A stack of seven smooth, grey stones is balanced on a mossy rock in a bamboo forest. The stones are stacked in a slightly irregular but stable manner, with the top stone being the smallest and the bottom stone being the largest. The background is a dense forest of bamboo stalks, which are out of focus, creating a soft, green bokeh effect. The overall scene is peaceful and serene.

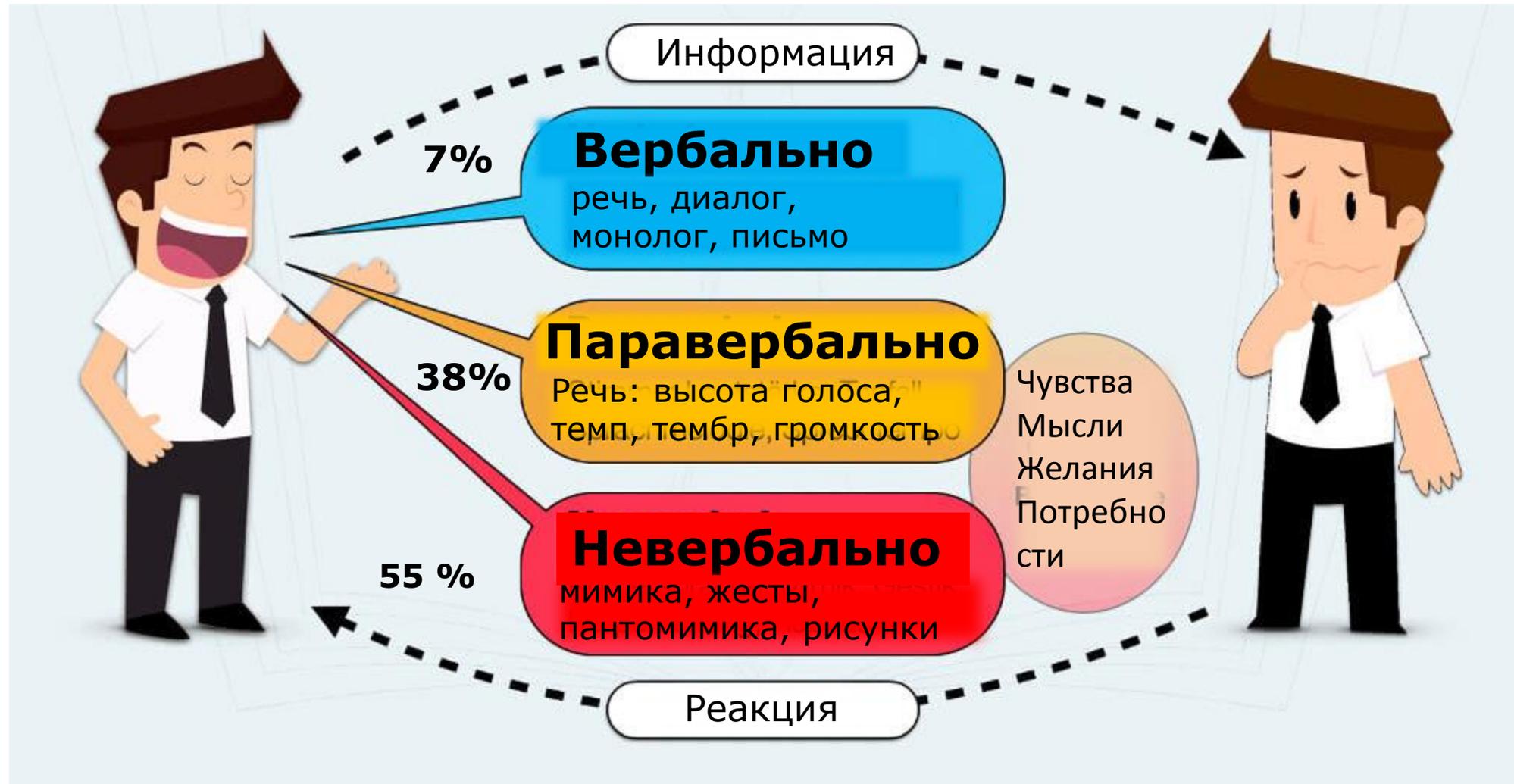
Общение с  
ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ  
с деменцией

# Коммуникация – это общение

- ❑ Опосредованное и целесообразное взаимодействие двух и более человек
- ❑ Процесс передачи информации
- ❑ Процесс одновременного взаимодействия и их воздействия друг на друга
- ❑ Передача информации от одного человека другому



# Форма общения



# Модель с 4 уха (Шульц фон Тун)

Каждое сообщение в основном состоит из четырех уровней, на которых люди общаются друг с другом:

