

Hội Thảo Chuyên Ngành

"Quý vị cao tuổi người Châu Á thân mến,
hôm nay các vị có khỏe không?"



Gesellschaft

für Psychosoziale Gesundheitsförderung
bei Migrant*innen

Chịu trách nhiệm

Tài liệu hội thảo chuyên ngành

"Quý vị (Châu Á) cao tuổi thân mến, hôm nay quý vị có khỏe không?"

Berlin, Tháng 1, 2018

Phát hành

GePGeMi e.V.

Gesellschaft für Psychosoziale

Gesundheitsförderung bei Migrant/innen

Petersburger Str. 92, 10247 Berlin

+ 49 (0)30 8853 4035

info@gemi-berlin.de

www.gemi-berlin.de

Biên tập và giàn dựng

Askold Hitzler

Jieun Park

Người dịch:

Lien Huong Nguyen

Chúng tôi xin cảm ơn cho việc tổ chức và in ấn của:

Gefördert im Rahmen des
Kooperationsprojektes



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-,
Migrations- und Integrationsfonds kofinanziert.



Bezirksamt
Charlottenburg-Wilmersdorf

Nội dung

Lời nói đầu	1
Lời chào mừng của người bảo hộ chương trình Leon Friedel	3
Kết quả tạm thời của chương trình khảo sát thăm dò ý kiến của chất lượng cuộc sống liên quan đến vấn đề sức khỏe và tình trạng trung của những người lớn tuổi Châu Á tại Berlin Dr. Min-Sung Kim	4
Chủ động cho tuổi già: DeJaK-Tomonokai e.V. Nozomi Spennemann	8
Báo cáo kinh nghiệm của trung tâm điều dưỡng và chăm sóc về việc tư vấn cho những người Việt có nhu cầu được chăm sóc. Andrea Müller	10
<i>Kết quả của những vòng thảo luận</i>	
Tham gia xã hội: Làm thế nào để việc tham gia xã hội của quý vị được hỗ trợ? Dr. Min-Sung Kim	12
Từ việc giúp đỡ hàng xóm đến công tác thiện nguyện: Làm thế nào để việc giúp đỡ cá nhân có thể trở nên chuyên nghiệp hơn trong cộng đồng? Nozomi Spennemann	13
Chăm sóc phù hợp với từng văn hóa: Quý vị hiểu là thế nào? Christof Rambke	15
Dữ liệu và số liệu	17
Chương trình của buổi hội thảo	19

Lời nói đầu

Trong thời đại đang thay đổi về dân số và xã hội thì thành phần người người cao tuổi nhập cư ngày càng nhiều. Về việc này và những khó khăn đi kèm theo nó thì những người cao tuổi Châu Á cũng có phần bị ảnh hưởng không có ngoại lệ. Họ là những người đến Đức từ những nước Châu Á trong diện lao động hợp tác, là tị nạn hoặc vì những lý do cá nhân khác trong những năm vừa rồi và sẽ tiếp tục cuộc sống của họ cho đến lúc già trên mảnh đất này. Người ta thường hay thích nói về việc hòa nhập tốt của họ, nhưng ít có người quan tâm đến những khó khăn hay nhu cầu gì họ đang có.

Họ trải nghiệm quá trình nhập cư như thế nào trong lúc tuổi già? Họ cảm thấy như thế nào trong giai đoạn già cả của cuộc sống tại nước Đức? Họ liệu có còn những khái niệm hoặc suy nghĩ truyền thống có thể ảnh hưởng đến những nhu cầu theo tuổi tác trong khi họ đã sống mấy chục năm tại Đức hay không? Mối quan hệ của họ đối với những người con đã lớn lên, trưởng thành và dường như đã hòa nhập rất tốt tại Đức thì như thế nào? Phải chú ý đến những gì để cho họ có thể hoà nhập một cách tích cực nhất vào đời sống xã hội và sinh hoạt một cách mạnh khỏe nhất?

Những câu hỏi này là nền tảng cho những hoạt động này của chúng ta và để trả lời những câu hỏi này thì hội tài trợ sức khỏe tâm lý xã hội cho người nước ngoài, Gesellschaft für psychosoziale Gesundheitsförderung, viết tắt là GePGeMi e.V., đã tự làm một cuộc tham khảo ý kiến đầu tiên. Chúng tôi rất vui mừng vì đã nhận được những kết quả phân tích tạm thời để giới thiệu cho hội thảo với chủ đề "Quý vị cao tuổi Châu Á thân mến, quý vị hôm nay có khỏe không?" này.

Hội thảo chuyên ngành này được chia làm hai phần. Trong phần thứ nhất, bên cạnh việc giới thiệu những kết quả tạm thời của việc tham khảo ý kiến bởi Tiến Sĩ Min-Sung Kim, còn có sự giới thiệu của hai bộ phận trong công tác chung với người cao tuổi Châu Á. Đó chính là phần phát biểu của Nozomi Spennemann cho hội Đức Nhật với việc chăm sóc điều dưỡng phù hợp với văn hóa riêng và của Andrea Müller với những kinh nghiệm làm việc với nhóm người Việt từ trung tâm Chăm Sóc Sức khỏe Lichtenberg.

Phần thứ hai của hội thảo bắt đầu với màn biểu diễn "Thời gian của nỗi nhớ" của nhóm kịch "Giày Đỏ" diễn tả về những trải nghiệm và công việc của những nữ y tá Hàn Quốc tại Đức. Trong đó họ cũng truyền tải những suy nghĩ về giai đoạn cuộc sống này của họ với những nhu cầu chăm sóc mà họ có thể cần đến. Phần hai của ngày hội thảo còn bao gồm 3 cuộc đàm thoại, trong đó những chuyên gia và nhà hoạt động tích cực trong lĩnh vực chăm sóc người già sẽ cùng tham gia tranh luận với những người Châu Á lớn tuổi về những khả năng và những khó khăn trong một cuộc sống nhập cư được tạo điều kiện về mặt sức khỏe cũng như hòa nhập vào xã hội lúc tuổi già với câu hỏi trọng điểm sau:

- Việc tham gia hoà nhập vào xã hội của người cao tuổi Châu Á có thể được hỗ trợ như thế nào?
- Những trợ giúp cá nhân trong cộng đồng có thể trở thành chuyên nghiệp như thế nào?
- Những vị lớn tuổi người Châu Á hiểu việc chăm sóc phù hợp theo từng nền văn hóa như thế nào?

Hội thảo chuyên ngành này hướng đến những đơn vị nghiên cứu và cả trực tiếp chăm sóc cũng như chính những vị lớn tuổi người Châu Á và tất cả những ai quan tâm đến đề tài này.

Chúng tôi đặc biệt cảm thấy may mắn về thành phần những người tham gia thăm dò ý kiến vì như thế không chỉ có những chuyên gia tranh luận với nhau về một nhóm người nhập cư mà với cả chính họ cho nên những đánh giá và lời khuyên được đưa đến ngay từ những người trực tiếp liên quan đến vấn đề này nhất.

Điều đặc biệt thứ hai là tất cả những đối tác đều tham gia tích cực trong việc tổ chức ngày hội thảo này, trong đó có: Danke Deutschland e.V., DeJak Tomonokai e.V., hội phụ nữ và hội người Việt tại Berlin và Brandenburg. Không có sự giúp đỡ của họ trong việc tổ chức và thực hiện tham gia của những người giúp đỡ tình nguyện của họ thì hội GePGeMi e.V. không thể thực hiện được việc thăm dò ý kiến bằng những bảng câu hỏi được dịch ra các thứ tiếng khác nhau cũng như tổ chức được buổi hội thảo chuyên ngành này.

Thêm vào đấy là sự tham gia quý giá của nhóm kịch "Giày Đỏ" cùng những cựu nữ y tá Hàn Quốc. Điều mà tất cả những người có mặt tại hội thảo đều rất ấn tượng là những người Châu Á từ những đất nước khác nhau đều tham gia cùng tranh luận chung cũng như tình nguyện giúp đỡ trong cuộc hội thảo này. Chúng ta đều có thể nhìn ra một điều là tất cả những nhóm người nhập cư Châu Á khác nhau đều cùng có thể góp sức tiến đến chung một mục tiêu.

Chúng tôi xin cảm ơn cho việc thực hiện tham khảo ý kiến và tổ chức hội thảo cũng như in ấn tài liệu này dưới sự trợ giúp của House of Resources, IKMO, trường đại học Alice Salomon và tổ chức quỹ Hàn Kiều. Cuối cùng chúng tôi xin cảm ơn người bảo hộ chương trình, ông Leon Friedel, Ủy viên hội nhập của quận Charlottenburg-Wilmersdorf Berlin đã hợp tác rất nhiệt tình và cho mượn hội trường BVV dành cho cuộc hội thảo này.

Berlin, Tháng 1, 2018

Ji-Eun Park (Ban điều hành dự án GePGeMi e.V.)

Askold Hitzler (ban điều hành GePGeMi e.V.)

Min-Sung Kim (hội trưởng hội GePGeMi e.V.)

Lời chào mừng của người bảo hộ chương trình



Kính thưa quý bà và quý ông,

tôi rất vui được đón tiếp quý vị tại quận Charlottenburg-Wilmersdorf xinh đẹp của chúng tôi ngày hôm nay- trong hội trường này, ngài đang ngồi ngay tại tâm phòng của công việc chính trị tại quận chúng tôi: tại đây diễn ra họp đại biểu quận thường kỳ và là nơi những quyết định quan trọng nhất cũng như những đường lối cho cuộc sống cộng đồng trong quận được hình thành.

Charlottenburg-Wilmersdorf là một quận rất đa dạng ở phía tây Berlin. Trong tổng cộng 338.000 người dân hiện đang sinh sống trong quận, có đến 40% trong số họ có

nguồn gốc nhập cư và 24% không có quốc tịch Đức. Tại đây sinh sống những người với lý lịch và gốc gác gia đình, dự định cách sống, nhận định giới tính và phương hướng chính trị khác nhau. Và chúng tôi là một quận cao tuổi, độ tuổi trung bình là 45,5 và như thế là ba năm nằm trên mức trung bình của tiểu bang. Sau Steglitz-Zehlendorf là quận Charlottenburg xếp thứ hai trong những quận có tuổi dân số trung bình cao nhất trong Berlin.

Từ khi tôi làm Ủy viên nhập cư tại quận này, tôi luôn được báo cáo rằng chủ đề "Già đi" quan trọng, nhất là cho những người trong cộng đồng nhập cư như thế nào. Những người với phần nào những số mạng khó khăn trong quá trình nhập cư mà hầu như bây giờ ít còn được nhắc đến. Những người đã làm việc hàng năm, hàng chục năm trời và nay lại nhận ra rằng những nhu cầu của họ trong hệ thống phụ dưỡng tuổi già tại nước Đức này không hề được biết đến. Và họ cũng có thể trải nghiệm một điều rằng, giá trị gia đình, một trụ cột văn hóa trong việc phụ dưỡng tuổi già đang thay đổi nhanh chóng trong xã hội của chúng ta. Tôi nghĩ là, việc tham gia của những tổ chức đa dạng như Danke Deutschland và Hội người Việt tại Berlin và Brandenburg trong buổi hội thảo này là một dấu hiệu rõ ràng cho sự cần thiết và quan trọng của chủ đề này.

