CÔNG TÁC XÃ HỘI TRONG VIỆC HỖ TRỢ TÂM LÝ NGƯỜI CAO TUỔI PHỤC HỒI SAU TAI BIẾN

ThS. Nguyễn Thị Huệ
Trường Đại học Lao động - Xã hội
nguyenthihue1310@gmail.com
Nguyễn Thị Thanh Hải
Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng
thanhhai.dienhong@gmail.com

Tóm tắt: Số lượng và tỷ lệ người cao tuổi tại Việt Nam đang gia tăng nhanh chóng, kéo theo rất nhiều vấn đề của người cao tuổi về mặt thể chất, tâm lý xã hội… Người cao tuổi sau tai biến là đối tượng đặc biệt, họ cần được quan tâm hơn cả. Tính đến hết tháng 7/2023, Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng đang có 136/397 người cao tuổi từng ít nhất một lần bị tai biến mạch máu não với các mức độ khác nhau. Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng đã triển khai đồng bộ nhiều hoạt động cho người cao tuổi sau tai biến tại trung tâm như hỗ trợ kết nối nguồn lực, thực hiện tham vấn tâm lý tạo động lực, hỗ trợ tổ chức các hoạt động giải trí nâng cao đời sống tinh thần… Nghiên cứu triển khai thông qua phương pháp nghiên cứu tài liệu, khảo sát bảng hỏi với 60 người cao tuổi sau tai biến tại trung tâm, phỏng vấn sâu (trên 10 người cao tuổi sau tai biến, 2 nhân viên công tác xã hội hỗ trợ người cao tuổi tại trung tâm, 2 người nhà người cao tuổi). Kết quả nghiên cứu cho thấy những hoạt động công tác xã hội tại trung tâm nhằm hỗ trợ tâm lý người cao tuổi sau tai biến đã được triển khai và có những kết quả nhất định.

Từ khóa: *công tác xã hội, người cao tuổi, hỗ trợ tâm lý*

SOCIAL WORK IN PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE ELDERLY TO RECOVER FROM STROKE

Abstract: *The number and proportion of elderly people in Vietnam is increasing rapidly, leading to many problems of the elderly in terms of physical, psychosocial, etc. The elderly after a stroke are special subjects, they need more attention. In Dien Hong Elderly Care Center, there are 136/397 elderly people had at least one time of cerebrovascular accident with different degrees by the end of July 2023. Dien Hong Elderly Care Center has synchronously implemented many activities for the elderly after a stroke such as supporting resource connection, conducting consultations, psychological motivation, supporting organization of recreational activities to improve spiritual life, etc. The research used a document research method, conducted a survey questionnaire with 60 elderly people after stroke at the center, and in-depth interviews (over 10 elderly people after stroke, 2 social workers supporting the elderly at the Center, and 2 elderly family members). Research results show that social work activities at the Center to support psychology for elderly people after stroke were implemented and got certain results.*

Keywords: *social work, the elderly, psychological support*

Mã bài báo: JHS - 135
Ngày nhận bài: 16/7/2023
Ngày nhận phản biện: 30/7/2023
Ngày nhận bài sửa: 14/8/2023
Ngày duyệt đăng: 20/8/2023

1. Đặt vấn đề

Có rất nhiều khái niệm khác nhau về người cao tuổi. Trước đây, người ta thường dùng thuật ngữ "người già", "người cao niên" để chỉ những người có tuổi, hiện nay thuật ngữ "Người cao tuổi" ngày càng được sử dụng nhiều hơn thuật ngữ "người già" vì thực tế nhiều người trên 60 tuổi vẫn còn trẻ, năng động và tham gia tích cực vào các hoạt động xã hội (UNICEF, 2017). Hai thuật ngữ này tuy không khác nhau về mặt khoa học song về tâm lý, "người cao tuổi" là thuật ngữ mang tính tích cực và thể hiện thái độ tôn trọng và mang tính động viên hơn "người già" (Đông, 2017).

Tai biến mạch máu não đang là một trong những nguyên nhân hàng đầu gây khuyết tật và tử vong ở người cao tuổi (NCT). Theo số liệu thống kê, tại Việt Nam, mỗi năm ước tính có khoảng 230.000 người tai biến mạch máu não. Bệnh để lại nhiều di chứng như giật méo miệng, rối loạn thị giác, đại tiểu tiện mất kiểm soát, liệt vận động. Bên cạnh những di chứng về thể chất, NCT sau tai biến có rất nhiều biến chuyển trong tâm lý theo chiều hướng tiêu cực. NCT thường cảm thấy mình mất giá trị, vô dụng và không có động lực sống. Những tác nhân này khiến NCT cảm giác thiếu an toàn, khó khăn trong việc tái hòa nhập, chất lượng cuộc sống giảm. NCT sau tai biến trở thành đối tượng yếu thế cần sự trợ giúp của nhân viên công tác xã hội (CTXH) để phục hồi sau tai biến, tái hòa nhập cộng đồng.

Tại các trung tâm chăm sóc NCT, các hoạt động hỗ trợ NCT sau tai biến có những điểm đặc thù. Bên cạnh những hỗ trợ về mặt y tế, Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng triển khai đồng bộ nhiều hoạt động CTXH nhằm hỗ trợ tâm lý NCT hướng tới phục hồi toàn diện sau tai biến như kết hỗ trợ NCT phục hồi chức năng, sử dụng các phương pháp kỹ thuật tạo động lực, tổ chức các hoạt động giải trí nâng cao đời sống tinh thần cho NCT…

2. Tổng quan vấn đề nghiên cứu

2.1. Tình hình nghiên cứu trên thế giới

Cùng với tình trạng đáng báo động về số người bị tai biến cũng như các hệ lụy, trên thế giới đã có khá nhiều nghiên cứu về NCT, tai biến, CTXH đối với người sau tai biến.

