Centre for Research on Successful Ageing

செய்திக்கடிதம்-இதழ் 09

ஆகஸ்டு 2022

ROSA செய்திக் கடிதத்தின் இவ்விதழில், புதிய எஸ்எம்யு சமூக அறிவியல் பள்ளி மற்றும் ஒருங்கிணைந்த ஆய்வுக் கல்லூரிக்கு நாங்கள் அண்மையில் இடம்பெயர்ந்ததையும் எங்கள் SLP பதிலாளர்களிடம் இருந்து பெறப்பட்ட பராமரிப்பளிப்பு உறவுகள், தேவைகள் மற்றும் விருப்பத்தேர்வுகள் பற்றிய முக்கியக் கண்டுபிடிப்புகளையும் முன்வைக்கிறோம்.

ROSA சிறப்பம்சங்கள்

15 ஜூன் அன்று, 90 ஸ்டாம்ஃபோர்ட் ரோட்டில் உள்ள முன்னாள் எஸ்எம்யு சமூக அறிவியல் பள்ளியில் இருந்த நமது பழைய அலுவலகத்துக்கு ROSA விடைகொடுத்தது. அணி இடம்பெயர்வதற்குத் திட்டமிடவும் சிப்பம் (pack) கட்டவும் ஒரு மாதம் எடுத்தது, மேலும், இடம்பெயர்ந்த அதே நாளில் சிப்பங்களைப் பிரித்து அவைகளைப் புதிய அலுவலகத்தில் அமைத்துக்கொள்ளவும் முடிந்தது. ROSA-வின் புதிய அலுவலகம் தற்போது **10 கேனிங் ரைஸ், #05-01 சிங்கப்பூர்** 179873 என்ற முகவரியில், எஸ்எம்யு-வின் புதிய சமூக அறிவியல் பள்ளி/ஒருங்கிணைந்த ஆய்வுக் கல்லூரிக் கட்டிடத்தினுள் உள்ளது! இந்தக் கட்டிடம் யோங் பங் ஹவ் சட்டப் பள்ளி மற்றும் ஃபோர்ட் கெனிங் பூங்காவை அடுத்து அமைந்துள்ளது.

புதிய எஸ்எம்யு சமூக அறிவியல் பள்ளி/ஒருங்கிணைந்த ஆய்வுக் கல்லூரியின் வெளிப்புறத் தோற்றம்

செப்டம்பர் 2022 முதல் மாதாந்திர ஆய்வுகள் மற்றும் கவனக்குவிப்புக் குழுக்களுக்கான நேர்முக நேர்காணல்களை மறுத்தொடக்கம் செய்யத் தொடங்கும் போது, உங்களில் சிலரை எங்கள் புதிய அலுவலகத்திற்கு வரவேற்பதற்கு நாங்கள் ஆவலுடன் காத்திருக்கிறோம். எதிர்காலக் பார்த்தறிகுறிப்புக்காக, எங்கள் புதிய கட்டிடத்திற்கு எப்படிச் செல்வது என்பது குறித்த சில வழிமுறைகள் இங்கே உள்ளன; அருகில் மூன்று எம்ஆர்டி நிலையங்கள் உள்ளன, கட்டிடத்திற்குச் செல்ல நீங்கள் அவைகளில் இறங்கலாம்: நகர மண்டபம், கிளார்க் கீ மற்றும் ஃபோர்ட் கெனிங். இல்லையெனில், நீங்கள் பென்கூலன் எம்ஆர்டி நிலையம் அல்லது பிராஸ் பாசா எம்ஆர்டி நிலையத்தில் இறங்கி, எஸ்எம்யு சுரங்கப்பொதுவழி (Concourse) வழியாக நடந்து, அங்கிருக்கும் வழிகாட்டுகுறிகளைப் பின்பற்றி இங்கு வந்துசேரலாம். எங்களின் புதிய கட்டிடம் எங்குள்ளது என்பது பற்றிய சிறந்த யோசனையைப் பெற, https://maps.smu.edu.sg/-இல் உள்ள வரைபடத்தைப் பார்க்கவும்!