Buổi thảo luận bắt đầu với câu hỏi: "Hôm nay ngài có khỏe không?". Và đây cũng là một câu hỏi quan trọng. Vì trước khi chúng ta cùng bắt tay vào tìm hiểu đề tài "Già đi" thì chúng ta phải trước hết biết về thực trạng của những người nhập cư cao tuổi đang như thế nào. Nhóm người châu Á cao tuổi hầu như chưa được nhắc đến cho đến bây giờ, cho nên tôi càng vui mừng hơn khi hội GePGemi đã tự làm một cuộc tham khảo ý kiến họ về chất lượng cuộc sống liên quan đến vấn đề sức khỏe và phản ánh chung về độ tuổi này của họ.

Ngài hãy để tôi thêm một điểm cuối cùng nữa trước khi tôi nhường lại sân khấu cho ông Tiến sỹ Kim. Những người cao tuổi nên trở thành một nguồn tài nguyên trong xã hội chúng ta chứ không phải gánh nặng. Chính những người với lý lịch nhập cư là những người có nguồn kiến thức mà chúng ta đang cần hiện tại, để hiểu thế nào là hòa nhập được vào một xã hội hoàn toàn xa lạ? Làm thế nào để tạo cảm giác như ở tại quê hương? Những cản trở nào trước kia và bây giờ họ gặp phải trong việc tham gia và hòa nhập?... Không phải lúc nào chúng ta cũng cần sáng tạo ra những cái mới mẻ khi mà chỉ cần nghe cho rõ những người lớn tuổi nói gì với chúng ta về chủ đề này.

Cùng với điều này thì tôi cũng xin kết thúc tại đây và chúc quý vị gặt hái được nhiều thành công và thêm nhiều nhận thức mới mẻ ngày hôm nay!

Leon Friedel, Ủy viên hội nhập của quận Charlottenburg-Wilmersdorf Berlin



Kết quả tạm thời của chương trình khảo sát thăm dò ý kiến của chất lượng cuộc sống liên quan đến vấn đề sức khỏe và tình trạng trung của những người lớn tuổi Châu Á tại Berlin

Dr. Min-Sung Kim

Tôi rất vui mừng khi được giới thiệu tới quý vị những kết quả tạm thời của chương trình khảo sát thăm dò ý kiến đầu tiên về chất lượng cuộc sống liên quan đến vấn đề sức khỏe và tình trạng trung của những người lớn tuổi Châu Á tại Berlin. Cuộc tham khảo ý kiến đầu tiên này bắt đầu từ năm 2016. Tham gia vào việc tham khảo ý kiến này gồm có người Việt Nam, người Nhật và người Hàn Quốc ở độ tuổi từ 55 trở lên. Phần lớn những người được hỏi đều đến từ Berlin và Brandenburg, thông tin của những người từ những bang khác sẽ không được sử dụng cho buổi giới thiệu này.

Cuộc tham khảo được thực hiện với một bộ câu hỏi được dịch từ tiếng Đức sang tiếng Nhật, tiếng Hàn và tiếng Việt. Bộ câu hỏi bao gồm 61 câu hỏi được chia thành 7 phần, thông tin cá nhân, chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe, hình thức và tình trạng sinh sống, mối quan hệ xã hội và gia đình, những tham gia trong việc nhà và xã hội, tình trạng kinh tế và phản ánh chung về văn hóa của lứa tuổi trong 11 trang. Như các ngài thấy là bảng câu hỏi này rất dài nên hôm nay tôi không thể giới thiệu hết được tất cả kết quả đến với quý vị được. Tôi mong quý vị thông cảm.

Bây giờ sẽ là phần giới thiệu một số kết quả, đặc biệt là trong ba phần thống kê thông tin nhân khẩu, chất lượng sống liên quan đến sức khỏe và phản ánh chung về tuổi tác.

Để không vượt quá khuôn khổ cho phép, chúng tôi chỉ xin giới thiệu những thông tin sau đây: tổng cộng có 264 người cao tuổi Châu Á nhập cư tham gia vào cuộc tham khảo này, trong đó 55% người tham gia là người Hàn Quốc ($n=147$), 30% là người Việt ($n=79$) và 15% người Nhật Bản ($n=39$). Thời gian cư trú trung bình tại Đức đến nay là 39,6 năm ($s=10,3$), trong đấy những người Hàn

Quốc là đã ở đây lâu nhất (45,7 năm, $s=5,3$) và người Việt là có thời gian trung bình tạm trú ngắn nhất (29,5 năm, $s=8,1$) (Với người Nhật thì con số này là 36,4 năm, $s=11,0$). Thêm vào đó chúng tôi tìm ra rằng có nhiều người nữ giới tham gia (66%) hơn là nam giới (26%) vào cuộc tham khảo ý kiến này. (khoảng 8% không điền thông tin về giới tính).

49,6% người được hỏi thuộc vào độ tuổi từ 65-69 và 70-74 tuổi ($m/md=65-69$). Người tham gia từ Việt Nam trẻ hơn ($m/md=60-64$) so với những nhóm kia (người Nhật là $m/md=70-74$; người Hàn Quốc $m=65-69$, $md=70-74$).

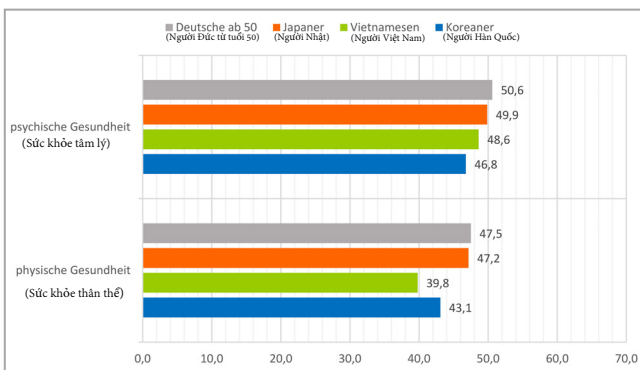
Ngoài ra thì 60% những người được hỏi đã cho biết là họ đã tốt nghiệp ngang với bằng Abitur hoặc đã có bằng cử nhân đại học Bachelor. Đây là một trình độ học vấn cao hơn rõ rệt hẳn so với những nhóm người nhập cư khác cùng độ tuổi tại Đức. Nếu so sánh trình độ học vấn giữa những người tham gia thì không có nhiều chênh lệch lắm.

Trên 60% những người tham gia cho biết rằng họ từng là người lao động xuất khẩu tại Đức. Lao động xuất khẩu là lý do nhập cư được thấy nhiều nhất ở người Hàn Quốc và người Việt Nam (93% và 36%). Lý do nhập cư nhiều nhất ở nhóm người Nhật là du học (34,2%).

Trước khi xem xét những kết quả về chất lượng sống liên quan đến vấn đề sức khỏe, chúng ta cần phải xem qua về hình thức đo đạt thông số để hiểu kết quả rõ hơn. Về chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe chúng ta có thể hiểu là tình trạng nhận thức cá nhân của mỗi người về sức khỏe liên quan đến thân thể, tinh thần và những diện mạo xã hội (Bullinger, 2000). Để thu thập thông tin về chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe, một bảng câu hỏi (SF-12) đã được sử dụng, bảng này đã được thiết kế tại Mỹ và đã được áp dụng trong nhiều cuộc tham khảo ý kiến quốc tế (Kim, Lee, Yoon & Kwon, 2015;

König et al.,2010; Nguyen & Kruse, 2012 Nübling, Andersen & Mühlbacher, 2006; Parikh, Fahs, Shelley & Yerneni, 2009; Ware, Konsinski & Keller, 1995, Yamazaki, Fukuhara & Green, 2005). Để tính toán kết quả thì chỉ được sử dụng hai tổng số: một là tổng số về sức khỏe mặt thân thể và tổng số kia về mặt tinh thần. Kết quả tổng số sẽ nằm đâu đó giữa 0 và 100, trong đó thì tổng số càng cao thì càng biểu hiện chất lượng cao của cuộc sống liên quan đến sức khỏe về mặt thể trạng và tinh thần (Ware et al., 1995).

Tổng số kết quả liên quan đến sức khỏe tâm lý ở tất cả những người cao tuổi Châu Á nhập cư được hỏi là 47,8 và về sức khỏe thân thể là 42,9. Như trong đồ thị có thể nhận ra là hai tình trạng này ở người Nhật Bản cao hơn so với hai nhóm còn lại. Tình trạng sức khỏe thân thể đặc biệt thấp hơn rõ ràng so với nhóm người Hàn (t(166)=2,02, p<.05) và Nhật (t(82)=3,16, p<.01). Điều này càng đáng nói hơn khi mà người ta chú ý một điều là độ tuổi trung bình của người Việt Nam tham gia khảo sát ít hơn hẳn so với hai nhóm kia.



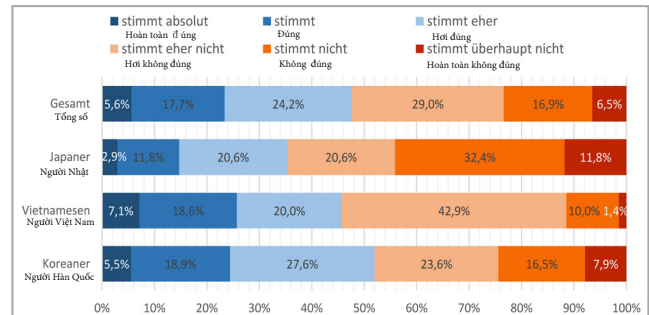
Hình 1. So sánh giữa những người cao tuổi Châu Á nhập cư từ 55 tuổi và cư dân Đức từ 50 tuổi (Chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe)

Chúng ta so sánh con số này với con số của cư dân Đức từ một cuộc tham khảo ý kiến khác (Ellert, Lampert & Ravens-Sieberger, 2005), để tìm ra một định hướng. Thực trạng hai vấn đề về chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe này ở những di dân cao tuổi người Châu Á có xấu hơn so với người dân Đức. Nếu chỉ so sánh những người từ 60 tuổi trở lên thì người ta cũng có một kết quả tương tự.

Tiếp theo đây chúng ta sẽ xem xét một số kết quả chọn lọc về phản ánh chung về tuổi tác mà cũng có liên quan đến chất lượng cuộc sống về mặt sức khỏe.