Quỹ dân số Liên hợp quốc (UNFPA) và tổ chức hỗ trợ người cao tuổi (Help Age International) đã thực hiện đề tài nghiên cứu *Già hóa trong thế kỷ 21: Thành tựu và thách thức.* Theo báo cáo, năm 1950, toàn thế giới có 205 triệu người từ 60 tuổi trở lên. Đến năm 2012, số người cao tuổi tăng gần 810 triệu người. Dự tính con số này là 1 tỷ người trong vòng 10 năm nữa và đến năm 2050 sẽ tăng gấp đôi. Chính vì thế, cần phải có một chiến lược nhằm hỗ trợ cho NCT đạt kết quả cao nhất (UNFPA& HAI, 2012).

Jane-Llopis (2008) với bài viết về *"Mental health in older people" ("Sức khỏe tâm thần ở Người cao tuổi")*, bài viết cho thấy chăm sóc sức khỏe tâm thần là trách nhiệm của các Chính phủ Quốc gia và lãnh đạo khu vực, cùng với các bên liên quan trong các lĩnh vực như y tế, thanh niên, giáo dục, việc làm, dân sự, an sinh xã hội. Đồng thời, các vấn đề chăm sóc sức khỏe tâm thần là mối quan tâm của các nước Châu Âu và là mục tiêu cac chính sách ở Châu Âu.

Wendy Holmes (2021), có báo cáo về *"Projecting the need for and cost of long-term care for older persons" (Đáp ứng nhu cầu và chi phí chăm sóc dài hạn cho NCT)*, thuộc Asian Development Bank (ADB). Bài báo này nhằm mục đích nâng cao hiểu biết của các nhà hoạch định chính sách và những người lập kế hoạch để thống kê, dự đoán nhu cầu, chi phí của các dịch vụ chăm sóc dài hạn. Dựa trên đánh giá của Ngân hàng Phát triển Châu Á (ADB) và của Wendy Holmes, bài báo phác thảo mô hình và tầm quan trọng của các dịch vụ trợ giúp xã hội, nhu cầu và sự cần thiết của việc sử dụng dịch vụ chăm sóc dài hạn. Mô hình cũng được đề xuất và rút ra các bài học kinh nghiệm dành cho các nước có thu nhập thấp và trung bình, để phát triển và hoàn thiện các dịch vụ đó. Liên quan đến vấn đề đột quỵ, nghiên *cứu của* Valery, Boand George (2017) cung cấp một cái nhìn tổng quan về gánh nặng đột quỵ toàn cầu. Kết quả nghiên cứu cho thấy mặc dù tỷ lệ đột có xu hướng giảm từ năm 1990 đến năm 2013 nhưng gánh nặng đột quỵ đã tăng lên, gánh nặng ở đây nói đến những người bị ảnh hưởng, tác động đến việc người liệt vận động, trầm cảm lên tình hình kinh tế, xã hội.

Nghiên cứu của tác giả Ian và cộng sự (2012) cung cấp các tri thức về các vấn đề tâm lý người sau đột quỵ và cách xử trí. Các vấn đề về trầm cảm, rối loạn lo âu, tức giận… hay việc trị liệu hành vi, các phòng ngừa các vấn đề cảm xúc cũng được đề cập đến và phân tích.

Nói về vấn đề CTXH sau đột quỵ, đề tài *"Social work after stroke: Identifying demand for support by recording stroke patients' and carers' needs in different phases after stroke"* của tác giả Inken Padberg và nhóm tác giả chỉ ra rằng các hoạt động, dịch vụ CTXH dành cho người cao tuổi sau tai biến ở Đức là rất đa dạng về chủ đề, tùy thuộc vào các giai đoạn. Các hoạt động hỗ trợ có những tác động tích cực đến NCT tại Đức (Inken Padberg và cộng sự, 2016).

2.2 Tình hình nghiên cứu trong nước

Giai đoạn 2000-2005, các nghiên cứu về CTXH với NCT xuất hiện mạnh mẽ. Tuy nhiên, các nghiên cứu chủ yếu là nghiên cứu về lý thuyết, phục vụ nhu cầu giáo dục CTXH. Từ giai đoạn trước đến thời điểm hiện tại chưa có nghiên cứu CTXH nào đề cập đến việc hỗ trợ NCT phục hồi sau tai biến. Trong khuôn khổ bài viết, tác giả xin điểm qua một số nghiên cứu có liên quan.

"Chương trình Hành động quốc gia về NCT Việt Nam giai đoạn 2012-2020" do Thủ tướng Chính phủ đã kí Quyết định số 1781/QĐ -TTg phê duyệt nêu rõ các mục tiêu: Phát huy vai trò của NCT; nâng cao chất lượng chăm sóc NCT; đẩy mạnh xã hội hóa các hoạt động chăm sóc và phát huy vai trò NCT phù hợp với tiềm năng và trình độ phát triển kinh tế - xã hội của đất nước. Phát huy vai trò, kinh nghiệm, tạo điều kiện để NCT tham gia có hiệu quả vào các hoạt động văn hóa, xã hội, giáo dục, kinh tế, chính trị phù hợp với nguyện vọng nhu cầu, khả năng, thực hiện đầy đủ các quyền lợi và nghĩa vụ của NCT; Tăng cường sức khỏe về thể chất và tinh thần của NCT; Nâng cao chất lượng mạng lưới y tế chăm sóc sức khỏe, phòng bệnh, khám, chữa bệnh và quản lý các bệnh mãn tính cho NCT; Xây dựng môi trường thuận lợi để NCT tham gia các hoạt động văn hóa, thể thao du lịch, vui chơi, giải trí; Nâng cao chất lượng đời sống vật chất của NCT; Hoàn thiện chính sách trợ giúp và bảo trợ xã hội hướng tới bảo đảm mức sống tối thiểu cho NCT; Phát triển, nâng cao chất lượng hệ thống dịch vụ và cơ sở chăm sóc NCT, chú trọng NCT khuyết tật, NCT thuộc diện nghèo không có người phụng dưỡng, NCT dân tộc thiểu số.