ஊழியர் அம்சங்கள்

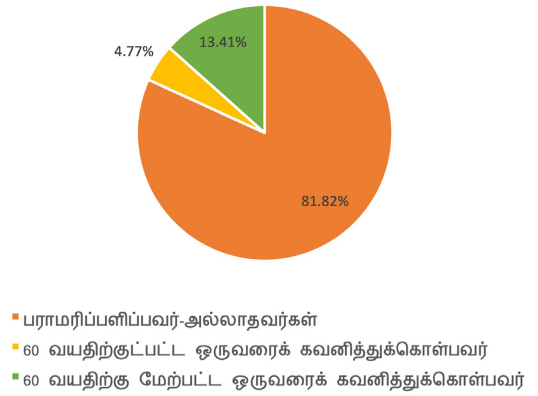
டிசம்பர் 2021இல் இணைந்த ROSA குழுவின் மதிப்புமிக்க இரண்டு உறுப்பினர்களை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்த விரும்புகிறோம் - அவர்கள் ஜியா யிங் மற்றும் யென் காங் ஆவர்!

ஜியா யிங் ஓர் ஆராய்ச்சி உதவியாளர், அவர் மையத்தின் செயல்பாட்டுப் பணிகளுக்கு உதவுகிறார். SLP உறுப்பினர்கள் சமர்ப்பிக்கும் வினவல்களைக் கையாள்வதும் இதில் அடங்கும், எனவே உங்களில் சிலர் அவருடன் உரையாடியிருக்கலாம்! உளவியல் துறைப் பின்னணி கொண்ட ஜியா யிங் ROSA-வில் வயதான பெரியவர்களின் நல்வாழ்வை மேம்படுத்தும் அர்த்தமுள்ள வேலைக்குப் பங்களிப்பதில் ஆர்வமாக உள்ளார். உளவியலில் தனக்கிருக்கும் அறிவையும் ஆர்வத்தையும் தொடர்ந்து பயன்படுத்தி, மற்றவர்களின் மனநலம் மற்றும் சமூக நல்வாழ்வை மேம்படுத்த உதவும் ஒரு செய்தொழிலை உருவாக்க முடியும் என அவர் நம்புகிறார். தனது ஓய்வு நேரத்தில், ஜியா யிங் பாலே நடனத்தைத் தொடர்கிறார் மற்றும் கலை மற்றும் கைவினைப் பொருள்களை செய்து மகிழ்கிறார்.

ஓர் ஆராய்ச்சி உதவியாளராக, ROSA-வில் யென் காங்கின் முக்கியப் பணி தரவுச் செயலாக்கம் ஆகும், இது மாதாந்திரக் கணக்கெடுப்புத் தரவுத்தொகுப்பைப் பகுப்பாய்வுக்குத் தயார் செய்வதாகும். ROSA-வில் உள்ள சில ஆராய்ச்சி திட்டங்களின் பகுப்பாய்விலும் அவர் உதவுகிறார். வார இறுதி நாள்களில், தினசரி vlog-களைப் பார்ப்பது, சுய-உதவிப் புத்தகங்கள் மற்றும் பல்வேறு சமூகப் பிரச்சினைகள் குறித்த புத்தகங்கள் போன்ற புனைகதை அல்லாதவற்றைப் படிப்பது போன்றவற்றுடன் சிங்கப்பூரை அலசி ஆராயும் நண்பர்களுடன் வெளியில் சுற்றுவதையும் அவர் ரசிக்கிறார்.