Để tìm hiểu được những nhận định do việc nhập cư về một vài trọng điểm khác nhau và tưởng tượng về tuổi tác của người nhập cư cao tuổi Châu Á thì bảng câu hỏi có bao gồm một loạt những quan điểm, ví dụ như là "Tôi nhớ quê hương tôi ngày càng nhiều" để họ có thể đồng tình hoặc

phủ nhận. Khả năng lựa chọn đi từ "Hoàn toàn đúng" đến "Hoàn toàn không đúng". Nói chung thì những câu trả lời trong khoảng màu xanh đại diện cho ít nhiều sự đồng ý và khoảng màu đỏ có xu hướng phủ nhận những quan điểm nêu ra. Tổng cộng có 14 quan điểm, nhưng tôi sẽ chỉ giới thiệu ra 4 trong số đó cho quý vị.

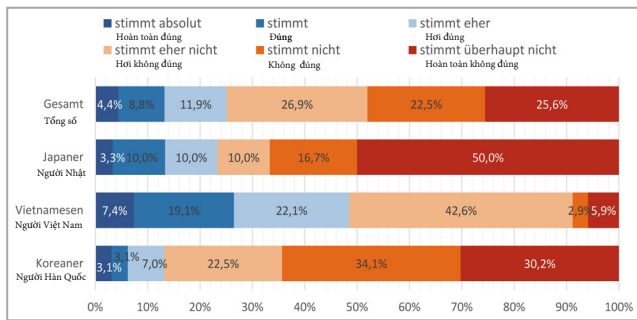


Hình 2. Tôi nhớ quê hương tôi ngày càng nhiều

Trong đồ thị có thể nhận ra rằng những người được hỏi từ Hàn Quốc nhớ quê hương họ nhiều hơn những nhóm khác, trong khi đó những người từ Nhật có xu hướng ít nhớ quê hương hơn. (Hình 2).

Nếu như chúng ta xem xét kết quả này cùng với chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe (Hình 1) thì chúng ta thấy là những ý kiến khác nhau ở câu này có liên quan đến vấn đề sức khỏe về mặt tâm lý. Mặt sức khỏe tâm lý của những người có xu hướng nhớ quê hương nhiều thì thấp hơn so với những người ít nhớ quê hương hơn ($r=.17$, $p<.05$).

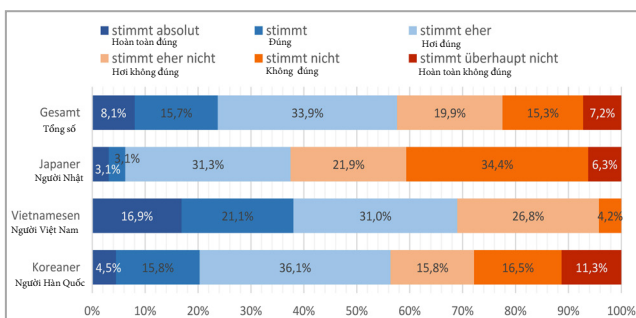
Câu tiếp theo là: "Tôi thấy đúng khi mà một người con trai chăm lo cho bố mẹ đã già cả" (Hình 3). Đây là một câu nói có mang truyền thống khá phổ biến trong những nước Châu Á có ảnh hưởng của đạo Khổng Tử. Nhiều hơn 70% của tổng số những người được hỏi trả lời rằng họ không cùng quan điểm của định hướng này. Nếu xem kỹ kết quả theo nguồn gốc thì chúng ta nhận thấy là người Việt Nam đồng tình với câu này nhiều hơn là nhóm người Hàn Quốc và Nhật Bản. Cái này có thể được cho là sự chờ đợi mong muốn của họ đối với con cháu mình, điều mà được củng cố rõ ràng hơn nữa qua một câu khác trong bảng câu hỏi khi nhóm người Việt muốn "ở chung với con cháu" nhiều hơn hai nhóm kia khi mà họ không thể sống một mình được nữa. Ngoài ra có một điều nổi bật là nhóm người Hàn Quốc tuy họ nhớ quê hương họ (Hình 2), tức là họ có đặt giá trị vào truyền thống, vậy mà họ lại ít đồng tình nhất với quan điểm này. Tiếp theo khi so sánh vấn đề này với chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe thì sức khỏe mặt thân thể của những người mà đồng tình với quan điểm này thấp hơn so với những



Hình 3. Tôi thấy đúng khi mà một người con trai chăm lo cho bố mẹ già cả.

người mà không đồng tình lắm với quan điểm này ($r=.16, p<.05$)

Tiếp đó thì có hơn 50% tổng số những người được hỏi có xu hướng đồng tình với quan điểm "cuộc sống lúc tuổi già thì cô đơn" (Hình 4). Gần 70% số người Việt Nam và 56% người Hàn Quốc đồng tình với câu nói này trong khi chỉ có 37% người Nhật được hỏi có thể thống nhất với quan điểm này.

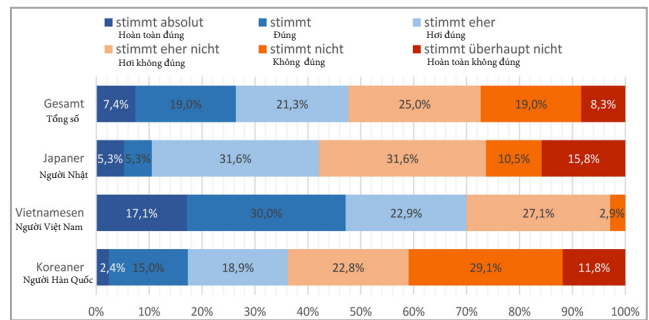


Hình 4. Cuộc sống lúc già thì cô đơn

Để so sánh thì trong cuộc thăm dò của Generali năm 2013 những người Đức từ 65 tuổi trở lên đã được hỏi họ hay cảm thấy cô đơn như thế nào. Trong đó khoảng 70% số người được hỏi cho biết là họ hầu như rất ít hoặc không bao giờ thấy cô đơn cả (Institut für Demoskopie Allensbach & Bundeszentrale für Politische Bildung, 2013).

Khi so sánh với chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe thì chúng ta thấy là, về hai vấn đề liên quan đến chất lượng cuộc sống thì chỉ số chất lượng của những người có vẻ đồng ý với quan điểm này thì thấp hơn so với những người không đồng tình lắm với quan điểm này ($psy.r=.16, p<.05$; $phy.r=.19, p<.05$)

Quan điểm cuối cùng được giới thiệu ở đây là "Những người cao tuổi nhập cư tại Đức bị thiệt thòi" (Hình 5). Khi quan sát câu trả lời của những người được hỏi thì chúng ta thấy khá đồng đều. Nếu nhìn theo nguồn gốc người được hỏi thì 70% người Việt đồng ý với quan điểm này



Hình 5. Người già nhập cư tại Đức bị thiệt thòi.

trong khi đó 64% người Hàn Quốc và 58% người Nhật ngược lại không đồng ý kiến với quan điểm này. Nếu chúng ta xem xét kết quả này cộng với sự liên quan đến chất lượng cuộc sống thì chúng ta sẽ thấy rõ ràng là chỉ số chất lượng của những người đồng tình với quan điểm này thấp hơn so với chỉ số chất lượng cuộc sống của những người không đồng tình lắm với quan điểm này ($psy.r=.22, p<.01$; $py.r=.21$)

Những kết quả được giới thiệu tại đây là những kết quả tạm thời đầu tiên. Sẽ rất chủ quan nếu như chúng ta rút ra những kết luận vội vàng từ đó. Chúng tôi sẽ từ từ từng bước thông báo những kết quả chi tiết hơn của cuộc tham khảo này. Những thông tin liên quan khác quý vị có thể tìm thấy trên trang điện tử của GePGeMi (www.gemi-berlin.de).

Cuối cùng tôi muốn một lần nữa cảm ơn những đơn vị đối tác. Không có sự giúp đỡ của họ trong việc chuyển dịch và thực hiện việc thăm dò ý kiến thì những kết quả chung này đã không thể thực hiện được.

Mục lục

Bullinger, M. (2000). Erfassung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität mit dem SF-36-Health Survey. *Bundesgesundheitsbl - Gesundheitsforsch - Gesundheitsschutz*, 43, 190–197.

Ellert, U., Lampert, T. & Ravens-Sieberger, U. (2005). Messung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität mit dem SF-8. Eine Normstichprobe für Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 48 (12), 1330–1337.

Institut für Demoskopie Allensbach; Bundeszentrale für Politische Bildung. (2013). *Generali-Altersstudie. Wie ältere Menschen in Deutschland denken und leben*. Berlin: Springer; Fischer-Taschenbuch-Verl.

Kim, K.-H., Lee, S.-K., Yoon, H.-J. & Kwon, G.-H. (2015). The effects of Social Capital of old-old elderly of more than 70-year-old on their health-related quality of life. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16 (6), 3889–3901.

König, H.-H., Heider, D., Lehnert, T., Riedel-Heller, S. G., Angermeyer, M. C., Matschinger, H. et al. (2010). Health status of the advanced elderly in six European countries. Results from a representative survey using EQ-5D and SF-12. *Health and quality of life outcomes*, 8, 143.

Nguyen, M. H. & Kruse, A. (2012). The effects of Tai Chi training on physical fitness, perceived health, and blood pressure in elderly Vietnamese. *Open access journal of sports medicine*, 3, 7–16.

Nübling, M., Andersen, H. H. & Mühlbacher, A. (2006). *Entwicklung eines Verfahrens zur Berechnung der körperlichen und psychischen Summenskalen auf Basis der SOEP-Version des SF 12 (Algorithmus)*. Date Documentation, No. 16.

Parikh, N. S., Fahs, M. C., Shelley, D. & Yerneni, R. (2009). Health behaviors of older Chinese adults living in New York City. *Journal of community health*, 34 (1), 6–15.

Ware, J. E., Kosinski, M. & Keller, S. D. (1995). *SF-12: How to Score the SF-12 Physical and Mental Health Summary Scales* (2. Aufl.). Bosten: New England Medical Center.

Yamazaki, S., Fukuhara, S. & Green, J. (2005). Usefulness of five-item and three-item Mental Health Inventories to screen for depressive symptoms in the general population of Japan. *Health and quality of life outcomes*, 3, 48.



Chủ động cho tuổi già: DeJaK-Tomonokai e.V.

Nozomi Spennemann

Tôi muốn giới thiệu hội Đức - Nhật cho việc chăm sóc điều dưỡng theo đúng văn hóa Dejak-Tomonokai e.V. Bản thân tôi đã tham gia trong công tác nhập cư đã 20 năm nay và hiện giờ tôi chủ yếu làm việc tư vấn, đào tạo và liên kết chuyên môn cho các hiệp hội nhập cư để trợ giúp cho họ về mặt tổ chức. Vì thế nên tôi biết là DeJak là một hội rất đặc biệt, vì họ là một trong những tổ chức nhập cư ít ỏi bên cạnh những người bạn Hàn Quốc của chúng ta từ hội HeRo, chuyên tập trung vào nhu cầu của người nhập cư cao tuổi. Chúng tôi rất tự hào về điều đó và tôi rất vui mừng được giới thiệu với quý vị về công việc của chúng tôi.