Nghiên cứu của Thắm (2016) cho thấy việc tìm kiếm một mô hình phù hợp để nâng cao sức khỏe cải thiện chất lượng cuộc sống vui tươi, hạnh phúc mà không ảnh hưởng nhiều tới công việc và cuộc sống của con cháu (Thắm, 2016).

Sách chuyên khảo *"NCT Việt Nam: Phân tích từ Điều tra biến động dân số và kế hoạch hóa gia đình năm 2021"* do Tổng cục thống kê, Quỹ dân số liên hợp quốc đưa ra kết quả tương đối tổng quan về đặc trưng nhân khẩu, đặc trưng về kinh tế - xã hội của dân số NCT và sức khỏe NCT. Nghiên cứu chỉ ra việc cần đẩy mạnh hệ thống chăm sóc sức khỏe và dự phòng việc cần phải xây dựng các mô hình tích hợp dịch vụ chăm sóc NCT tại nhà, tại cộng đồng và tại các cơ sở chăm sóc, đẩy mạnh sự tham gia của khu vực tư nhân trong chăm sóc NCT.

Những nghiên cứu ở trên cho thấy, có nhiều đề tài nghiên cứu trên thế giới và Việt Nam về chủ đề tai biến ở NCT. Các nghiên cứu có những góc nhìn khác nhau từ thực trạng, các chính sách, vấn đề đối NCT nói chung và NCT bị tai biến nói riêng. Tuy nhiên, từ những đề tài trên ta cũng nhân thấy rằng, đến thời điểm hiện tại chưa có nghiên cứu CTXH nào đề cập đến việc hỗ trợ NCT phục hồi sau tai biến. Việc thiếu vắng những nghiên cứu này khiến việc cung cấp dịch vụ mang lại lợi ích tốt nhất cho NCT sau tai biến vẫn còn nhiều hạn chế.

3. Phương pháp nghiên cứu

3.1. Phương pháp phân tích tài liệu

Trong quá trình nghiên cứu, tác giả đã sử dụng các phương pháp phân tích, tìm hiểu những tài liệu, báo cáo có liên quan đến vấn đề nghiên cứu đồng thời phân tích tài liệu, những vấn đề có liên quan đến đề tài nghiên cứu và xác định xem những vấn đề này có thể áp dụng để bổ sung luận cho nghiên cứu của mình.

Cụ thể trong quá trình nghiên cứu, tác giả sử dụng phương pháp phân tích tài liệu để phân tích các nghiên cứu về đề tài NCT để có góc nhìn tổng quan cũng như phân tích các vấn đề cảm xúc sau tai biến mà NCT gặp phải và những hoạt động CTXH Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng đã và đang triển khai hỗ trợ tâm lý NCT phục hồi sau tai biến.

3.2. Phương pháp điều tra bảng hỏi

Tác giả thực hiện phương pháp điều tra bảng hỏi đối với NCT sau tai biến. Khách thể nghiên cứu NCT sau tai biến có đặc thù riêng. Trong số NCT sau tai biến, một phần không có khả năng tự chủ trong sinh hoạt, một phần mất đi khả năng nhận thức, tư duy độc lập, không đủ minh mẫn. Trong số gần 400 NCT

đang sinh sống tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng, nhóm nghiên cứu tiến hành khảo sát với những NCT sau tai biến đủ khả năng nhận thức, tư duy độc lập và tự nguyện tham gia khảo sát. Cụ thể: tác giả tiến hành phiếu khảo sát đối với 60 NCT theo cơ cấu, độ tuổi, giới tính, mức độ vận động… tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng để có thể tìm hiểu, thu thập thông tin chung về hoạt động CTXH hỗ trợ tâm lý NCT sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng.

3.3. Phương pháp phỏng vấn sâu

Tác giả tiến hành phỏng vấn sâu: 10 NCT sau tai biến, 2 nhân viên CTXH hỗ trợ người cao tuổi tại trung tâm, 2 người nhà NCT.

Các câu hỏi phỏng vấn sâu nhằm khai thác rõ nét hơn về vấn đề, những khó khăn của NCT sau tai biến và thực trạng triển khai các hoạt động CTXH hỗ trợ NCT sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng.

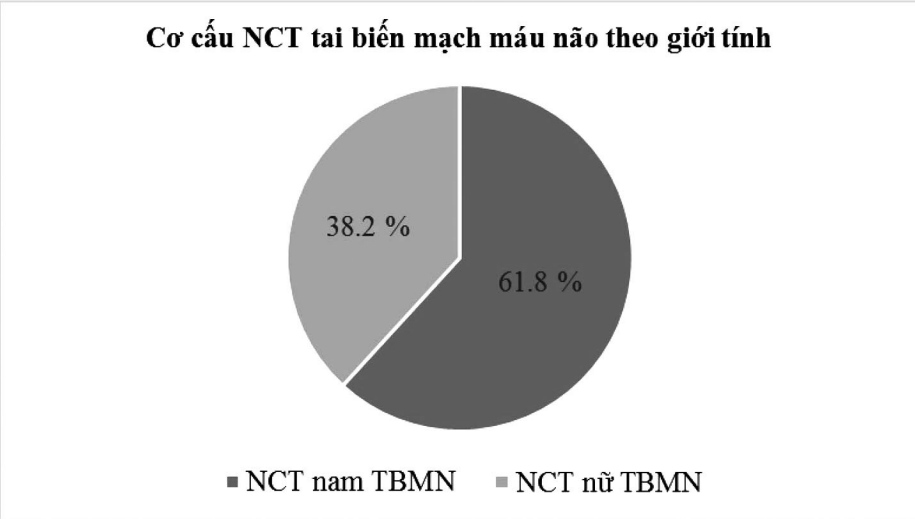
4. Kết quả nghiên cứu

4.1. Thực trạng người cao tuổi tai biến ở Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng

Tính đến hết tháng 7/2023, Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng đang có 397 NCT đang an dưỡng, trong đó có 136 NCT từng ít nhất 1 lần bị tai biến mạch máu não. Tỉ lệ nhóm NCT đã từng bị tai biến so với số lượng NCT toàn trung tâm là 34,3%, một tỷ lệ tương đối cao.