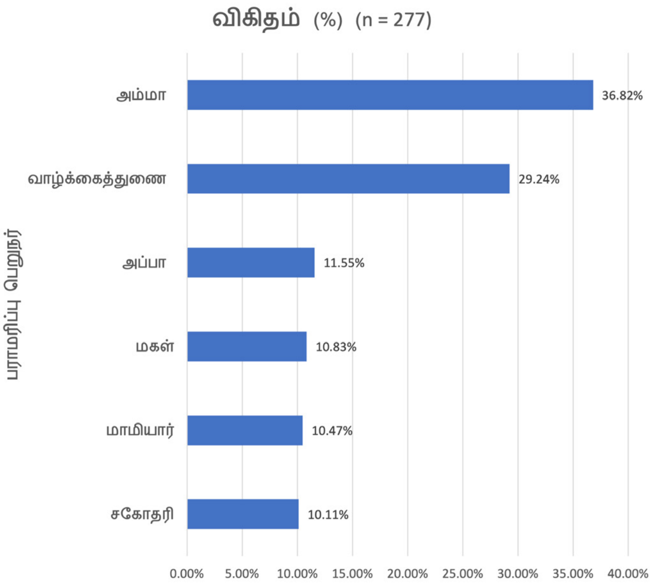
ஆராய்ச்சியின் சிறப்பம்சங்கள்

மார்ச் 2022 இல், பராமரிப்பாளர்களாக உங்கள் அனுபவங்கள் அல்லது நீங்கள் பராமரிப்பாளராக இல்லாவிட்டால், உங்களின் தேவைகள் என்ன, பராமரிப்பு ஆதரவுக்கான உங்கள் விருப்பத்தேர்வுகள் என்ன என்பவை பற்றி உங்களில் சிலரிடம் கேட்டோம். இதில் பங்கேற்ற மொத்தம் 1529 SLP உறுப்பினர்களில், 1251 உறுப்பினர்கள் (81.82%) பராமரிப்பாளர்கள் இல்லை, அதே சமயம் 205 உறுப்பினர்கள் (13.41%) 60 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடைய ஒருவரைக் கவனித்துக் கொண்டனர், மேலும் 73 உறுப்பினர்கள் (4.77%) 60 வயதுக்குக் குறைவான ஒருவரைக் கவனித்துக் கொண்டனர் (**படம் 1**-ஐப் பார்க்கவும்).



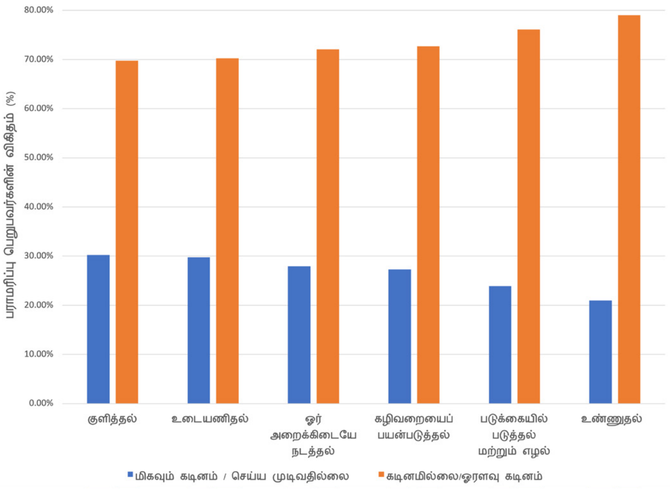
படம் 1: பராமரிப்பாளர்களின் விகிதம்

பராமரிப்பாளர்கள் நேரடிக் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்குக் கவனிப்பை வழங்குவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் என்பதை நாங்கள் கண்டறிந்தோம்,**படம் 2**-இல் காணப்படுவது போல், இதில் "தாய்" மற்றும் "வாழ்க்கைத்துணை" ஆகியோர் மிகவும் பொதுவான கவனிப்பைப் பெறுபவர்களாக உள்ளனர்.