Thời điểm bắt đầu

Trước tiên tôi muốn đưa ra một ít thông số về cư dân người Nhật tại nước Đức và Berlin: Theo thông tin của Đại Sứ Quán Nhật thì có khoảng 44.000 người quốc tịch Nhật hiện đang sống trên toàn nước Đức. Tại Berlin thì theo Sở Thống Kê có khoảng 4.600 người gốc Nhật sinh sống, trong số đó bao gồm cả người mang quốc tịch gốc và những người đã vào quốc tịch. Đây là nhóm dân số tương đối trẻ, nhất là vì số lượng nhập cư của tầng lớp trẻ tuổi trong mấy năm gần đây. Vì thế nên số lượng người già trên 65 tuổi chỉ chiếm có 7% (315 người) và trên 75 tuổi có 2% (92 người) trong tổng số người Nhật tại Berlin.

Quận Charlottenburg-Wilmersdorf và Steglitz-Zehlendorf rất luôn được ưa thích trước đây, trong khi hiện tại thì cộng đồng người Nhật tại quận Mitte và Pankow thì đang phát triển rất nhanh. Trong hai quận đầu tiên được nhắc đến có hai phần ba số người Nhật cao tuổi trên 76 tại Berlin.

Tại quận Charlottenburg-Wilmersdorf cũng là quận có nhiều trụ sở hoạt động của người Nhật nhất. Có hai trường học bổ xung của người Nhật với hơn 500 học sinh

từ khắp nơi trong Berlin. Cả các hiệp hội phụ nữ và các nhóm của hội chúng tôi đều có tụ điểm tại quận này.

Người Berlin gốc Nhật chiếm một con số hầu như không đáng kể so sánh với những nhóm người nhập cư khác, họ dường như cũng trở thành "tàng hình" bởi vì họ thường xuyên hội nhập tốt vào cuộc sống tại đây. Nhưng về tuổi già thì chúng tôi cũng nhìn thấy những thực trạng nhu cầu tương tự như các nhóm người nhập cư khác. Trình độ tiếng Đức giảm dần hoặc không đủ để lo cho cuộc sống lúc về già hoặc để tự chủ động tạo dựng sinh hoạt hàng ngày. Muộn nhất là khi những thay đổi do việc đăng trí xuất hiện thì việc kèm cặp trợ giúp bằng tiếng mẹ đẻ là rất cần thiết bởi vì tiếng Đức là được học sau tiếng mẹ đẻ và sẽ có khả năng biến mất. Cho đến bây giờ thì hầu như chưa có những dịch vụ nào bằng tiếng Nhật. Và chúng tôi cũng thấy có rất ít trường hợp là ai đấy quay trở lại quê hương lúc tuổi già. Nhiều hơn đấy là những trường hợp khi mà ông bà hoặc một phần bố mẹ (rất nhiều bà mẹ góa bụa) đã sang đoàn tụ với gia đình người con đã nhập cư tại Đức.

Chúng tôi cũng tự nhìn thấy việc đối mặt với việc già đi của người Nhật trên nước Đức cũng giống với tình trạng của những nhóm người nhập cư từ nước khác. Cùng lúc đấy chúng tôi cũng nhận thức rõ rằng, chúng tôi (ngay cả tại Düsseldorf) sẽ không chờ đợi được dịch vụ đối đãi đặc biệt nào từ chế độ chăm sóc thông thường. Vì thế hội này được thành lập năm 2012 để tự chúng tôi giúp đỡ cho chúng tôi lúc tuổi già và cho tuổi già.

Về chúng tôi

Hội DaJak là một hội còn khá mới và được thành lập năm 2012. Đây là một tổ chức với 160 hội viên trên toàn thể nước Đức. Chúng tôi không có chia vùng mà luôn có mặt ở chỗ nào có nhiều hội viên tích cực tham gia các hoạt động, nhất là khu vực Düsseldorf, Frankfurt, Heidelberg,

München Baden-Baden và Berlin. Chúng tôi tổ chức hoàn toàn dựa vào hình thức giúp đỡ tự nguyện, nhưng mà chúng tôi rất tích cực. Chúng tôi là tổ chức nhập cư đầu tiên tham gia mạng lưới "Diễn đàn cho việc trợ giúp người cao tuổi theo từng văn hóa" và cũng tham gia đóng góp trong nhóm điều hành tổ chức. Công việc chính của chúng tôi gồm có hai phần, một là cung cấp thông tin và tư vấn, hai là công tác thiện nguyện, trong đó tôi muốn đưa ra ba ví dụ sau đây.

Công việc của chúng tôi

Dự án chủ yếu của chúng tôi gọi là "Ninchisho(Demenz)-Supporter-Schulung". Dự án này dựa vào một chương trình từ bên Nhật mà đã được ghép vào một dự án của nhà nước Nhật từ năm 2005 tên là "Caravan Mate". Hội của chúng tôi đã đào tạo vào năm 2013 khoảng 50 huấn luyện viên nói tiếng Nhật và cung cấp dịch vụ này liên tục từ lúc đấy. Đây là một buổi học dài khoảng 90 phút để phổ biến những kiến thức cần thiết cho toàn thể cộng đồng nói chung để hiểu rõ hơn những vấn đề liên quan đến vấn đề đáng trí (không liên quan việc chính họ có bị hay không), trong đó chúng tôi sử dụng tài liệu từ bên Nhật cho nhiều lứa tuổi khác nhau. Từ tháng Chín năm 2015 đến tháng Tám 2017 thì việc đào tạo này được hỗ trợ bởi chương trình "Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz" và trong thời gian này chúng tôi đã kết nối và đào tạo thêm được 300 người đủ mọi lứa tuổi, kể cả học sinh. Tại Nhật Bản thì có tổng cộng đã có 9 triệu người đã tham gia vào chương trình đào tạo này từ năm 2005.

Thêm vào đó chúng tôi thường có những bài phát biểu chuyên môn tại nhiều địa phương. Ở Berlin có bốn sự kiện trong năm chúng tôi tham gia tại một trung tâm điều dưỡng tại quận Charlottenburg hoặc tại sứ quán Nhật Bản. Việc chúng tôi đến trung tâm điều dưỡng là việc cần thiết cho việc hợp tác trong tương lai để cho những người dân của chúng tôi làm quen với những trung tâm này và những người đang sống tại các trung tâm cũng có cơ hội làm quen với chúng tôi. Chúng tôi tổ chức ca nhạc cho tất cả những thành viên và họ rất thích. Những bài phát biểu thường do những cộng tác của chúng tôi nói về nhiều chủ đề khác nhau. Ví dụ như vào tháng 12 năm 2017 này dự định sẽ có một bài phát biểu của bác sỹ người Nhật từ Düsseldorf về những biện pháp kéo dài sức cho bệnh nhân. Chủ đề này được dịch từ nền tảng nguyên bản cho việc xử lý bệnh nhân sang tiếng Nhật. Việc phiên dịch chỉ là một mặt, mặt khác chúng tôi thấy rằng rất cần nhiều lời giải thích để giúp họ hiểu rõ ví dụ

như thế nào là thở hoặc cung cấp thực phẩm nhân tạo cho bệnh nhân.

Bên cạnh việc tìm kiếm và cung cấp thông tin bằng tiếng Nhật cho họ chúng tôi hiện tại đang củng cố thêm tổ chức thiện nguyện chỗ này và chỗ kia. Ở bang NRW chúng tôi đã nhận được giấy phép cho cung cấp dịch vụ và hỗ trợ trong đời sống hàng ngày theo điều §45a SGBXI và đã đào tạo được trong tháng 11 khoảng 30 người tham gia thiện nguyện bằng tiếng Nhật qua việc hỗ trợ của KDA.

Ở Berlin chúng tôi lại đi một con đường khác, tại đây chúng tôi cộng tác chung với những trụ sở liên kết Pflege-Engagement. Ba thành viên của hội và một bà người Nhật nữa đã đăng ký tại đây và tham gia khoá học căn bản cho người thiện nguyện. Việc hợp tác này là một cơ hội bổ xung chuyên môn cho công việc của chúng tôi, việc mà nếu chỉ riêng với tổ chức của chúng tôi thì sẽ không thực hiện được.

Chúng tôi đang đi trên một con đường rất tốt cho việc chủ động tham gia trợ giúp cho việc già đi của cư dân người Nhật trên nước Đức. Việc này chắc chắn có liên quan đến việc chủ đề già đi của cộng đồng xã hội Nhật Bản luôn luôn được nhắc tới từ những năm 1970 và chúng ta rất nhạy cảm trong những vấn đề như là lão hóa, điều dưỡng hay là đáng trí. Mặc dù vậy thì chúng tôi cũng đã không thể làm được tất cả một mình. Lúc nào cũng là những đơn vị cơ quan tổ chức xung quanh chúng tôi và trợ giúp chúng tôi. Vì vậy tôi cũng muốn động viên tất những hiệp hội cơ quan nhập cư có mặt tại đây là hãy mở rộng chính mình và tìm những đối tác, vì một mình tổ chức thiện nguyện nhỏ của chúng ta với một số lượng hạn chế về nhân lực và năng lực sẽ không đi được xa. Những tổ chức cơ quan hỗ trợ điều dưỡng có mặt tại đây hãy cùng sẵn sàng bắt tay với những hội và tổ chức nhập cư để phát triển việc mở rộng đa văn hóa, để những việc hợp tác ngang tầm nhìn không chỉ dừng lại ở việc cùng nhảy và thưởng thức món ăn của những nền văn hóa lạ. Tôi tin chắc là việc hợp tác đối với cả hai bên sẽ đều mang đến nhiều lợi ích.



Báo cáo kinh nghiệm của trung tâm điều dưỡng và chăm sóc về việc tư vấn cho những người Việt có nhu cầu được chăm sóc.

Andrea Müller

2016 và 2017 có khoảng 20 buổi tư vấn cho người Việt có nhu cầu cần chăm sóc trên tổng số khoảng 1400 buổi tư vấn trong năm 2016

- Những buổi tư vấn bao giờ cũng được hỗ trợ bởi một người phiên dịch viên người Việt
- Tư vấn bằng tiếng Việt được thực hiện tại 2 trung tâm:
 - ⇒ Pflegestützpunkt Marzahn- Hellersdorf
Marzahner Promenade 49; 12679 Berlin
(030)51 43 093
 - ⇒ Pflegestützpunkt Lichtenberg
Einbecker Straße 85, 10315 Berlin
(030/ 98 31 76 30)
- Việc tư vấn được tạo lập qua sự giới thiệu của hiệp hội công tác liên văn hóa Berlin-Brandenburg (VIA Regional) e.V. (trong khuôn khổ hợp tác chung của nhóm cộng tác về sức khỏe tinh thần của kiều dân người Việt, hội Trống Cơm, ngoài ra chúng tôi có liên lạc thường xuyên với hội người Việt ở Berlin Brandenburg)
- Phiên dịch viên có mặt mỗi tháng một lần vào ngày thứ ba trong vòng hai tiếng đồng hồ trong các trung tâm chăm sóc trên.