Theo số liệu thống kê, có sự phân hóa rõ rệt giữa tỉ lệ NCT nam và NCT nữ trên tổng số NCT bị tai biến mạch máu não ở Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng.

Hình 1. Cơ cấu người cao tuổi tai biến mạch máu não theo giới tính



Nguồn: Kết quả nghiên cứu, 2023

Có thể thấy rõ ràng tỷ lệ NCT nam tai biến gấp khoảng 1,6 lần NCT nữ tai biến. Sự chênh lệch xuất phát từ nhiều nguyên nhân: thói quen sinh hoạt, áp lực kinh tế và tâm lý chủ quan. NCT nam từ thời trẻ có thói quen sinh hoạt tiềm ẩn nguy cơ tai biến cao như thói quen lạm dụng rượu bia, thuốc lá… Hơn nữa, ngoài thói quen sinh hoạt không lành mạnh, các nghiên cứu cho thấy nam giới thường làm việc ở môi trường có cường độ cao, áp lực từ kinh tế gia đình khiến họ căng thẳng, rối loạn lo âu, rối loạn giấc ngủ dẫn đến nguy cơ tai biến cao. Một nguyên nhân chủ quan nữa là nam giới thường chủ quan hơn, không chú ý đến các dấu hiệu của tai biến cũng như các bệnh lý dẫn đến nguy cơ tai biến cao.

Bảng 1. Tỷ lệ người cao tuổi tai biến mạch máu não theo độ tuổi

Độ tuổi	Số người	Tỷ lệ
Từ 60-70 tuổi	51	37.5%
Từ 71-80 tuổi	50	36.8%
Từ 81-90 tuổi	31	22.8%
Trên 90 tuổi	4	2.95%

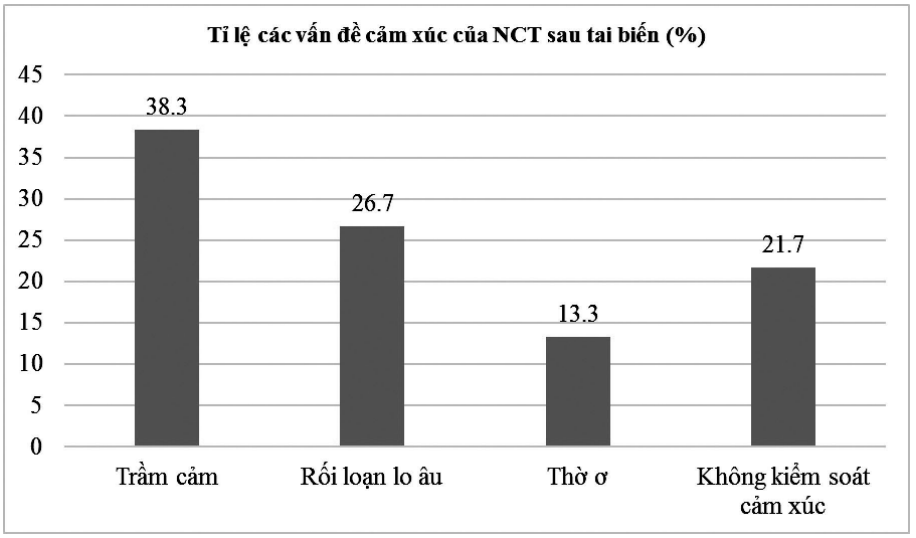
Nguồn: Kết quả nghiên cứu, 2023.

Tỉ lệ NCT tai biến mạch máu não tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng tập trung ở độ tuổi 60-80 tuổi. Như vậy, nhóm NCT tai biến mạch máu não cao nhất ở là từ 60-70 tuổi, tiếp đó là nhóm 71-80 tuổi.

Các nghiên cứu trong nước và quốc tế chỉ ra rằng độ tuổi có nguy cơ tai biến ngày càng trẻ hóa.

Ở nghiên cứu này, tác giả xin đề cập đến những vấn đề tâm lý của NCT sau tai biến, qua nghiên cứu NCT sau tai biến tại Diên Hồng đang có những vấn đề tâm lý như sau:

Hình 2. Các vấn đề tâm lý của người cao tuổi sau tai biến



Nguồn: Kết quả nghiên cứu, 2023

Bên cạnh những hệ quả về sức khỏe thì tai biến cũng để lại các di chứng về tâm lý như: trầm cảm, rối loạn lo âu, thờ âu, không kiểm soát cảm xúc. Tỷ lệ NCT trầm cảm sau tai biến tương đối cao là 38.3%, các vấn đề khác cũng có có tỷ lệ trên 10%.

"Chú không muốn sống nữa, chú cũng không muốn tiếp xúc với ai cả, đang từ một người thành đạt giờ chú không làm được gì cả, trở thành gánh nặng của gia đình, không biết là chú có thể đứng dậy lần nữa không" (Phỏng vấn sâu ông Trần Sơn L., 66 tuổi, nam).

