GÓC TÌNH BẠN

(Widening the Circle khuyến nghị Lập Kế Hoạch Lấy Người Làm Trung Tâm – Person Centered Planning (PCP) – như một trong những cách tốt nhất để bảo đảm rằng các mối quan hệ và tình bạn trong đời sống của người khuyết tật được chú ý đúng mức. Tuy nhiên, vì nhiều lý do khác nhau, không phải ai cũng tiếp cận được PCP. Dù vậy, nhiều người trưởng thành khuyết tật lại được yêu cầu phải có một Kế Hoạch Hỗ Trợ Cá Nhân – Individual Support Plan (ISP). Nếu được sử dụng đúng cách, quy trình lập kế hoạch này có thể đóng góp vào việc hình thành các kết nối xã hội cho cá nhân, bao gồm cả khả năng xây dựng tình bạn giữa người có và không có khuyết tật. Xin cảm ơn Robin Harmatz của DDS đã đóng góp phần thông tin sau đây về cách sử dụng ISP để tạo dựng kết nối và tình bạn.)

Cách Sử Dụng ISP Để Thúc Đẩy Kết Nối Và Tình Bạn

Các mối quan hệ là một nhu cầu căn bản của mọi người. Chúng mang lại sự phong phú cho cuộc sống, tạo cơ hội để học hỏi, trưởng thành, đóng góp, và giúp ta nâng đỡ nhau trong cả những lúc vui lẫn buồn. Thông qua các mối quan hệ, chúng ta đóng góp vào đời sống cộng đồng và làm cho thế giới trở nên giàu đẹp hơn. Những người nhận dịch vụ qua DDS cũng không khác gì, nhưng họ thường gặp nhiều thách thức trong việc thiết lập và duy trì các mối quan hệ. Một số thách thức xuất phát từ chính bản thân người đó, nhưng nhiều khi, các yếu tố bên ngoài lại gây khó khăn cho việc hình thành và duy trì các mối quan hệ.

Ví dụ, khi một người chuyển nhà, họ có thể mất liên lạc với những người bạn cũ và gặp khó khăn khi tìm cách kết bạn mới. Họ có thể không còn gần gũi với một người anh/chị/em thân thiết như trước, và đã rời xa cộng đồng đức tin nơi họ từng giữ một vai trò có giá trị trong ca đoàn. Họ có thể đang trải qua những khó khăn về sức khỏe làm cho việc tham gia cộng đồng trở nên khó khăn hơn, hoặc họ thiếu kỹ năng xã hội cần thiết để dễ dàng kết nối với người khác. Tuyến xe buýt mà họ dùng để đi thăm bạn thân có thể đã thay đổi, và họ cần học một tuyến mới. ISP cung cấp một khung làm việc để giải quyết tất cả những vấn đề này, và để hỗ trợ người đó phát triển và duy trì một mạng lưới đa dạng, phong phú các mối quan hệ và tình bạn trong đời sống của mình. Các mối quan hệ bao gồm thành viên gia đình, nhân viên được trả lương và những người khác cũng đang nhận dịch vụ. Quan trọng không kém, đó là tình bạn với bạn bè không được trả lương trong cộng đồng, là những người không phải người thân và không phải những cá nhân khác cũng đang nhận dịch vụ.

Tuyên Bố Viễn ảnh (Vision Statement) của ISP phản ánh các nguyên tắc của Lập Kế Hoạch Lấy Người Làm Trung Tâm và cung cấp khung định hướng cho mọi nỗ lực đối với cá nhân, bao gồm cách thúc đẩy, xây dựng và duy trì các mối quan hệ. Đây là phần mà Sở khuyến khích cá nhân mơ ước vượt ra ngoài giới hạn của những dịch vụ đang có.

Tuyên bố Viễn ảnh được xây dựng bằng cách trả lời 4 câu hỏi then chốt:

1. Người đó xác định những hoạt động và mối quan hệ nào là quan trọng để tiếp tục tham gia? Những điều gì khác mà người đó muốn khám phá thêm?

2. Người đó nghĩ rằng người hỗ trợ cần biết những gì để có thể hỗ trợ hiệu quả?
3. Người đó cho rằng điểm mạnh và khả năng của mình là gì?
4. Người đó muốn thấy điều gì xảy ra trong cuộc sống của mình trong hai năm tới?

Câu hỏi thứ nhất tập trung trực tiếp vào các mối quan hệ quan trọng với người đó. Những người hỗ trợ nên bắt tay vào một "cuộc săn kho báu" để xác định và ghi lại mọi chi tiết về mạng lưới xã hội hiện tại và trước đây của người đó, cũng như những hoạt động mà họ yêu thích, với mục tiêu duy trì chúng ở mức cao nhất có thể qua những thay đổi của cuộc sống. Câu hỏi này đồng thời mở ra cơ hội để người đó mơ về những hoạt động và mối quan hệ mới muốn khám phá trong tương lai.