படம் 2: பராமரிப்பாளர்களின் கவனிப்பைப் பெற்றவர்கள் கணக்கெடுக்கப்பட்டனர். ஒவ்வொரு வகை கவனிப்பு பெறுநரையும் கவனித்துக்கொள்வதாகக் கூறிய பதிலளித்தவர்களின் விகிதத்தை புள்ளிவிவரங்கள் குறிக்கின்றன.

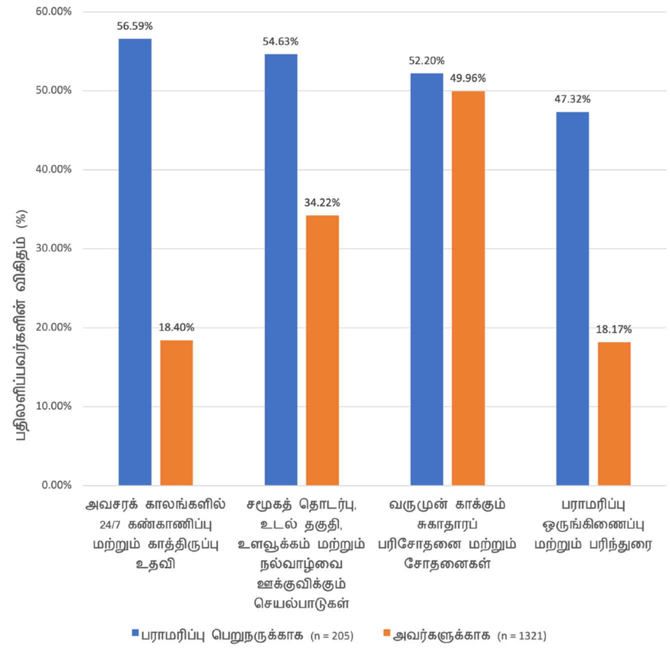
36.82% பராமரிப்பாளர்கள் தங்கள் தாயைத் தங்கள் கவனிப்பு பெறுபவராக அடையாளம் கண்டுள்ளனர், 29.24% பேர் தங்கள் வாழ்க்கைத்துணையை ஒரு பெறுநராக அடையாளம் கண்டுள்ளனர். இதைத் தொடர்ந்து தந்தைகள் (11.55%) மற்றும் மகள்கள் (10.83%) உள்ளனர்.



படம் 3: அன்றாட வாழ்க்கையின் பல்வேறு செயல்பாடுகளைச் செய்வதில், கணக்கெடுக்கப்பட்ட பராமரிப்பாளர்களின் கவனிப்பு பெறுபவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சிரமம் (n = 205)

60 வயது மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட நபர்களின் பராமரிப்பாளர்களிடம் அவர்களின் கவனிப்பைப் பெறுபவர்களுக்கு என்னவகை உதவி தேவை என்று கேட்டோம். **படம் 3**-இன் அடிப்படையில், கவனிப்பு பெறுபவர்கள் சாப்பிடுவதற்கும் படுக்கையில் இருந்து இறங்குவதற்கும் குறைவான சிரமத்தை எதிர்கொண்டனர். இருப்பினும், கவனிப்பு பெறுபவர்களில் கிட்டத்தட்ட மூன்றில் ஒரு பகுதியினருக்குத் தங்கள் பராமரிப்பாளர்களின் உதவி அல்லது உதவிக் கருவிகளின் உதவியின்றி ஆடை அணிவது அல்லது குளிப்பது போன்றவை கடினம் அல்லது முற்றிலும் முடியாமல் உள்ளது. இப்படியாக, பெரும்பாலான கவனிப்பு பெறுபவர்களுக்கு இத்தகைய நடவடிக்கைகளில் உதவிக்கான குறிப்பிடத்தக்க தேவைகள் இல்லை என்றாலும், பராமரிப்பாளர்களில் கணிசமான விகிதத்தினர் அத்தகைய நடவடிக்கைகளில் தங்கள் கவனிப்பைப் பெறுபவருக்கு உதவ வேண்டியிருக்கிறது, இது மிகவும் தேவைமிக்குள்ள பணியாகும்.