4.2. Các hoạt động công tác xã hội hỗ trợ người cao tuổi phục hồi sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng

Bảng 2. Mức độ triển khai các hoạt động công tác xã hội hỗ trợ người cao tuổi sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng

Hoạt động / Tần suất	Huy động nguồn lực		Phỏng vấn tạo động lực		Tổ chức hoạt động vui chơi giải trí	
	Số lượng (n = 60)	*Tỷ lệ (%)*	*Số lượng (n = 60)*	*Tỷ lệ (%)*	*Số lượng (n = 60)*	*Tỷ lệ (%)*
Không bao giờ	2	3.3	5	8.3	1	1.7
Hiếm khi	7	11.7	9	15.0	3	5.0
Thỉnh thoảng	14	23.3	11	18.3	9	15.0
Thường xuyên	25	41.7	19	31.7	33	55.0
Rất thường xuyên	12	20.0	16	26.7	14	23.7
Tổng số	60	100	60	100	60	100

Nguồn: Kết quả khảo sát, 2023

Kết quả khảo sát cho thấy, các hoạt động CTXH hỗ trợ người cao tuổi sau tai biến được thực hiện chủ yếu với mức độ thường xuyên. 41.7% số người được hỏi trả lời động huy động nguồn lực thường xuyên được thực hiện tại trung tâm; với hoạt động tham vấn, tạo động lực có 1/3 số người tham gia trả lời cho

biết thường xuyên thực hiện hoạt động này tại trung tâm. Và đặc biệt, hơn một nửa số người được hỏi trả lời rằng các hoạt động văn hóa văn nghệ, vui chơi giải trí được thực hiện thường xuyên tại trung tâm. Điều này cho thấy các hoạt động CTXH đã được triển khai nghiêm túc tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng.

4.2.1. Hoạt động huy động nguồn lực hỗ trợ người cao tuổi sau tai biến

Với NCT sau tai biến, họ rất cần các hoạt động phục hồi chức năng. Phục hồi chức năng là dùng các biện pháp y học, xã hội học… làm giảm tác động của giảm khả năng và tàn tật, tạo cho người khuyết tật có cơ hội để hội nhập, tái hội nhập xã hội, có cơ hội bình đẳng tham gia các hoạt động trong gia đình và xã hội, có cuộc sống bình thường tối đa so với hoàn cảnh của họ. Phục hồi chức năng sau đột quỵ là phương pháp giúp người bị đột quỵ (còn gọi là tai biến mạch máu não) khôi phục lại các chức năng đã bị mất, giúp họ tham gia vào những sinh hoạt hằng ngày và có cuộc sống khỏe mạnh, hạnh phúc hơn. Hoạt động phục hồi chức năng sẽ được thực hiện thông qua các công cụ, dụng cụ hỗ trợ hoặc các chuyên gia hỗ trợ phục hồi chức năng. Điều này phát sinh chi phí mà người cao tuổi và gia đình người cao tuổi phải chi trả. Do đó, hoạt động hỗ trợ kết nối nguồn lực của CTXH đối với người cao tuổi và người nhà người cao tuổi trở nên cần thiết, đặc biệt là với những NCT có hoàn cảnh khó khăn.

Bảng 3. Nhu cầu hỗ trợ huy động nguồn lực của người cao tuổi sau tai biến

Mức độ mong muốn	Số người	Tỷ lệ (%)
Rất mong muốn	16	26.7
Mong muốn	23	38.3
Bình thường	13	21.7
Không mong muốn	8	13.3
Tổng số	60	100

Nguồn: Kết quả nghiên cứu, 2023

Hơn 1/3 số người được hỏi trả lời họ mong muốn được hỗ trợ kết nối nguồn lực để họ được tiếp cận các dịch vụ phục hồi chức năng tốt hơn. Hoạt động kết nối nguồn lực để NCT sau tai biến của của nhân viên CTXH ở Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng được xây dựng dựa trên nhu cầu của bản thân NCT, tuy nhiên cũng vấp phải những khó khăn như điều kiện kinh tế của gia đình NCT... Bằng các biện pháp như xin hỗ trợ giảm mức phí phục hồi chức năng, xin cơ chế cho NCT sử dụng dụng cụ tập luyện miễn phí, động viên NCT cố gắng vượt qua cảm giác đau đớn. Kết quả phỏng vấn sâu nhân viên CTXH tại trung tâm cho biết: tính đến hết tháng 7 năm 2023 có 79 NCT được tham gia phục hồi chức năng. NCT được sử dụng các dụng cụ miễn phí tại phòng thể chất như: xe đạp, xe điều hợp, bòng gai tập cơ tay, hệ thống thang bộ, tay vịn tập đi, máy matxa chân, đá muối… Bên cạnh đó, nhân viên CTXH cũng trao đổi với với nhân viên phục hồi chức năng về tình hình của NCT để có bài tập phù hợp để cải thiện với từng NCT sau tai biến *(Kết quả phỏng vấn sâu bà L.T.T.H., nữ, nhân viên CTXH tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng).*

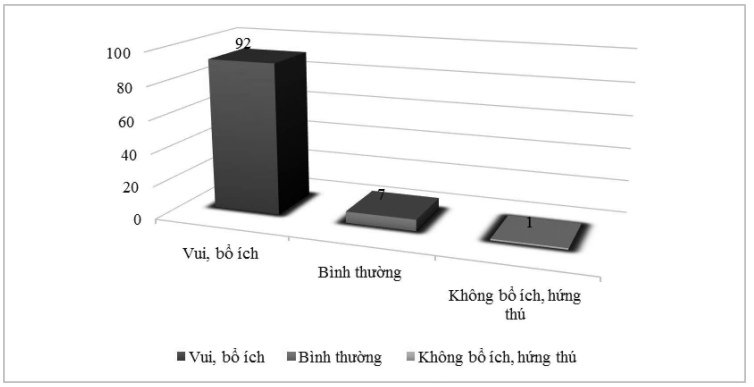
"Cứ như kỳ tích vậy, bà đã đứng dậy được sau 3 năm ngồi xe lăn, những buổi đầu đi tập bà đã muốn bỏ, đau lắm, đau mà bà khóc luôn. Hôm đầu đi về đau nghĩ bụng bảo là thôi mai không đi tập nữa thế rồi lại nghĩ chẳng lẽ mình cứ như này mãi. Nghĩ đời mình nó cực, nó tủi, đi đâu cũng phải có người đẩy, rồi vệ sinh cũng phải đóng bỉm. Cứ nghĩ mãi rồi tự động viên mình "cố lên, cố lên", các cháu cũng động viên bà nhiều lắm. Được trung tâm hỗ trợ cho dùng miễn phí các dụng cụ tập, thế là cũng cố và giờ bà rất hạnh phúc khi đã đi lại được mặc dù phải vẫn chống gậy. Bước được bước đầu tiên, càm xúc nó khó tả lắm, vui lắm nhưng nước mắt nó cứ chảy dài. Cảm ơn bác sĩ và các cháu nhiều lắm." (Kết quả phỏng vấn sâu bà Đỗ Thị L., 75 tuổi, người cao tuổi sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng)

