

जब भाषा की बाधा हो तो लोगों से जुड़े रहना

भाषा संबंधी बाधाओं के कारण, अल्पसंख्यक पृष्ठभूमि से आने वाले मेट्रो वैंकूवर के बहुत से बुजुर्गों को सामाजिक रूप से अलग होने, सीमित जानकारी और सामुदायिक सेवाओं तक सीमित पहुंच का सामना करना पड़ता है।

भाषा और सांस्कृतिक बाधाएं जो सामाजिक संपर्कों को प्रभावित करती हैं:

भाषा प्रवीणता

मेट्रो वैंकूवर में रहने वाले 15% बुजुर्ग न तो अंग्रेजी बोलते हैं और न फ्रेंच। धाराप्रवाह न बोल पाने की यह कमी रोजमर्रा के उन कार्यों को करने में चुनौती पेश कर सकती है जिन्हें हम बहुत आसान समझते हैं, जैसे खाना पकाना, खरीददारी करना और वित्त का प्रबंधन।

बहुत से गैर-अंग्रेजी भाषा बोलने वाले बुजुर्ग, कार्यक्रमों और सेवाओं तक पहुंच बनाने में असमर्थ होते हैं, और उन्हें अपना घर छोड़ना भी अत्यधिक चुनौती भरा काम लग सकता है।

सहायता के लिए तथा जीवन से जुड़ी आसपास की सभी चीजों के अनुवाद हेतु मित्रों तथा परिवार पर निर्भर रहने से आपसी संबंधों पर बोझ पड़ सकता है तथा ऐसे बुजुर्ग और भी अलग-थलग पड़ सकते हैं।

बच्चों पर वित्तीय निर्भरता

नवागंतुक बुजुर्ग, विशेष रूप से वे जो कैनेडा के लाभों के लिए पात्र नहीं होते हैं, कभी-कभी मदद के लिए पूरी तरह अपने वयस्क बच्चों पर निर्भर हो जाते हैं।

वे इस भय से अपने बच्चों के साथ सीमाएं बांधने से भयभीत हो सकते हैं कि कहीं ऐसा करने से उनकी वित्तीय सहायता बंद न हो जाए। इसके कारण बुजुर्गों के साथ दुर्व्यवहार का जोखिम बढ़ जाता है।

भेदभाव और सांस्कृतिक आदान-प्रदान की कमी

अंग्रेजी बोलने की क्षमता न होने से, नवागंतुक लोग अपनी जैसी सांस्कृतिक पृष्ठभूमि या भाषा वाले लोगों के साथ जुड़ने में अधिक सहज महसूस करते हैं।

सांस्कृतिक आदान-प्रदान की कमी से, अन्य संस्कृति वाले लोगों के साथ बातचीत में रुचि या आत्मविश्वास कम हो सकते हैं। इसके कारण नवागंतुकों और ज्यादा मौजूद «बहुसंख्या» वाली संस्कृतियों के बीच असंगति पैदा हो सकती है। ये बहुसंख्या वाले लोग नवागंतुकों के व्यवहार को असामाजिक और गोपनीय समझ सकते हैं।

इस प्रकार के वैमनस्यपूर्ण लगने वाले स्थान पर सहज या घर जैसा महसूस करना मुश्किल हो सकता है। संभाव्य टकरावों से बचने के लिए, नवागंतुक स्वयं को घरों में सीमित कर सकते हैं।

परिवार से अलग होना

मित्रों और विस्तृत परिवार को छोड़कर नए देश में रहने से विषाद पैदा हो सकता है।

सामुदायिक सहायता के बिना, इस विषाद के कारण डिप्रेशन या अवसाद तथा सामाजिक रूप से अलग पड़ने की स्थिति पैदा हो सकती है।



सामाजिक संपर्क बनाए रखने में बुजुर्गों की सहायता करना:



