



A kölcsönös megértést támogató kommunikáció

Somorjai Ildikó
szociológus

Mérföldkövek

- V. Bell és munkatársai „A legjobb barátok a legjobb gondozásért”
- J. Cars és B. Zander: Szellemileg leépült idősek gondozása
- Kapaszkodó(k). Gyakorlati tanácsok a demencia útvesztőiben
- Juhász Ágnes: Demencia szakápolás. Érezni, érteni, tudni





Miért kulcskérdés a kommunikáció?

„Uram, te tudod, hogy nem az a fontos, hogy engem szeressenek, hanem az, hogy én szeressek. Nem az a fontos, hogy engem megértsenek, hanem az, hogy én megértsek.”

Assisi Szent Ferenc

- A kommunikáció megléte motivál, hiánya elszigetel és frusztrál.
- Az információ, magyarázat bizonytalanságcsökkentő tényező.
- Jó hatással van a kapcsolat minőségére, integrál.
- A személyközpontúságnak identitás megőrző funkciója is van.



Problémák

- A demenciával élők számához képest kevés az elérhető szociális szolgáltatás.
- A képzésekbe, továbbképzésekbe csak lassan kerülnek be a demencia-specifikus ismeretek.
- Diagnózis többnyire a középsúlyos, vagy súlyos szakaszban történik.
- A gondozó hozzátartozók támogatása és képzése nem elégséges. **Kivétel:2017**

Éntámogató hozzáállás

J.Cars és B. Zander 2009

- Bátorítás, motiválás, emlékeztetés
- Biztonság megteremtése
- Segítés az érzelmek szóbeli kifejezésében és visszatükrözésében
- Ráérezés a szükségletekre és ezek kimondása
- Adj figyelmet és hagyj időt!

Juhász Ágnes

Hatékony és mindig pozitív kommunikáció

Bátorítás, biztatás, dicséret

Mosoly!



Hogyan – „építkezés”

- Egy témára koncentrálni
- Általános életterületek
- Arra építeni, ami a hosszútávú memóriában „lehorgonyzott”
- Sok beszélgetés, társas élmény, hangulat
- Több érzékszervvel fogható élmény
(lát, hall, tapint, ízlel, szagol)
- A környezet alakítása, zavaró tényezők megszüntetése



„Beszélj hozzá”

- Szemkontaktus és érintés
- Odaforduló figyelem
- Érdeklődés, a válaszkészség felkeltése
- Világos, egyszerű fogalmazás
- Információ kis adagokban, „itt és most”
- Választás, eldöntendő kérdések
- Utasítások, parancsok kerülése
- Sok dicséret és pozitív visszajelzés
- Régmúlt pozitívumainak felidézése



Testbeszéd, érzelmek megjelenése az arcon

- Érintés
- Gesztusok
- Hangszín
- Érzelmek dekódolása

öröm

harag

meglepetés

undor

félelem

érdeklődés, kíváncsiság



„Mit ne”

- Ne süss! Ne faggass!
- Ne szaladj előre!
- Ne állíts nehéz feladat elé!
- Ne kérdezz olyat, amire nem tudom a választ!
- Ne hibáztass!
- Ne tekints gyerekeknek!
- Ne utasíts!
- Ne kiabálj!



Összefoglalás

- Fókuszban a személy és nem a betegség
- Érdeklődve figyelni a személyre
- Beszélni, beszélni és beszélgetni
- Megőrizni az örömkészséget
„Nemcsak az a fontos, hogy mit teszel, hanem az is, hogy jelen vagy.”