4.2.2. Hoạt động phỏng vấn tạo động lực

Phỏng vấn tạo động lực là một cách trao đổi tự nhiên và hữu hiệu giữa người thực hiện phỏng vấn và thân chủ/ bệnh nhân về vấn đề thân chủ/ bệnh nhân muốn thay đổi. Phỏng vấn tạo động lực tập trung hỗ trợ thân chủ/ bệnh nhân tăng cường động lực và cam kết thay đổi. Phỏng vấn tạo động lực sử dụng các kỹ năng hầu hết giống với các mô hình hay liệu pháp điều trị tâm lý khác, chỉ có điểm khác biệt duy nhất chính là tinh thần của phỏng vấn tạo động lực. Tinh thần này đề cao sự hợp tác và thân chủ/ bệnh nhân là trung tâm của can thiệp, chính vì vậy mà nội dung, định hướng và kết quả của buổi làm việc đều phải xuất phát từ thân chủ hoặc bệnh nhân.

Hoạt động này hỗ trợ NCT phục hồi sau tai biến, nhân viên CTXH đóng vai trò là người dẫn dắt để NCT tự nói ra vấn đề của mình và có phương án để giải quyết vấn đề của mình. Kỹ thuật yêu cầu tính cam kết của thân chủ, nhân viên CTXH đồng hành và dần dần để NCT thực hiện được mục tiêu mình đề ra.

Hình 3. Đánh giá hoạt động phỏng vấn tạo động lực cho người cao tuổi tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng



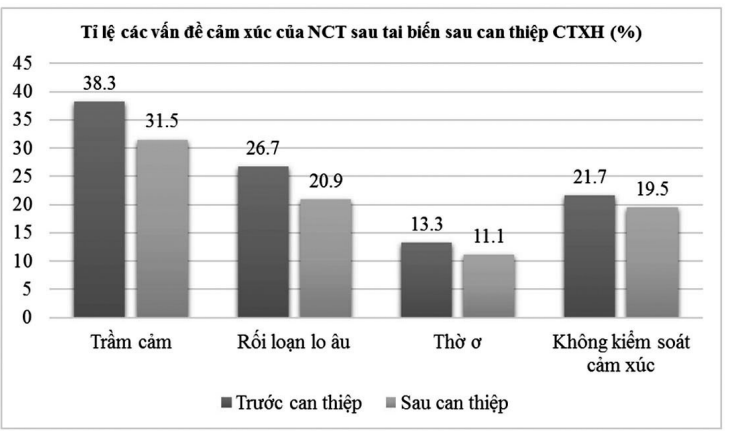
Trên 92% NCT thấy các buổi chia sẻ vui và bổ ích và mong muốn có nhiều buổi chia sẻ hơn nữa. *"Buổi chia sẻ hôm nay có rất nhiều cảm xúc, rất bổ ích, vui vẻ, bà thấy rất thoải mái; "Buổi chia sẻ tạo động lực cho các cụ để các cụ sống vui, sống khỏe, sống có ích để con cháu yên tâm công tác"; "Buổi chia sẻ rất hay, mong muốn có nhiều buổi chia sẻ ý nghĩa như thế này nữa"* là những chia sẻ của NCT sau khi tham gia tham vấn tạo động lực. NCT cũng đề xuất những chủ đề mà họ mong muốn được cùng trao đổi thảo luận như: văn hóa ứng xử, các buổi chia sẻ về huyết áp, tiểu đường… Ngoài ra, hoạt động tham vấn tạo động lực cũng có tác động tới những NCT "đồng cảnh" sau tai biến, giúp họ cảms thấy tự tin hơn, vui vẻ hơn và hòa nhập nhanh hơn.

Ban đầu, nhân viên CTXH áp dụng thử nghiệm với quy mô nhỏ khoảng 3 NCT, sau khi thấy rõ hiệu quả của hoạt động này, nhân viên CTXH trung tâm triển khai nhân rộng mô hình. Quá trình can thiệp trong khoảng 1 tháng chia thành nhiều buổi tham vấn, mỗi buổi chỉ khoảng 30- 45 phút. 2/3 NCT đến với buổi tham vấn đầu tiên rơi vào cảm xúc tiêu cực và chưa mở lòng để chia sẻ. Nguyên nhân dẫn đến việc này là NCT chưa tin tưởng, không có cảm giác an toàn. Nhiệm vụ của nhân viên CTXH là phải tạo ra được môi trường an toàn, xây dựng niềm tin và đặc biệt là phải giữ tinh thần không phán xét. Khi NCT đưa ra cách giải quyết cực đoan hoặc có những sai lệch thì NCT đóng vai trò người thấu cảm, đồng hành và cung cấp thông tin để NCT có cách giải quyết vấn đề hiệu quả, đúng hướng và tích cực.