सहायता प्रदान करें

- यदि आप एक परिवार के सदस्य, मित्र अथवा पड़ोसी के तौर पर किसी अलग महसूस कर रहे बुजुर्ग के साथ शामिल होते हैं और उसकी सहायता करते हैं तो उसके जीवन में बड़ा बदलाव आ सकता है।
- अपनी सामुदायिक बुजुर्ग संसाधन संदर्शिका के माध्यम से अपने समुदाय में उपयोगी संसाधनों के बारे में पता करें।
- मील्स ऑन व्हील्स जैसे आउटरीच प्रोग्राम्स पर विचार करें, जो सामाजिक रूप से अलग महसूस करने वाले बुजुर्गों की मदद करते हैं।
- अपने सुनने के कौशल चुस्त करें। ऐसे संसाधनों का पता लगाएं जो आपके प्रियजनों तथा बुढ़ापे से प्रभावित अन्य लोगों से बात करने में आपकी सहायता कर सकते हैं। वृद्धावस्था के बारे में बात करने से बुजुर्ग लोगों की नाराज होने की संभावना नहीं है। संभवतः उन्हें अपनी समस्याओं पर बात करने का मौका मिलने से अच्छा लगेगा।
- अलग महसूस करने के संभावित चिह्नों अथवा स्वास्थ्य के जोखिमों की पहचान करें।

नियमित सहभागिता को प्रोत्साहित करें

- बुजुर्गों को अपना सामाजिक नेटवर्क बनाने में तथा समुदाय की भावना पैदा करने में उनकी सहायता करें।
- ऐसे कार्यक्रमों को देखने के लिए जिनमें उनकी रुचि हो सकती है, सामुदायिक बुजुर्ग संसाधन संदर्शिका को देखें।
- किसी पैदल चाल कार्यक्रम में भाग लेने अथवा पैदल घूमने हेतु साथी का पता करने के लिए उन्हें प्रोत्साहित करें।
- बुजुर्गों के लिए सक्रिय जीवन संबंधी कार्यक्रमों, बुजुर्ग केंद्रों और उनके लिए परिवहन विकल्पों के बारे में बुजुर्गों, परिवार के लोगों, मित्रों तथा क्लाइंट्स को जानकारी दें।

जुड़े होने और महत्वपूर्ण महसूस करने में बुजुर्गों की सहायता करें

- अपने समुदाय में परिवहन के विकल्पों के लिए, अपनी सामुदायिक बुजुर्ग संदर्शिका को देखें।
- बुजुर्गों को सहभागिता महसूस कराने तथा उनकी मूल सामाजिक जरूरतों को पूरा करने के उद्देश्य से जानकारी, कार्यक्रमों एवं सेवाओं को ढूंढने में उनकी सहायता करें।
- सार्थक सामाजिक संपर्क ढूंढने में बुजुर्गों की सहायता करें।

बोध क्षमता में सुधार करने एवं उसे बनाए रखने के कार्यक्रमों को प्रोत्साहन दें

- सामाजिक मेलजोल, क्रॉसवर्ड पहेलियां, महजोंग, पठन, सुडोकू और ताश खेलने जैसे मनोरंजक मानसिक कार्यक्रमों में बुजुर्गों की रुचि जगाएं।
- बुजुर्गों को यह स्वीकार करने के लिए प्रोत्साहित करें कि बोध क्षमता का क्षीण होना वृद्धावस्था का सामान्य हिस्सा है और उन्हें इससे निपटने के तरीके ढूंढने के लिए प्रेरित करें (सूचियां लिखना, अप्वाइन्टमेंटों के लिए टाइमर सेट करना, और ऐसी जगह रिमाइंडर नोट छोड़ना जहां वे उन्हें अवश्य देख लेंगे)।
- बुजुर्गों को अन्य लोगों के साथ बोध क्षमता के बदलावों पर बातचीत करने के लिए प्रोत्साहित करें। फायदेमंद रणनीतियों के लिए मित्रों एवं परिवार के लोगों के पास शानदार सुझाव हो सकते हैं।