Nội dung:

Các đề tài và lý do cho những buổi tư vấn nói chung khá giống nhau. Ở những người Việt định cư luôn là trường hợp cần chăm sóc khẩn cấp vì hầu như không hề có sự chuẩn bị trước.

Trên thực tế thì sự tiếp cận với cộng đồng người Việt gặp rất nhiều khó khăn; người phụ trách của trung tâm chăm sóc Pflegestützpunkt ở phố Einbeckerstraße, bà Vahren-

horst, đã là thành viên từ 2 năm nay trong nhóm cộng tác về „Sức khỏe tinh thần“ và „Nhập cư và tuổi già“ tại Lichtenberg và cho đến tận bây giờ vẫn chưa thể thiết lập được mối liên hệ thực sự.

Ví dụ:

Một phụ nữ tầm 60 tuổi mắc bệnh ung thư xin tư vấn khi mà những khối u đã lan tỏa khắp cả người bà. Việc chăm sóc bà hoàn toàn là do phía gia đình và hội thiện nguyện đảm nhiệm. Bà không có cấp bậc điều dưỡng (Pflegegrad), không có trợ cấp tài chính, cũng như không có sự hỗ trợ cần thiết và giảm bớt gánh nặng cho người nhà hiện đang chăm sóc bà. Ngoài ra bà cũng không có những trang thiết bị cần thiết trợ giúp cho việc chăm sóc (Pflegehilfsmittel) cũng như không có những đặc quyền ưu tiên qua thẻ dành cho người thương tật. Bà đã mất một tuần ngay sau buổi tư vấn tại nhà của trung tâm chăm sóc sức khỏe nên đã không kịp đặt bất cứ một đơn từ nào cho những hỗ trợ cần thiết đó cho bà.

Một bé gái 6 tuổi nằm liệt giường với đa khuyết tật nặng do thiếu ôxy lúc sinh ra. Với sự giúp đỡ can thiệp của bệnh viện, bé gái này khi xuất viện ngay sau khi sinh đã nhận được cấp bậc chăm sóc điều dưỡng cụ thể và một thẻ khuyết tật nặng. Việc chăm sóc em tại nhà được bảo đảm hoàn toàn. Do trách nhiệm và quyền đi học của trẻ em nên phải tìm cho em một chỗ học, một dịch vụ xe đưa đón và chuyên viên chăm sóc đi kèm. Công việc trao đổi liên lạc liên quan đến những vấn đề này đã diễn ra trước đây giữa sở giáo dục và cơ quan bảo hiểm chăm sóc. Câu hỏi được đặt ra là tình trạng sức khỏe của em có đủ đảm bảo cho việc đi học của em hay không? Sau buổi tư vấn thành công thì gia đình em không thấy quay lại tư vấn nữa nên không thể biết được kết quả sau đây thế nào với em và gia đình.

Điều kiện cần thiết cho việc nhận trợ cấp giúp đỡ từ bảo hiểm chăm sóc:

- Phải đặt đơn xin
- Phải có ít nhất hai năm là thành viên trong một hãng bảo hiểm bắt buộc (kể cả bảo hiểm gia đình)
- Là người có sự hạn chế nhất định trên cơ thể, nhận thức hay tâm lý hoặc do vấn đề sức khỏe mà không tự lo cho chính bản thân mình được theo §14SGB XI
- Thời hạn trợ cấp là 6 tháng

Hình thức trợ cấp:

Nhiều mức độ trợ cấp khác nhau tùy thuộc vào mức cấp bậc chăm sóc (từ bậc 1 đến bậc 5):

- Từ bậc 1: Trợ cấp để thay đổi không gian nhà ở có thể phù hợp với tình hình khuyết tật (Wohnraumanpassung), thêm tiền phụ phí nếu được điều trị tại bệnh viện, tiền chi phí phụ cho việc chăm sóc tại nhà (Entlastungsbetrag) hoặc ở theo nhóm, tiền trang thiết bị chăm sóc sức khỏe (Pflegehilfsmittel), tư vấn chăm sóc, tư vấn tại gia, lớp học điều dưỡng
- Từ cấp bậc 2: Hỗ trợ tiền và đồ dùng, chế độ chăm sóc ngắn hạn (Kurzzeitpflege) hoặc chăm sóc thay thế khi người chăm sóc chính tạm dừng chăm sóc (Verhinderungspflege), chăm sóc ban ngày (Tagespflege)

Những dịch vụ từ trung tâm chăm sóc điều dưỡng (Pflegestützpunkt):

- Nhiều hình thức dịch vụ giúp đỡ trong việc chăm sóc tại nhà
- Giúp đỡ đặt đơn từ xin trợ cấp
- Dịch vụ thay đổi không gian nhà cửa cho phù hợp với người già cả hoặc khuyết tật
- Tư vấn về các hình thức ở khác nhau
- Dịch vụ cho người bệnh đang trị và thân nhân
- Phù hợp với thương tật nặng
- Tư vấn về các vấn đề giấy tờ ủy quyền, chăm lo, quyền quyết định thay cho bệnh nhân
- Tư vấn và giúp đỡ trong mọi câu hỏi liên quan đến việc chăm sóc và giúp đỡ người cao tuổi
- hoặc liên lạc những cơ quan chức trách cần thiết

Khóa học điều dưỡng

„Dịch vụ này là dành cho những thân nhân đang chăm sóc người nhà cao tuổi hoặc có khuyết tật. Mục đích của khóa học là giúp đỡ và nâng cao năng lực và kiến thức về điều dưỡng cho những người đang tự chăm sóc người nhà mình sao cho phù hợp đúng với nhu cầu người cần được chăm sóc. Những khóa học này đưa đến cho họ ngoài kiến thức chuyên môn về điều dưỡng, còn có thêm nhiều gợi ý cho họ tham khảo về nhiều vấn đề như sự an toàn và thoải mái trong tiếp xúc hàng ngày. Họ nhận được những tư vấn cụ thể trong công việc chăm sóc hàng ngày trong gia đình họ. Học viên sẽ được hướng dẫn theo từng hoàn cảnh gia đình cá nhân riêng biệt. Với việc thực hành tại giường bệnh, các học viên có thể học cách di chuyển cử động người bệnh một cách chuyên môn nhất mà không mất nhiều sức.“(Vgl. <https://www.keh-berlin.de/de/pflege-in-familien-foerdern-pfiff>)

Lớp học này có mỗi tháng một lần vào thứ bảy tại bệnh viện Königin-Elisabeth-Herzberge Krankenhaus với sự giảng dạy của những chuyên viên điều dưỡng ở đó. Lớp học bằng tiếng Việt sẽ có lại từ tháng ba 2018.

Hòa nhập xã hội:

Làm thế nào để việc hoà nhập xã hội của quý vị được hỗ trợ?

Dr. Min-Sung Kim, GePGeMi e.V.



Tham gia hoạt động xã hội có nghĩa là người công dân chủ động tham gia vào các hoạt động chính trị, văn hóa và xã hội. Nhà nước tự thấy việc của mình là làm thế nào có được nhiều người tham gia tích cực và rộng rãi ở mức nhiều nhất có thể. Trong số đó cũng phải có cả những người cao tuổi nhập cư từ các nền văn hóa Châu Á. Tuy nhiên phải nhận định một điều rằng, những nhu cầu của người cao tuổi Châu Á chưa được xem xét đầy đủ trong các dự án phát triển các biện pháp giúp đỡ người cao tuổi nói chung và họ vì thế càng gặp khó khăn hơn để tham gia vào các hoạt động dịch vụ có sẵn. Trong nhóm thảo luận đã được đề cập và tranh luận, dựa theo cơ sở các kết quả tạm thời của hội GePGeMi e.V. là những lý do nào làm sự tham gia của họ trở nên khó khăn và làm thế nào để tạo điều kiện cho họ tham gia vào các nguồn tài nguyên xã hội một cách dễ dàng hơn.

Cuộc tranh luận này gồm có sự tham gia của cả các chuyên gia trong mảng trợ giúp người cao tuổi lẫn những vị cao tuổi hoặc đang dần già đi nhập cư từ Châu Á, vì thế mà quan điểm của họ đều được nhìn nhận từ nhiều khía cạnh khác nhau.

Những vị chuyên môn đều đồng nhất một quan điểm là so sánh với các nhóm người nhập cư khác thì nhóm người cao tuổi từ Châu Á dường như vô hình. Các những lý do sau đây được các nhà chuyên môn cho là lý do dẫn đến việc này

- Thiếu cởi mở tư duy tiếp nhận văn hóa dành cho những cơ sở của xã hội đang nhập cư.
- Thiết thời trong hệ thống cấu trúc
- Từ nhìn nhận của một vài chuyên môn thì họ thiếu hứng thú tham gia

Một số những chuyên gia có mặt có suy nghĩ là, trên nước Đức thực ra bây giờ cũng có đầy đủ những dịch vụ cấp thiết phù hợp với những người cao tuổi nhập cư nhưng mà những người từ Châu Á không nhận định ra đủ. Cho nên việc tích cực hơn vào các hoạt động xã hội của người cao tuổi Châu Á là rất cần thiết cho việc phát triển hoà nhập của họ. Việc hòa nhập cần những cơ sở căn bản mà xã hội Đức tạo lập ra nhưng mà cùng lúc đấy cũng phải được đón nhận từ những người nhập cư.

So sánh với việc này thì có nhiều người lớn tuổi có mặt một phần cho rằng xã hội Đức phải xem xét lại kỹ là tại sao những người đi hợp tác lao động xuất khẩu trước đây đến bây giờ vẫn còn bị nhì nhận là khách mặc dù họ đã cư trú và hoà nhập tốt tại Đức hàng mấy chục năm rồi. Cảm giác không được xã hội Đức tiếp nhận và những trải nghiệm với việc đối xử không công bằng là một rào cản lớn đối với những người nhập cư Châu Á lớn tuổi để hòa nhập vào xã hội Đức. Vì thế họ cho rằng việc tạo dựng độ tin cậy đối với hai bên là rất khẩn thiết. Mặt khác một số người có suy nghĩ là những người lớn tuổi Châu Á cần phải tự trở nên tích cực hơn để tự tìm ra những nguồn trợ giúp mình trong xã hội.

Cùng lúc đấy những người lớn tuổi Châu Á nhìn nhận ra một nguyên nhân cho việc khó hòa nhập xã hội là bởi vì họ cũng không bày tỏ nhiều ra ngoài những nhu cầu họ thấy cấp thiết cho lứa tuổi của họ. Điều này thì liên quan tới việc là cho đến nay những việc liên quan đến tuổi tác chưa thực sự là vấn đề đối với họ, nhưng điều này sẽ còn thay đổi trong nay mai.