Sau khoảng 1 tháng can thiệp, tất cả những NCT tham gia đều có những chuyển biến tích cực, NCT bắt đầu tham các hoạt động tập thể chứ không còn thu mình trong phòng, tự tập luyện các bài tập cải thiện tình trạng sức khỏe của mình. Mối quan hệ giữa các NCT với nhau cũng được cải thiện vì tình trạng của NCT được cải thiện thì họ cũng vui vẻ và thoải mái hơn.

Sau khi thử nghiệm trên 3 NCT thì kỹ thuật này đã được nhân rộng theo lộ trình từ với 10 NCT, 20 NCT sau đó là áp dụng toàn diện, linh hoạt trong hoạt động can thiệp với NCT sau tai biến tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng.

Hình 4. Tỷ lệ các vấn đề cảm xúc của người cao tuổi sau tai biến sau can thiệp tham vấn



Nguồn: Kết quả khảo sát, 2023.

Nhìn vào biểu đồ ta thấy các hoạt động can thiệp CTXH, cụ thể là tham vấn tạo động lực đã phần nào cho thấy kết quả, tỉ lệ các vấn đề cảm xúc của NCT sau tai biến đã giảm xuống.

"Đúng là có khả năng chữa lành, khi đến với lớp thấy những người chung cảnh ngộ với mình, thấy mọi người vui vẻ mình cũng được thấy vui, mình dần tự tin hơn, mở lòng bình hơn, mình có động lực để tập luyện hơn. Cũng tủi lắm, cũng khóc suốt nhưng giờ đỡ hơn nhiều rồi." (Kết quả phỏng vấn sâu bà Triệu Thị P., 75 tuổi, nữ)

4.2.3. Xây dựng các hoạt động giải trí nâng cao đời sống tinh thần cho người cao tuổi

Tai biến khiến NCT có nhiều di chứng tâm lý như: trầm cảm, rối loạn lo âu, thờ ơ, không kiểm soát cảm xúc. Các di chứng này khiến NCT tư duy chậm chạp, mất năng lực, lo âu hoặc kích động, giảm cân, không ngon miệng, khó dỗ giấc ngủ, thu rút xã hội, ý nghĩ tai họa, mất mọi hy vọng, mất hứng thú, tự đánh giá thấp bản thân, cảm giác bị tội, ý tưởng tự tử thường gặp. Điều này có ảnh hưởng lớn việc NCT tái hòa nhập sau tai biến cũng như ảnh hưởng nhiều đến chất lượng cuộc sống của NCT.

Các hoạt động giải trí đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao đời sống tinh thần NCT, phòng tránh trầm cảm cùng như thúc đẩy việc NCT tái hòa nhập sau tai biến. Đối với NCT sau khi bị tai biến, các hoạt động phải cân đối tùy vào tình trạng NCT để xây dựng, đảm bảo làm sao NCT vẫn thực hiện được và NCT phải thấy mình có ích.

"Tại Diên Hồng, nhân viên CTXH đang xây dựng kế hoạch hoạt động cho NCT kết hợp giữa các trò chơi, hoạt động tập thể dục, các hoạt động trí não. Một số hoạt động tiêu biểu có thể kể đến như: Chuỗi chia sẻ "Chuyện NCT Diên Hồng", trang thơ Diên Hồng, lớp học âm nhạc, các trò chơi,..." (Kết quả phỏng vấn sâu bà N.T.D., nhân viên CTXH tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng).

Bảng 4. Mức độ hài lòng của NCT sau tai biến đối với các hoạt động vui chơi giải trí tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng

Mức độ hài lòng	Số lượng (người)	Tỷ lệ (%)
Rất hài lòng	12	7.9
Hài lòng	29	63.3
Bình thường	7	18.0
Ít hài lòng	6	8.6
Không hài lòng	1	2.2

Nguồn: Kết quả nghiên cứu, 2023

Khi được hỏi về mức độ hài lòng đối với các hoạt động vui chơi giải trí tại trung tâm, hơn một nửa NCT được hỏi trả lời họ hài lòng và rất hài lòng. Rất ít người cho rằng họ ít hài lòng và không hài lòng với các hoạt động vui chơi giải trí này.

Báo cáo của trung tâm cho biết, năm 2022, tại trung tâm Diên Hồng, 102 cụ tham gia chuỗi chia sẻ; 34 cụ tham gia trang thơ Diên Hồng là; 25 cụ tham ga lớp học âm nhạc; 120 cụ tham gia các hoạt động giải trí khác (các trò chơi).

Chuỗi chia sẻ "Chuyện NCT Diên Hồng" là các chủ đề xoay quanh cuộc sống của NCT Diên Hồng, rộng hơn là các chủ đề về xã hội hiện nay. Chuỗi chia sẻ được thực hiện theo mô hình "Vòng tròn chia sẻ" các cụ sẽ lần lượt được nói lên quan điểm của mình về chủ đề đưa ra, tại vòng tròn không có sự phán xét.

Trang thơ Diên Hồng là hoạt động nhằm giúp NCT lưu giữ lại được những cảm xúc của mình trong cuộc sống. NCT có rất nhiều cảm xúc, có nhiều thời gian trống, họ thấy cảm nhàm chán. Xuất phát từ nhu cầu của NCT cũng như mong muốn NCT có những "sản phẩm vật lý" để lưu lại, để NCT được tư duy và sáng tạo, Diên Hồng phát động phong trào thơ để NCT sáng tác và xây dựng thành tuyển tập. NCT sẽ được tặng 1 cuốn khi có bài thơ trong tuyển tập, ngoài ra cũng in ấn khoảng 20 cuốn để cho các NCT khác đọc. Tính đến thời điểm tháng 7 năm 2023 đã có khoảng hơn 30 bài thơ được gửi về để biên tập, NCT cũng rất mong chờ tập thơ được xuất bản để khoe với con cháu.