Câu hỏi thứ hai cho người đó cơ hội chỉ ra điều gì giúp ích họ nhiều nhất và điều gì cản trở họ. Đây thường là câu hỏi khó trả lời, nhưng kiên trì làm rõ các ưu thích của người đó về cách họ được hỗ trợ sẽ giúp tăng khả năng thành công khi hướng tới các mục tiêu tương lai. Những điều cần lưu ý bao gồm nhịp sống và thói quen của cá nhân, kiểu môi trường nào là thoải mái nhất, họ có cần thời gian để "làm quen" với tình huống mới hay là kiểu người hào hứng "nhảy vào" trải nghiệm mới ngay lập tức. Hãy tìm hiểu "sự phù hợp" tốt nhất đối với từng cá nhân.

Câu hỏi thứ ba cung cấp thông tin về cách người đó nhìn nhận kỹ năng của chính mình. Bằng cách tập trung vào khía cạnh quan hệ khi trả lời câu hỏi này, những người hỗ trợ có thể phát hiện ra những cơ hội tiềm ẩn hoặc rào cản đối với các mối quan hệ. Chẳng hạn, một người trầm lặng có thể tự mô tả mình là nhút nhát, nhưng chính điều đó cũng khiến họ trở thành một người biết lắng nghe tốt – một điểm mạnh mà có thể họ không tự nhấn mạnh. Một người khác có thể cho rằng mình là một người bạn tốt, nhưng lại không luôn nhớ các sự kiện quan trọng trong đời sống bạn bè. Việc xác định những chênh lệch giữa cách một người tự nhìn nhận và khả năng thực tế của họ sẽ làm tăng sức mạnh cho nỗ lực của cả nhóm trong việc thúc đẩy các mối quan hệ.

Câu hỏi thứ tư cho Nhóm ISP biết điều gì là quan trọng nhất cần tập trung vào lúc này, và các mục tiêu tương lai của người đó là gì. Cá nhân nên được hỗ trợ để diễn đạt cụ thể điều mình muốn trong cuộc sống, đặc biệt trong lĩnh vực các mối quan hệ và gắn kết cộng đồng. Họ có muốn kết nối lại với bạn cũ không? Họ có muốn xây dựng một mối quan hệ tình cảm không? Họ có muốn học đi xe đạp? Có muốn độc lập hơn không? Hãy khuyến khích mọi người tưởng tượng về cuộc sống trong mơ của họ!

Dù mục tiêu của người đó là gì, rất có khả năng chúng sẽ gắn với các mối quan hệ hoặc tạo cơ hội mở rộng các kết nối xã hội, và vì thế ta kỳ vọng yếu tố quan hệ sẽ được lồng ghép trong hầu hết các Mục tiêu của ISP, chứ không bị tách ra thành một mục tiêu đơn lẻ chỉ nói về "tình bạn". Học đi xe đạp có thể dẫn đến việc có một "bạn cùng đạp xe"; tăng cường độc lập có thể dẫn đến những mối quan hệ hỗ trợ lẫn nhau với hàng xóm. Đây chính là nơi để Nhóm ISP vận dụng sự sáng tạo của mình. Các chi tiết trong 4 câu hỏi về Tầm nhìn sẽ cung cấp bức tranh độc đáo về con người cá nhân đó, họ muốn gì từ cuộc sống, họ có những nguồn lực nào để dựa vào, và Nhóm ISP có thể hỗ trợ họ đạt được mục tiêu ra sao. Nếu còn những "mảnh ghép" thiếu, các

đánh giá và tư vấn được xây dựng như một phần của ISP có thể hỗ trợ bổ sung thông tin còn thiếu, giúp làm rõ những bước đệm và chiến lược sẽ giúp người đó đạt được cuộc sống mà họ đã hình dung – một cuộc sống phong phú những con người và cộng đồng có ý nghĩa với họ.

Để bảo đảm rằng các mối quan hệ được tích hợp vào ISP của bạn, hãy liên hệ với Điều Phối Viên Dịch Vụ DDS (DDS Service Coordinator) trước buổi họp ISP tiếp theo và cho họ biết đây là một chủ đề quan trọng cần được đưa vào, và rằng bạn muốn có một buổi gặp để trao đổi về điều này.

Để biết thêm thông tin, xin liên hệ Robin Harmatz tại địa chỉ:
robin.harmatz@massmail.state.ma.us