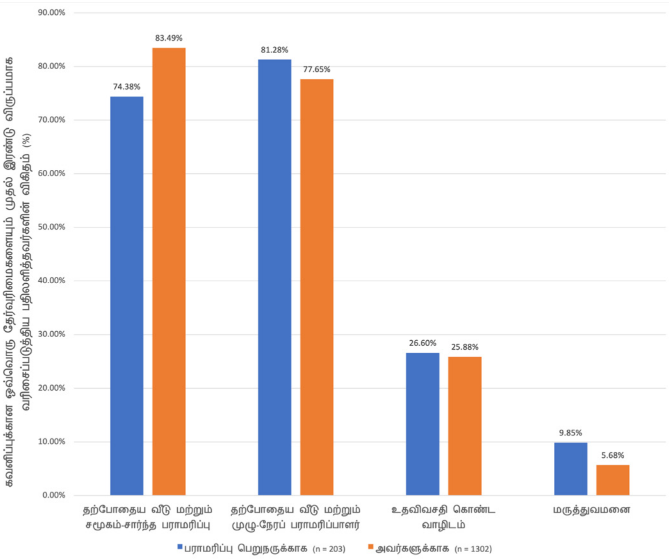
பின்னர் நாங்கள் பதிலளித்தவர்களிடம், எந்த வகையான சேவைகள் அவர்களின் பராமரிப்புப் பொறுப்புகளுக்கு பயனுள்ளதாக இருக்கும் அல்லது அவர்கள் பராமரிப்பாளராக இல்லாவிட்டால் அவர்களின் சொந்தக் கவனிப்புக்குப் பயனுள்ளதாக இருக்கும் என்று கேட்டோம் (**படம் 4**-ஐப் பார்க்கவும்).



படம் 4: பதிலளிப்பவர்கள் தங்கள் கவனிப்புப் பணிகளுக்கு உதவுவதில் பயனுள்ளதாக இருக்கும் சேவைகள். ஒவ்வொரு சேவையையும் தேர்ந்தெடுத்த ஒவ்வொரு குழுவிலும் உள்ள பதிலளிப்பவர்களின் விகிதத்தைப் புள்ளிவிவரங்கள் குறிக்கின்றன

வெவ்வேறு வகையான சேவைகளுக்கான விருப்பம் இரு குழுக்களிடையே கணிசமாக வேறுபடுகிறது. பெரும்பாலான பராமரிப்பாளர்கள், 24/7 கண்காணிப்பு மற்றும் அவசரநிலையில் காத்திருப்பு உதவி ஆகியவை தங்களுக்கு பெரிதும் உதவும் என்று நம்பினாலும், பராமரிப்பாளர்களாக இல்லாத பெறுநர்கள், வருமுன்காக்கும் சுகாதாரப் பரிசோதனை மற்றும் காசோலைகள் தங்கள் தேவைகளை நிவர்த்தி செய்ய மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும் என்று நம்பினர்.

இறுதியாக, நாங்கள் பதிலளித்தவர்களிடம் அவர்களின் பராமரிப்பைப் பெறுபவர்களின் விருப்பமான வாழ்க்கை ஏற்பாடுகள் பற்றி (பராமரிப்பவர்களுக்காக) அல்லது அவர்கள் பராமரிப்பாளர்களாக இல்லாவிட்டால் எதிர்காலத்தில் அவர்களுக்கான வாழ்க்கை ஏற்பாடுகள் பற்றி கேட்டோம்.



படம் 5: பதிலளித்தவர்களிடையே வாழ்க்கை ஏற்பாட்டிற்கான விருப்பத்தேர்வுகள். ஒவ்வொரு குழுவிலும் பதிலளித்தவர்களின் விகிதாச்சாரத்தை புள்ளிவிவரங்கள் பறைசாற்றுகின்றன, பதிலளித்தவர்கள் ஒவ்வொரு தேர்வுரிமையையும் தங்களுக்கான அல்லது அவர்களின் கவனிப்பு பெறுநருக்கான முதல் இரண்டு விருப்பத்தேர்வுகளுள் தரவரிசைப்படுத்தினர்.

