt đầu vượt qua ranh giới “hành chính” của hệ thống dịch vụ.

Nếu bạn làm việc trong môi trường việc làm, có thể có những cách khác để giúp người được hỗ trợ kết bạn (và giữ bạn) nơi làm việc:

1. Đảm bảo lồng ghép các mục tiêu liên quan đến mối quan hệ vào **Kế Hoạch Nghề Nghiệp Lấy Người Làm Trung Tâm (Person-Centered Career Plan)** của cá nhân.
2. Giúp cá nhân hiểu và tham gia vào **văn hóa nơi làm việc**, bao gồm việc nắm được thói quen ăn uống/giải khát, biết nơi và thời điểm đồng nghiệp tụ tập trong giờ nghỉ, các chủ đề “tám chuyện” thường gặp bên bình nước (water-cooler chats), tìm hiểu xem mọi người có ăn mừng sinh nhật, có “ngày đặc biệt” nào (vd: thứ Sáu mặc đồ thoải mái – casual Fridays), v.v.
3. Thay thế việc dùng xe của cơ quan chở đi làm **bằng việc đi chung xe (car-pool)** với một đồng nghiệp nếu có thể.
4. **Giảm dần sự phụ thuộc vào “job coach”** của tổ chức để chuyển sang những hỗ trợ tự nhiên từ đồng nghiệp càng sớm càng tốt.

Chúng ta biết rằng giúp mọi người xây dựng các mối quan hệ và tình bạn không hề dễ. Nhưng chắc chắn đó là điều xứng đáng. ***Những người có bạn thường hạnh phúc hơn, khỏe mạnh hơn và an toàn hơn*** – và chúng ta đều mong điều đó cho những người mình hỗ trợ.

Để có cái nhìn rộng hơn về chủ đề này, hãy đọc bản tóm tắt **“Quality is No Accident”** mới nhất về “Friendships/Relationships” – trong đó Widening the Circle có đóng góp – tại:

<http://www.mass.gov/eohhs/consumer/disability-services/services-bytype/intellectual-disability/newsroom/quality-assurance/developmental-services-quality-is-no-accident.html>