Tất cả những người có mặt đều cho rằng, những cuộc tranh luận trong hội thảo về chủ đề này sẽ góp phần làm việc hoà nhập dễ dàng hơn. Vẫn sẽ cần thêm những buổi nói chuyện như thế nữa. Ngoài ra việc kết nối rộng lớn giữa những hiệp hội người nhập cư Châu Á khác nhau từ

hai phía được nhìn nhận là cần thiết để tạo cảm giác đoàn kết và như thế cũng tạo cho họ cơ hội để trao đổi so sánh và tạo lập về những nhu cầu khác nhau giữa họ. Điều này sẽ dẫn đến việc họ có thể bày tỏ một cách hiệu quả hơn cho xã hội về những suy nghĩ, mong mỏi và nhu cầu của họ trong những việc liên quan đến tuổi tác.

Từ việc giúp đỡ hàng xóm đến công tác thiện nguyện: Làm thế nào để việc giúp đỡ cá nhân có thể trở nên chuyên nghiệp hơn trong cộng đồng?

Nozomi Spennemann, DeJaK-Tomonokai e.V.

Hợp tác chung giữa DeJaK Tomonokai và những tụ điểm tham gia chăm sóc

Tham gia tự nguyện và công tác dân phố. Thường thì luôn được cho rằng những người nhập cư thường không bắt đầu được gì với những cụm từ này. Tuy vậy trong nhiều cộng đồng thì có rất nhiều hình thức khác nhau của việc hỗ trợ cá nhân và giúp đỡ tự nguyện cho hàng xóm láng giềng xung quanh. Đây là trường hợp của những người Berlin đến từ Nhật Bản trong hội DeJaK Tomonokai, không chỉ ở đây mà hầu như ở mọi nơi mà có các hoạt động tổ chức hoặc sinh hoạt thể thao của người Nhật xuất hiện. Ở đó chúng ta thấy rằng sự hỗ trợ cá nhân đã vượt qua khả năng của những tình nguyện viên, ví dụ như trong việc hỗ trợ những người mắc bệnh đãng trí. Trong việc đến thăm nhà và giúp đỡ người nhà của những bệnh nhân này còn gặp phải khá nhiều khó khăn do không chắc chắn là đối xử với người bệnh như thế nào là tốt nhất. Sự giúp đỡ giữa những người bạn là không biên giới. Chẳng ở đâu được nói rõ ràng cụ thể là cá nhân được và cần phải giúp đỡ việc nào, điều này càng dẫn đến việc quá tải đối với những người đến giúp đỡ. Đối với riêng hội chúng tôi cũng phải đặt ra thêm một câu hỏi trong vấn đề đảm bảo, nghĩa là nếu như có vấn đề gì xảy ra từ việc giúp đỡ của những hiệp hội này thì ai sẽ là người đứng ra chịu trách nhiệm.

Có một việc rõ ràng là hội Berlin của DeJaK không đủ nhân lực và vốn chuyên môn để đào tạo và đi kèm các

tình nguyện viên. Do vấn đề này mà nảy sinh ra ý định cộng tác với những tụ điểm tham gia chăm sóc. Những cơ sở này hỗ trợ những người cần chăm sóc và giúp đỡ cùng với thân nhân của họ trong cuộc sống hàng ngày với nhiều hình thức khác nhau. Trong tháng Sáu 2017 hội DeJaK đã ký kết một văn bản cùng với trung tâm Kompetenzzentrum Pflegestützpunkte là tổ chức bảo trợ cho 12 tụ điểm chăm sóc về việc "cộng tác tự nguyện trong những buổi đến thăm và chăm sóc tại nhà". Có bốn phụ nữ người Nhật đã đăng ký với những tụ điểm (Charlottenburg, Wilmersdorf, Steglitz-Zehlendorf và Pankow), trong đó có ba người đã tham gia khóa học căn bản cho tình nguyện viên và sẽ kết thúc khóa học cuối tháng 11 này.

Tổng kết đầu tiên từ phía DeJaK e.V.

Những trải nghiệm đầu tiên cho thấy rằng đây là một quyết định đúng đắn. Chúng tôi thấy rõ ràng việc giảm nhẹ công việc cho những người chăm sóc chuyên môn của các tụ điểm giúp đỡ. Chúng tôi cũng qua đó có nhiều cơ hội hơn để kết nối những người Nhật lớn tuổi mà chúng tôi giúp đỡ với những hình thức hỗ trợ khác, ví dụ như trong trường hợp cần sự giám hộ cần thiết của luật pháp. Đối với họ thì công tác tự nguyện của chúng tôi là một dạng đảm bảo chất lượng. Chúng ta cũng không nên quên đi vấn đề đền bù chi phí. Phần lớn những người tự



nguyện đến bây giờ toàn tự mình bỏ ra hầu hết chi phí mà không được bù đắp lại từ bất cứ nơi nào. Việc được bù đắp chi phí đối với những người tình nguyện trước hết là việc sự giúp đỡ của họ được công nhận.

Mặt khác chúng tôi nhận thấy là những dự định trong việc cộng tác cùng đến thăm tại nhà không thể bù đắp được hoàn toàn tất cả nhu cầu của những người lớn tuổi Nhật Bản. Thông thường thì việc giúp đỡ chủ yếu trong những buổi thăm giúp là thông dịch là chủ yếu. Phần lớn những việc này liên quan đến việc xử lý những giấy tờ thư từ và đi khám bác sỹ. Nếu không có những người thông dịch này thì khả năng có nhiều người sẽ trở nên cô độc. Ngay cả hình thức của những buổi thăm giúp này cũng được điều chỉnh riêng sao cho phù hợp. Những tụ điểm giúp đỡ luôn tỏ ra rất phối hợp với những nhu cầu đặc biệt của chúng tôi, vì thế chúng tôi có thể an tâm mà khuyên các cá nhân và đoàn thể hãy cùng cộng tác với những tụ điểm này.

Câu hỏi cho các vòng thảo luận

Trong vòng thảo luận thì trước hết những tổ chức hỗ trợ giúp đỡ đã được nêu ra là:

- Danke Deutschland e.V. Một nhóm tự tổ chức của những người vượt biên Việt Nam và thân nhân của họ. Họ đã tổ chức những buổi hoạt động họp nhóm cuối tuần tại trung tâm thanh thiếu niên BURG tại Berlin Friedenau cũng như những buổi tư vấn tại văn phòng hội Chữ Thập Đỏ của bang Berlin Bundesallee. Từ hội này có thể nhận được nhiều sự hỗ trợ, hầu như không chuyên môn.
- Chùa Linh Thứu: Hội Danke Deutschland e.V. Làm việc rất nhiều với Chùa Phật Giáo tại Spandau. Ngôi chùa này là nơi cung cấp một mái ấm tâm linh cho nhiều người và cũng là một hình thức sinh hoạt cộng đồng, nơi mà mọi người đều quen biết và giúp đỡ lẫn nhau.
- Những y tá Hàn Quốc: Những cựu y tá Hàn Quốc vẫn sẵn sàng đứng cùng nhau trong việc cá nhân nếu như người nào cần sự giúp đỡ. Do họ đã được

đào tạo chuyên ngành nên họ khá quen thuộc với hệ thống công việc này và có thể giúp đỡ nhau rất tốt.

- HeRo e.V.: Hội giúp đỡ người cao tuổi đa văn hóa hỗ trợ tự nguyện cho kiều bào nhập cư Hàn Quốc, nhất là những bệnh nhân đang trị.
- Hội Thiện Từ Tâm: Hội này là một hội tổ chức nhân đạo trong lãnh vực Thể thao Văn hóa và có những hoạt động giúp đỡ những người sắp chết và gia đình của những người này. Họ một phần tham gia trong hội trợ giúp xã hội đa văn hóa Dong Ban Ja của Hiệp hội nhân đạo tại Đức.
- Dong Ban Ja: là một hội trợ giúp xã hội đa quốc gia và được thành lập trên cơ sở của Hội Dong Heng Hàn Quốc lúc mà hiệp hội nhân đạo tách phần đào tạo và hướng dẫn những tình nguyện viên ra. Hiện tại hội Dong Ban Ja bao gồm những tình nguyện viên từ nhiều nước Châu Á khác dưới sự chỉ đạo của những người cũng chính gốc từ những nước đấy.

Những nhóm hội này đã được kết nối và mạng lưới chuyên nghiệp hoặc từ trước đến nay không có nhu cầu kết nối với mạng lưới tổ chức chuyên nghiệp đó. Những người có mặt đã tranh luận xem họ đang trong tự nhận thấy những nhu cầu cấp thiết nào cho chính mình

- Vui chơi giải trí: trước khi họ hoàn toàn bị phụ thuộc vào dịch vụ điều dưỡng thì có thể cùng nhau tham các hoạt động vui chơi giải trí bất kể nguồn gốc. Đã có những hoạt động trong các hội như là Yoga Tai-Chi đi dã ngoại. Những hoạt động cần được cùng tham gia với nhiều người.
- Ngôn ngữ: Bất kể là trong việc thăm giúp tại gia hoặc là đi kèm những người có nhu cầu trợ giúp hay khi đào tạo chuyên môn cho những tình nguyện viên thì một ngôn ngữ chung là rất cần thiết và là nền tảng cho việc trao đổi và tạo cảm giác thoải mái. Trong những cơ sở đa văn hóa không phải lúc nào cũng
- Kết nối những hoạt động đã có, cho đến hiện tại

chưa có một sân chơi chung nào cho tất cả những hoạt động giữa các nhóm Việt Nam, Hàn Quốc và Nhật Bản. Để cho sự cộng tác chung và trao đổi thì việc thu thập thông tin và cập nhật cho tất cả mọi người là một điều đang được mong đợi.

Những tình nguyện viên mang tính cách cá nhân được khuyến nên phối hợp với những tổ chức chuyên nghiệp có tổ chức, ngay cả khi việc tham gia tình nguyện của họ chỉ mới nằm trong khuôn khổ cho những người thân quen bạn bè. Đối với những người nhập cư lớn tuổi thì việc làm này là một đóng góp quý giá ngoài sự chăm sóc của điều dưỡng viên. Và cũng chính vì điều này mà tất cả những người có mặt đều mong mỗi việc thiện nguyện được công nhận nhiều hơn trong xã hội.

Khi mà việc cộng tác chung với các tụ điểm tham gia

chăm sóc còn chưa được thông suốt thì quý vị có thể đến xem xét thử Simone Koschwa của tụ điểm điều dưỡng Pankow cho biết là các nhóm hiệp hội có thể sử dụng các văn phòng của những tụ điểm này cho những buổi tổ chức của mình (ví dụ như những buổi "die schlaue Kaffee-runde" vào các ngày thứ ba của tuần thứ hai trong tháng tại tụ điểm Pankow). Như thế thì những mối quan hệ làm quen dần dần được thiết lập và từ đó việc cộng tác thiện nguyện chung cũng trở nên dễ dàng hơn.