5-இல் காட்டப்பட்டுள்ள முடிவுகள், பெரும்பாலும் இரு குழுக்களும் சமூக அடிப்படையிலான பராமரிப்புடன் அல்லது முழுநேரப் பராமரிப்பாளருடன் வீட்டில் வாழ்தல் என்ற ஒத்த விருப்பத்தேர்வுகளைக் கொண்டிருந்தன மற்றும் அவை இரண்டு குழுக்களுக்கும் முதல் 2 விருப்பத்தேர்வுகளாக இருந்தன என்பதைக் காட்டுகின்றன. பதிலளிப்பவர்கள், தங்களுக்கென்றாலும் சரி அல்லது அவர்களின் கவனிப்பைப் பெறுபவர்களுக்கு என்றாலும் சரி, உதவிவசதி கொண்ட வாழிடம் அல்லது மருத்துவமனையில் இருப்பதை விட, தங்கள் வீடு போன்ற வசதியான மற்றும் பழக்கமான சூழலில்

மூப்படைவதை விரும்புவதாக இது அறிவுறுத்துகிறது. நமது SLP பதிலளிப்பவர்கள் சமூக ஈடுபாட்டுடன் தங்களுடைய முதிர்ந்த வயதைக் கழிக்க விரும்புவதால், இங்கு நமது அன்றாட வாழ்வில் சமூக உறவுகளின் முக்கியத்துவம் மீண்டும் வலியுறுத்தப்படுகிறது!

கோவிட்-19க்கு எதிராக நம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுதல்

இந்தச் செய்திக்கடிதத்தை எழுதும் தருணத்தில், ஜூலை முதல் ஆகஸ்ட் 2022 வரையிலான காலப்பகுதியில் கோவிட்-19 நோய்த்தொற்றுகளின் புதிய அலைகள் ஏற்படக்கூடும் என்று சுகாதார அமைச்சு கணித்துள்ளது. இன்னும் தங்கள் திறனூக்கி ஏற்றுகளைப் (booster shots) போட்டுக்கொள்ளாத எங்கள் SLP உறுப்பினர்கள் அனைவரும் முடிந்தால் அதனைப் போட்டுக்கொள்ளுமாறு நினைவூட்ட விரும்புகிறோம்! கோவிட்-19 தொற்று நோயிலிருந்து நம்மையும் நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் பாதுகாக்க தடுப்பூசியே சிறந்த வழியாகும். திறனூக்கி ஏற்று (booster shot) மற்றும் பொதுவாக COVID-19 தடுப்பூசி பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, நீங்கள் www.moh.gov.sg/covid-19/vaccination-ஐப் பார்வையிடலாம்.

எங்களைத் தொடர்புகொள்ள

உங்கள் முகவரி அல்லது தொலைபேசி எண்ணை நீங்கள் மாற்றியிருந்தால், கருத்தாய்வை நிறைவுசெய்வதில் உங்களுக்கு ஏதேனும் வகையில் உதவி தேவையென்றால் அல்லது உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகளோ அல்லது கருத்துகளோ இருந்தால், தயவுசெய்து 6808 7910 என்ற எங்களுடைய நிலையத்தின் நேரடித் தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்புகொள்ளுங்கள் (காலை 9 மணி முதல் மாலை 5 மணி வரை, திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை) அல்லது slp@smu.edu.sg என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்புங்கள். உங்களிடமிருந்து கருத்துகளைக் கேட்பதற்கு நாங்கள் எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சியடைகிறோம்.

SMU
SINGAPORE MANAGEMENT UNIVERSITY