

SPORAZUMEVANJE IN DEMENCA – predavanje za svojce (KOMUNIKACIJA 1.DEL)

Pripravila: asist. dr. Veronika Kragelj, univ. dipl. psih., specializantka klinične psihologije

Komunikacija

- 90% govora spremljajo geste
- 700.000 različnih telesnih znakov
- 250.000 obraznih izrazov
- 5.000 gibov rok (gest)

Pestrost nebesednega sporazumevanja

- Pogled
- Izraz na obrazu
- Telesna drža
- Gibi in geste
- Kvaliteta glasu
- Obleka
- Prostorska bližina oz. razdalja, ki se ustvarja v stiku z ljudmi

Če želimo, da bo sporočilo verodostojno, se mora nebesedni del sporočila ujemati z besednim. V nasprotnem primeru verjamemo nebesednemu sporočilu!

Besedna komunikacija

- Posameznik z demenco ima največje težave pri oblikovanju svojih zamisli in pri razumevanju zamisli drugih
- Pogosto so izoblikovane zamisli zavajajoče, za prizadetega človeka brez smisla, da se nanje ne more opreti

Miselno vztrajanje pri podobi je podobno zadrževanju vode v dlani

Posledice težav z zamislivi so težave z logičnim mišljenjem, sklepanjem, sprejemanjem odločitev

Vsak dan prinaša nove izkušnje, ki se preoblikujejo v informacije – spomine, ki se pridružijo že obstoječim, starim spominom

Oboleli z demenco pogosto ne »pozabijo« dogodka – dogodka enostavno ne zabeležijo, vkodirajo

Vseeno pa:

Nekatere nove spomine posameznik z demenco vseeno lažje priključijo v zavest – spomine, povezane z močnimi čustvi

Čustva pomagajo, da se dogodek zabeleži in se prenese v »skladišče starih spominov«

Pogoste komunikacijske situacije pri demenci

- Oseba nenehno ponavlja eno in isto vprašanje
- Oseba se v pripovedi ponavlja oz. Ponavlja isti delček informacije
- Pogovor s težavo začne in ga ohranja
- Oseba ima težave pri spremljanju pogovora, zlasti še, če je vanj vključenih več ljudi
- Med pogovorom izgublja rdečo nit
- Težave ima pri pomnjenju imen ljudi, krajev in predmetov
- Oseba ne more dobro slediti televizijskemu programu
- Pogosto neuskklajeno spreminja temo pogovora
- Ves čas govori le o preteklosti
- Začne o nečem govoriti in nato pozabi, o čem je govorila
- Trdi nekaj, kar ne drži
- Pri pogovoru se pogosto zelo vznemiri.

Različni načini odzivanja skrbnikov na komunikacijske težave

Primer: ponavljanje vedno istega vprašanja

- »Kar naprej mu odgovarjam.«
- »Vprašanje prezrem.«
- »Rečem ji, da sem ji na vprašanje že odgovoril.«
- »Na prvih pet vprašanj še odgovorim.«
- »Najraje odidem.«
- »Vzamem list papirja in nanj napišem vprašanje.«
- »Rečem, da nisem prepričan, kaj naj bi bil pravilen odgovor.«

Pomembno je razumeti vzrok

- Zakaj in kako nastane težava?
 - Pomembno se je zavedati, da ima posameznik težave z izvajanjem namišljenih podob, zamisli spominov

Zmedeni komentarji, »nesmiselni« načini vedenja so tako samo:

1. poskusi razvozlati zmedene miselne podobe
2. poskusi ukrepati brez opore

Zaradi težav z mislimi in podobami se posameznik ne zaveda, da govori ali počne nekaj, kar je nesmiselno, napačno

Tudi če se vsega tega zavedamo – včasih je za negovalca velik izziv da:

- ostane miren
- blago usmerja osebo
- mu nudi podporo brez občutka ogrožene samostojnosti

ABC smernice (Avoid..., Be..., Clarify...)

A – izogni se konfrontaciji:

- Soočanje z napakami povečini ne pomaga!
- Pri odgovorih je uporabna »nezavezujoča strategija« za izogibanje dolgotrajnemu razpravljanju, da varovanca ni potrebno popravljati npr. »Ali res?«, »Ne vem, kaj bi rekel.«
- Pri tem ne smemo zavajati z namernim dajanjem napačnih informacij!

B – Ravnaj smotrno, pragmatično:

- Uporaba preprostih, kratkih odgovorov; napisan odgovor; previdna zamenjava teme pogovora; navezava na stare spomine

C – Ubesedi čustva varovanca in ga potolaži

- Če je varovanec prestrašen, vznemirjen – ubesediti čustva, povedati svojo misel o njegovem počutju
- S tem njemu samemu pojasnimo njegovo počutje in ga pomirim