- Фактический уровень (синий ) Что я говорю? (цифры, данные, факты)
- Самораскрытие (зеленый ) Что я о себе выдаю? (чувства, личность, мировоззрение)
- Уровень отношений (желтый ) Что я чувствую к тебе? (отношения, симпатия, признательность, уважение)
- Уровень апелляции (красный ) Чего я хочу достичь с тобой? (просьба, реакция, бездействие)

# Проблемы коммуникации



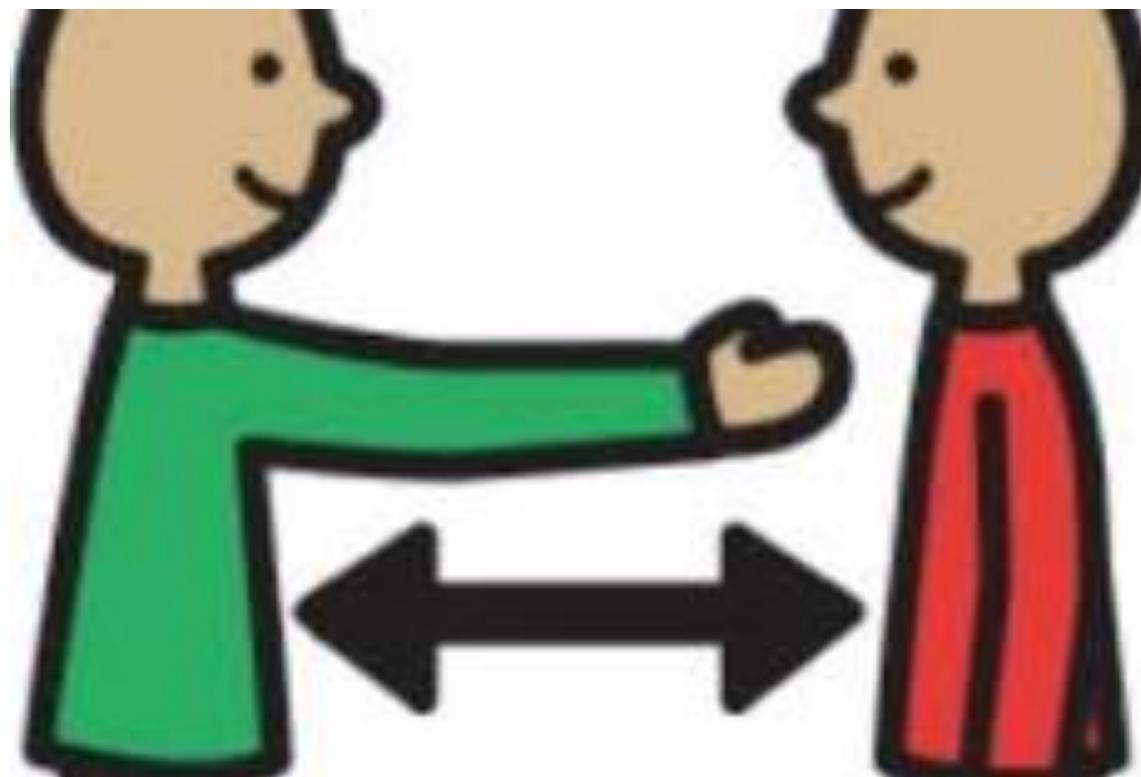
# Четыре межсубъектные зоны



## Тренинг 1

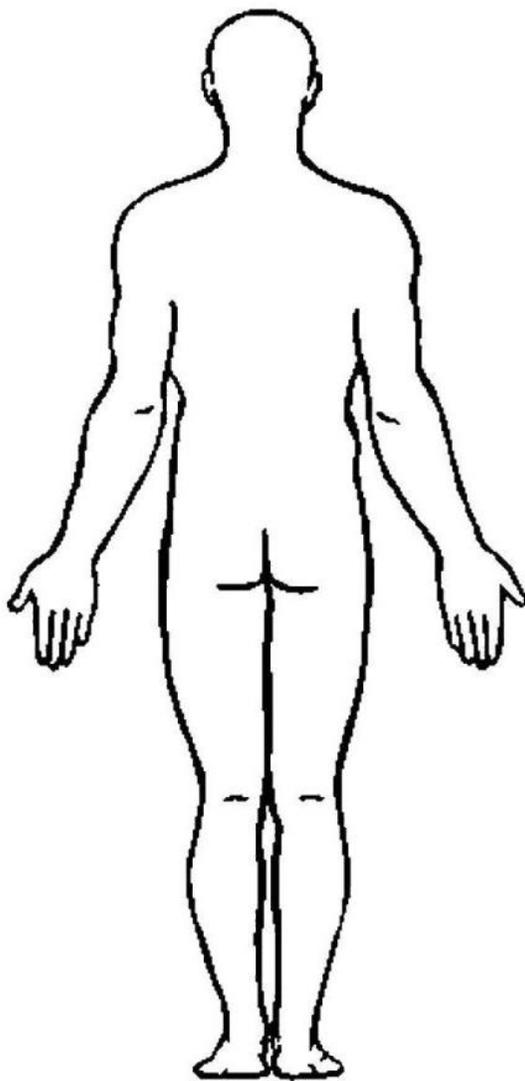
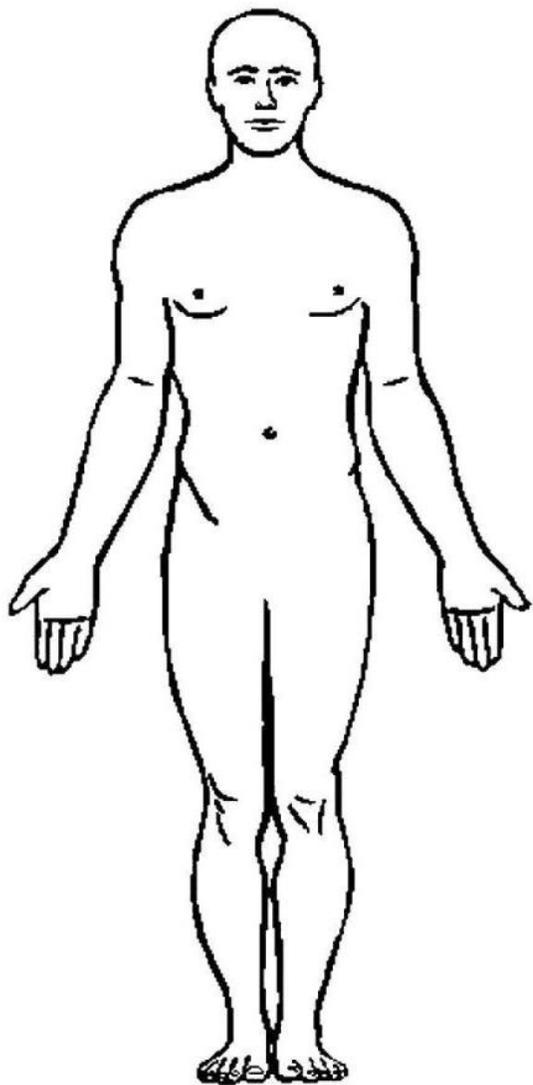


Скажи: «Стоп!»



## Тренинг 2

## Раскрась



☒ или ● цвет, те места, где возможны прикосновения даже незнакомого человека

☒ или ☒ цвет, те места, где могут прикасаться только знакомые люди

● или ● те места, где возможны прикосновения только врачам и партнерам

# Проблемы коммуникации при деменции

- трудности с подбором нужного слова
- повторение слов и фраз
- использование одного слово, имея в виду другое
- прошедшая реальность
- быстрая речь, несвязная и бессмысленная
- собеседник не понимает обращённой к нему речи или понимает только часть из сказанного



- нет ответа на заданные вопросы
- игнорирование своего собеседника
- перебивание говорящего