Những tụ điểm này đều có trong mỗi quận. Quý vị có thể tìm thấy những địa chỉ cụ thể trên trang.

<https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/>

Chăm sóc phù hợp với từng văn hóa: Quý vị hiểu là thế nào

Christof Rambke, Kompetenz Zentrum Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe

Việc quan trọng nhất trong khái niệm chăm sóc theo từng văn hóa là việc định hướng nhu cầu của từng cá nhân muốn được chăm sóc điều dưỡng họ bày tỏ ra.

Khái niệm chăm sóc theo văn hóa có thể tự hiểu là:

- việc định hướng theo nhu cầu cá nhân
- sự chấp nhận và chú ý đến những sự khác biệt
- sự thực hiện theo nhu cầu chứ không phải theo sự thiếu thốn

Mức độ của sự khác biệt có thể là ngôn ngữ, văn hóa, đạo giáo, nguồn gốc dân tộc, giới tính, tuổi tác, tầng lớp xã hội và lối sống. Cho nên vì thế mà việc chăm sóc phù hợp cho từng văn hóa và phải tập trung định hướng chăm sóc theo quá trình phát triển khác nhau của từng cá nhân một cách phù hợp nhất.

Điều kiện cần thiết cho việc chăm sóc riêng phù hợp là:

- Việc nhận thức riêng về suy nghĩ, cảm giác và hành động của riêng mình
- Sự chấp nhận đồng đều giá trị của suy nghĩ, cảm

nhận và hành động

- Tự tiếp nhận những kiến thức riêng biệt cụ thể về văn hóa
- Sự nhìn nhận của những điểm giống và khác nhau và những điều đối lập nhau qua việc quan sát nhìn nhận kỹ càng và chú tâm

Điều kiện cần thiết để được chăm sóc riêng phù hợp là:

- có đầy đủ những điều kiện trên và
- Sự bày tỏ quan điểm về nhu cầu cũng như mong đợi của cá nhân hay tập thể

Quan sát cho thấy là việc chăm sóc người Châu Á ít được nói đến cho nên cũng không được chú trọng trong hệ thống chăm sóc nói chung, vì vậy mà trọng tâm của vòng thảo luận này là việc nêu ra những nhu cầu của cộng đồng (1). Bước thứ hai sẽ là từ đó suy ra những yêu cầu đối với hệ thống chăm sóc (2).



Những nhu cầu của người Châu Á trong việc chăm sóc riêng đặc biệt

Những đề tài được nói đến liên quan đến vấn đề chăm sóc phù hợp với từng văn hóa là: Trao đổi, ăn uống, hội hè, tôn giáo, vệ sinh cá nhân, sự tế nhị, sự tin tưởng và sự thông cảm cho những bệnh tật và mức độ thân mật phù hợp.

Đặc biệt là những người tham gia đều thấy việc chăm sóc từ những người đồng hương là rất quan trọng. Việc đẩy không những trợ giúp cho việc trao đổi dễ dàng hơn mà còn mang đến cảm giác quen thuộc qua những cư xử hành động.

Việc ăn uống được đặc biệt nhắc đến. Đồ ăn Châu Á được coi là thiết yếu trong một phạm vi chăm sóc tốt. Việc cấp phát bánh mì thường xuyên cho bữa ăn tối sẽ có ảnh hưởng xấu thể lực là tinh thần sức khỏe.

Việc tổ chức những buổi lễ Tết quan trọng như Tết Nguyên Đán là một trong những hình thức công nhận và quan tâm đến tinh thần của những người được chăm sóc. Ăn uống hội hè, chơi, nhảy và ca nhạc là những điểm kết nối những người Châu Á lại với nhau.

Sự quan tâm đến nhu cầu tôn giáo là một điều quan trọng trong việc chăm sóc. Đi kèm với việc này là những nghi thức tôn giáo như việc hộ niệm và tổ chức tang lễ cho người đã khuất.

Việc vệ sinh sức khỏe và cảm giác ngại ngùng và những vấn đề tế nhị trong việc chăm sóc riêng phù hợp. Cần phải có một sự thấu hiểu và trao đổi rõ ràng. Những nhu cầu riêng cần phải được trao đổi rõ ràng và quan tâm đến. Trong việc này thì sự tin tưởng là một việc hết sức cần thiết.

Mức độ về khoảng cách hợp tác chăm sóc thích hợp cùng với sự hiểu biết về các bệnh tình đều có thể khác nhau trong từng văn hóa. Việc chăm sóc đang phổ biến hiện tại ở Đức có thể thành quá cách biệt hoặc quá gần gũi so với nhiều người. Việc tăng thêm mức độ quan tâm và sự nhìn nhận chú tâm có thể đi cùng việc hỏi han vui vẻ để dẫn đến một khoảng cách chăm sóc hợp lý. Y học Châu Á đi kèm với hiểu biết về các bệnh tình đã có một truyền

thống lâu đời và là nguồn năng lực có thể sử dụng để hỗ trợ cho việc điều trị và chăm sóc.

Yêu cầu của người Châu Á đối với hệ thống chăm sóc sức khỏe ở Berlin

Theo những kết quả phân tích của cuộc thăm dò ý kiến cho thấy, những người lớn tuổi Đông Nam Á thường là có xu hướng muốn ở lại trong căn hộ riêng. Tuy nhiên căn hộ này cũng có thể nằm trong khuôn khổ của viện dưỡng lão với chế độ chăm sóc riêng phù hợp. Việc tham gia vào một nhóm ở tập thể với chế độ chăm sóc phù hợp cũng là một hình thức khả quan.

Cho việc phát triển tiếp theo của hệ thống chăm sóc người già và bệnh tật tại Berlin thì việc củng cố tiếp và chuyên môn hóa những công việc chăm sóc hiện tại là rất cần thiết. Thông tin về công việc tư vấn và những hình thức hỗ trợ cần phải được phân bổ rộng lớn hơn đến các hiệp hội cộng đồng.

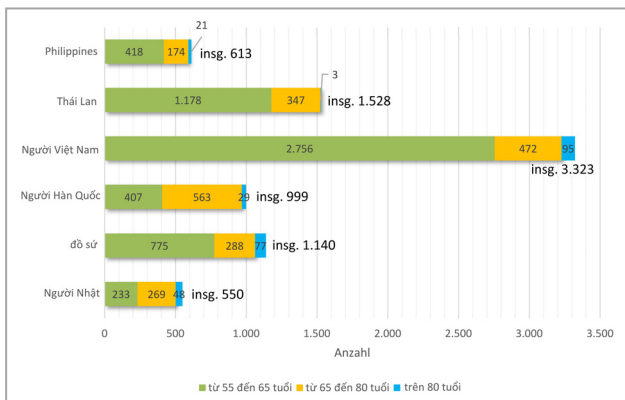
Thêm vào đó cần phải thiết lập ra những hình thức dịch vụ mới. Ví dụ như hiện tại đang rất thiếu thốn những người chăm sóc điều dưỡng gốc Châu Á nói tiếng mẹ đẻ cho người cao tuổi. Đến bây giờ hoàn toàn không có bất cứ cơ sở chăm sóc nào trong hình thức tập thể cho người Châu Á cả. Cho nên trong việc này thì cần phải tận dụng đến những hỗ trợ tự nguyện từ các cộng đồng cho các cơ sở chuyên môn trong việc thiết lập những hình thức dịch vụ giúp đỡ mới.

Mong mỗi tạo dựng nên một cơ sở chăm sóc cho người Châu Á có được bày tỏ ra từ những quan sát ở những trường hợp mà việc chăm sóc riêng phù hợp với từng văn hóa không được quan tâm đến. Tuy nhiên cũng có một vài trường hợp tốt trong việc chăm sóc người bệnh Châu Á tại một số cơ sở. Việc cởi mở văn hóa cho những cơ sở hiện tại phải được tiếp tục phát triển đối với mảng văn hóa chăm sóc kiểu Châu Á. Điều quan trọng là ban quản lý những cơ sở này cần phải làm gương và tạo điều kiện cho quá trình này phát triển. Công tác kết nối là một việc cũng là một mấu chốt quan trọng tiếp theo nữa để việc chăm sóc riêng phù hợp theo từng văn hóa được đảm bảo.

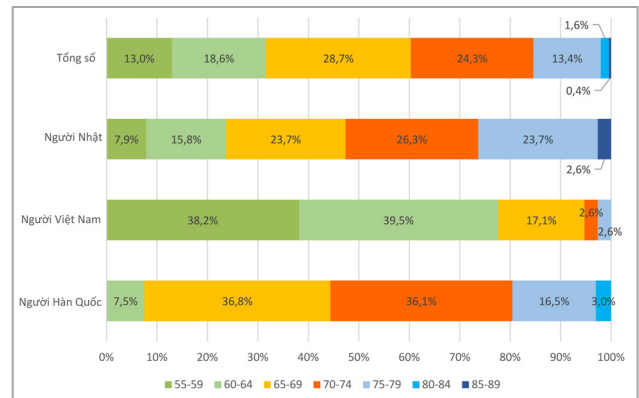
Dữ liệu và số liệu

Một số thống kê chọn lọc về thông tin cá nhân từ những người Châu Á nhập cư được hỏi.