Học hỏi từ các viện dưỡng lão Đài Loan, Diên Hồng triển khai hoạt động "Lớp học Âm nhạc" nhận được sự hưởng ứng lớn từ NCT. Khi đưa NCT sau tai biến vào lớp học, thấy rõ được sự hứng khởi của họ. Một số nghiên cứu cho rằng liệu pháp âm nhạc thần kinh hoạt động giống như vật lý trị liệu hoặc liệu pháp ngôn ngữ, trong đó nó nhằm mục đích giúp bệnh nhân kiểm soát các triệu chứng và hoạt động tốt hơn trong cuộc sống hàng ngày. Cho đến nay, loại liệu pháp này đã cho thấy nhiều hứa hẹn trong việc giúp những người sống sót sau đột quỵ phục hồi ngôn ngữ, cải thiện khả năng đi lại và phục hồi vận động thể chất tốt hơn so với các liệu pháp tiêu chuẩn khác. Hiện tại, ở Diên Hồng, lớp học âm nhạc vẫn đang được duy trì và mang đến những hiệu quả tích cực, NCT sau tai biến thấy vui vẻ hơn, quá trình phục hồi cũng tốt hơn.

5. Kết luận

Kết quả nghiên cứu cho thấy, hoạt động công tác xã hội tại Trung tâm Dưỡng lão Diên Hồng đã và đang được triển khai với mức độ thường xuyên. Hiệu quả của các hoạt động này đã được đối tượng thụ hưởng là NCT tại trung tâm nhìn nhận và đánh giá cao, có vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ NCT phục hồi sau tai biến. Mỗi NCT sau tai biến có những trạng thái sức khỏe và tinh thần khác nhau, nhân viên CTXH cần đánh giá đúng tình trạng của họ để đưa ra được kế hoạch can thiệp phù hợp. Từ các kết quả nghiên cứu nhu cầu, thực trạng các hoạt động CTXH hỗ trợ tâm lý cho NCT sau tai biến, nhóm nghiên cứu đã xuất một số giải pháp nhằm nâng cao chất lượng hoạt động CTXH hỗ trợ tâm lý cho NCT sau tai biến trong các trung tâm chăm sóc. Trước tiên, Nhà nước cần chú trọng đến việc hoàn thiện cơ chế, chính sách về NCT nhằm thúc đẩy và đa dạng hóa các mô hình chăm sóc, có cơ chế, chính sách khuyến khích khu vực ngoài công lập tham gia cung cấp dịch vụ chăm sóc NCT tại cộng đồng, tạo môi trường bình đẳng, lành mạnh cho khu vực ngoài công lập khi tham gia các hoạt động CTXH trong hỗ trợ tâm lý NCT. Một giải pháp rất quan trọng là trung tâm cần đẩy mạnh và tạo điều kiện cho đội ngũ nhân viên trực tiếp thực hiện các hoạt động CTXH học tập nâng cao trình độ chuyên môn, nhất là đào tạo chuyên sâu về lĩnh vực CTXH với NCT. Ngoài ra, cần đẩy mạnh hoạt động truyền thông nâng cao nhận thức của NCT, gia đình và cộng đồng trong chăm sóc hỗ trợ NCT, để NCT luôn "sống vui, sống khỏe, sống có ích", tiếp tục cống hiến trí tuệ, kinh nghiệm quý báu của mình cho xã hội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Lao động - Thương binh và Xã hội. (2017). *Tài liệu hướng dẫn thực hành Công tác xã hội với người cao tuổi*

Đại học Y Dược Tp. Hồ Chí Minh trung tâm chuyển giao công nghệ điều trị nghiện chất và HIV (VHATTC). (2020). *Bài giảng "Phỏng vấn tạo động lực"*

Hoa, N.T.K. (Chủ biên) (2012). *Công tác xã hội với người cao tuổi.*

Hiện, N.M. (2016). *Đánh giá cơ cấu thu dung điều trị đột quỵ não 10 năm tại Bệnh viện Quân y 103 từ tháng 6/2006 đến tháng 6/2016. Tạp chí Y Dược học Quân sự, số chuyên đề đột quỵ,* tr. 2016:5-11.

Ian I. Kneebone, Nadina B. Lincoln. (2012). *Psychological Problems after Stroke and Their Management: State of Knowledge.*

Inken, P., Petra. K., Susanne, Z., Maike, S., Alice, S., Jens, S., Peter U., Ian, W., Andreas, M. (2016). *Social work after stroke: Identifying demand for support by recording stroke patients' and carers' needs in different phases after stroke.*

Ian I. Kneebone và cộng sự. (2012). *Psychological Problems after Stroke and Their Management: State of Knowledge.*

Inken, P. và cộng sự (2016). *"Social work after stroke: Identifying demand for support by recording stroke patients' and carers' needs in different phases after stroke"*

Jane, L. (2008). "*Mental health in older people"*

Quỹ dân số Liên Hợp Quốc (UNFPA) và Tổ chức Hỗ trợ NCT quốc tế (Hepl Age International). (2012). *Già hóa trong thế kỷ 21: Thành tựu và thách thức.*

Tổng cục thống kê. (2021). *Người cao tuổi Việt Nam: Phân tích từ Điều tra Biến động dân số và Kế hoạch hóa gia đình năm 2021.*

Thủ tướng Chính phủ. (2012). *Quyết định phê duyệt Chương trình hành động quốc gia về người cao tuổi Việt Nam giai đoạn 2012 - 2020*

Thắm, N.T. (2016). *Vai trò của nhân viên công tác xã hội trong hoạt động trong hoạt động chăm sóc người cao tuổi.*

Valery, L., Bo, N., George, A. (2017). *Global Burden of Stroke*

Wendy, H. (2021). *Projecting the need for and cost of long-term care for older persons*