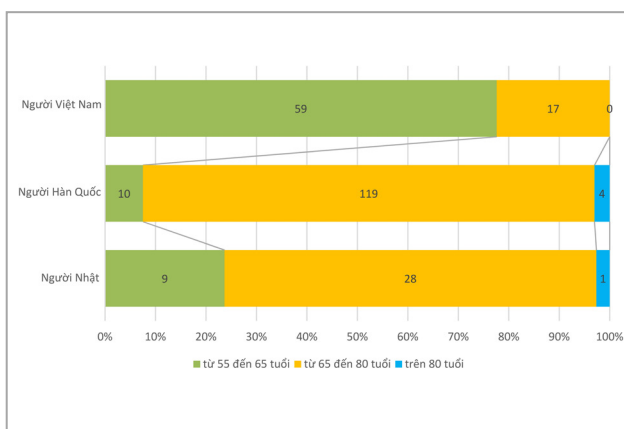
1. Số lượng người Châu Á nhập cư trên 55 tuổi ở Berlin 2016 (Sở thống kê Berlin-Brandenburg)



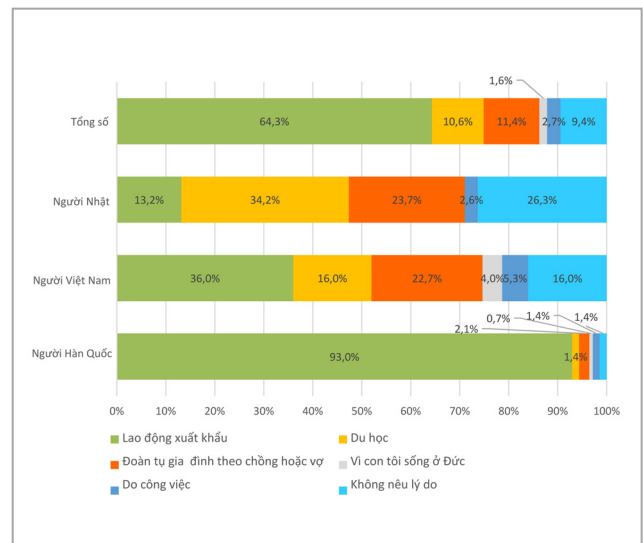
4. Nhóm tuổi chính xác của những người Châu Á nhập cư được hỏi từ 55 tuổi trở lên



2. Nhóm người Châu Á nhập cư được hỏi trên 55 tuổi



5. Lý do nhập cư của những người trên 55 tuổi được hỏi.

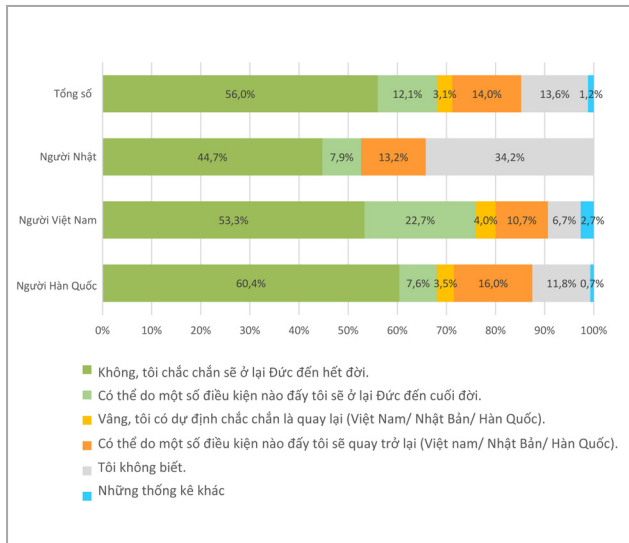


3. Nhóm tuổi chính xác của những người Châu Á nhập cư được hỏi từ 55 tuổi trở lên

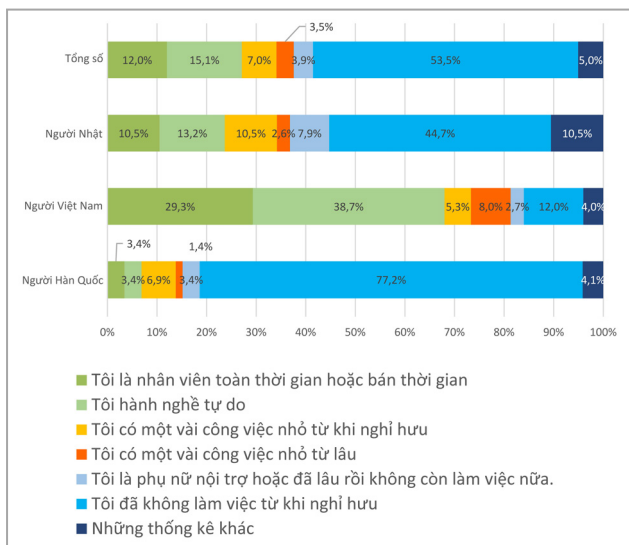
	Koreaner Người Hàn Quốc	Vietnameen Người Việt Nam	Japaner Người Nhật	Gesamt Tổng số
55-59	0	29	3	32
60-64	10	30	6	46
65-69	49	13	9	71
70-74	48	2	10	60
75-79	22	2	9	33
80-84	4	0	0	4
85-89	0	0	1	1
Gesamt	133	76	38	247

(Tổng số)

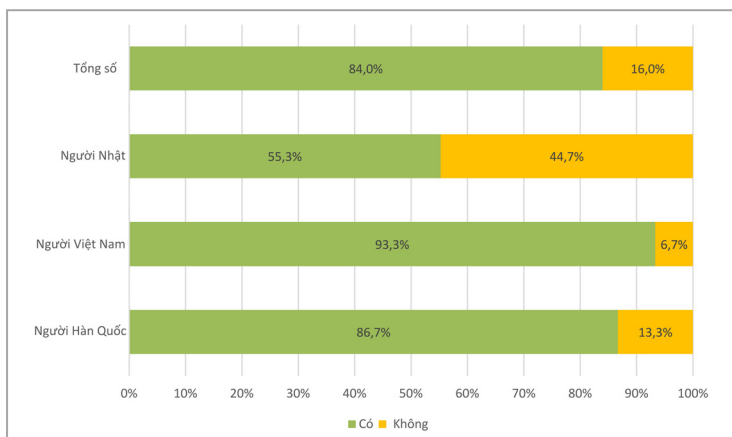
6. Mong muốn quay trở lại quê hương của những người nhập cư Châu Á trên 55 tuổi



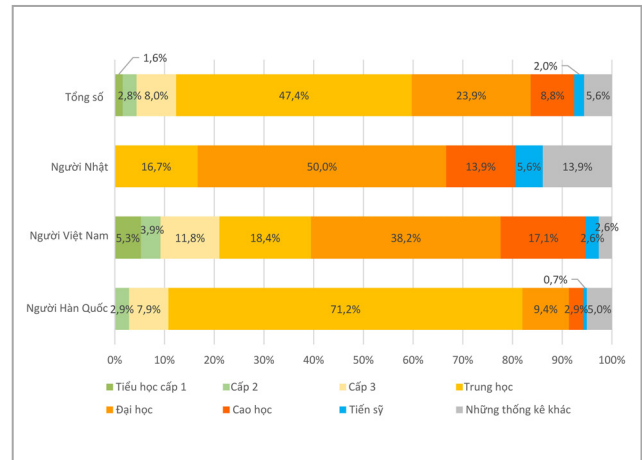
7. Nghề nghiệp hiện tại của những người nhập cư Châu Á trên 55 tuổi được hỏi



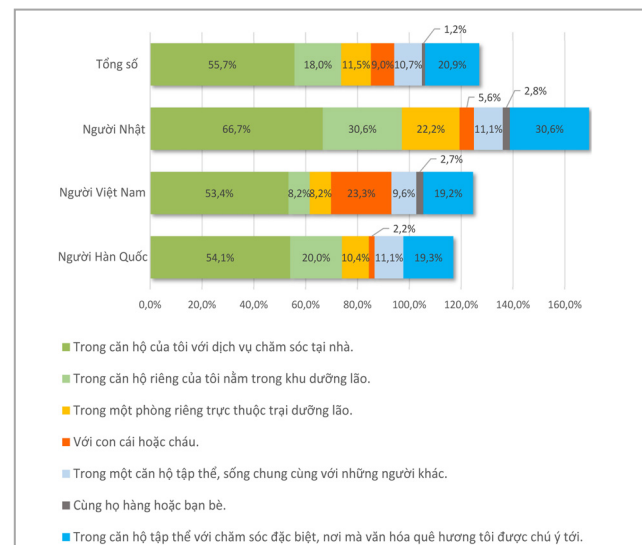
8. Con cái của những người Châu Á nhập cư trên 55 tuổi được hỏi đến. (Quý vị có con cái không?)



9. Bằng cấp học vấn của những người Châu Á nhập cư trên 55 tuổi được hỏi



10. Những hình thức ở được mong muốn trong trường hợp cần sự chăm sóc của những người Châu Á Cao trên 55 tuổi (có thể trả lời nhiều lần)



Chương trình

Hội thảo chuyên ngành "Quý vị (Châu Á) cao tuổi thân mến, hôm nay quý vị có khỏe không ?"

Ngày 1 tháng 12 năm 2017



10.00 giờ	Đăng ký
10 giờ 30	Lời phát biểu chào mừng Leon Friedel, Ủy viên hội nhập của quận Charlottenburg-Wilmersdorf Berlin
Phần I: "Cám ơn, chúng tôi hôm nay thấy...!"	
10 giờ 45	Kết quả tạm thời của chương trình khảo sát thăm dò ý kiến của chất lượng cuộc sống liên quan đến vấn đề sức khỏe và tình trạng trung của những người lớn tuổi Châu Á tại Berlin Dr. Min-Sung Kim, Gesellschaft für Psychosoziale Gesundheitsförderung bei Migrant*innen in Berlin, GePGeMi e.V.
11 giờ 15	Công việc của hội Đức Nhật DeJaK e.V. Nozomi Spannemann, Hội cho Chăm sóc sức khỏe phù hợp với từng văn hóa Nhật Đức DeJaK e.V.
11 giờ 35	Báo cáo kinh nghiệm của trung tâm điều dưỡng và chăm sóc về việc tư vấn cho những người Việt có nhu cầu được chăm sóc. Andrea Müller, Pflegestützpunkt Lichtenberg
11 giờ 55	Nghỉ trưa
13 giờ	"Thời gian của nỗi nhớ" - Những câu chuyện của những nữ y tá Hàn Quốc (Tiết mục biểu diễn của nhóm kịch "Giày Đỏ") Những cựu nữ y tá Hàn Quốc
Phần II: Có những khả năng và khó khăn nào trong cuộc sống nhập cư được tạo điều kiện tốt về mặt sức khỏe và tham gia sinh hoạt lúc tuổi già?	
13 giờ 30	Những vòng đàm thoại
I. Tham gia xã hội: Làm thế nào để việc tham gia xã hội của quý vị được hỗ trợ? -Hướng dẫn chương trình: Dr. Min-Sung Kim, GePGeMi e.V.-	
II. Từ việc giúp đỡ hàng xóm đến công tác thiện nguyện: Làm thế nào để việc giúp đỡ cá nhân có thể trở nên chuyên nghiệp hơn trong cộng đồng? -Hướng dẫn chương trình: Nozomi Spannemann, DeJaK e.V.-	
III. Chăm sóc phù hợp với từng văn hóa: Quý vị hiểu là thế nào? -Hướng dẫn chương trình: Christof Rambke, Kom•Zen-Kompetenz Zentrum Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe-	
14 giờ 30	Nghỉ giải lao
15 giờ	Trình bày kết quả từ những vòng đàm thoại
15 giờ 30	Kết thúc hội thảo với chụp ảnh kỷ niệm
Hướng dẫn chương trình	Askold Hitzler, GePGeMi e.V.

Hội thảo Chuyên Ngành đầu tiên của GePGeMi e.V. với sự cộng tác của:

Danke Deutschland e.V.

Dejak-Tomonokai e.V.

Japanische Fraueninitiative Berlin

Theatergruppe von koreanischen ehemaligen Krankenschwestern „Rote Schuhe“

Vereinigung der Vietnamesen in Berlin & Brandenburg e.V.