- утрачивание умения читать и писать
- забывание имен соседей, знакомых, дальних и близких родственников
- подозрительность
- обидчивость
- агрессия
- невозможность вербальной коммуникации
- многое другое

# Путешествие в мир деменции

Представьте себе...



Вы лежите в постели  
и не понимаете где вы находитесь,  
вы хотите убежать,  
но вы привязаны и не можете встать

# Путешествие в мир деменции

Представьте себе.....



Вы проснулись  
и перед вами стоит незнакомая  
женщина,  
начинает вас раздевать,  
вы кричите, деретесь,  
но это ее не останавливает.....

# Путешествие в мир деменции

Представьте себе....



Вы едите в ресторане и официант хочет вам таблетки в рот засунуть....  
Вы зажимаете губы, но он продолжает пихать вам таблетки силой

# Путешествие в мир деменции

Представьте себе....



Вы дома один и хотите в комнату детей/мужа, вы думаете, что там пожар.....  
Но дверь заперта и вы не можете спасти любимых вам людей

# Чего не надо делать?



- ❑ Давать успокаивающие медикаменты - ведет к падениям, снижению возможностей, к потере независимости
- ❑ Привязывать, запирасть, ограничивать - ведет к сомнениям, страхам, переживаниям, вызывающему поведению
- ❑ Обвинять, ставить клеймо (конфронтация по Китвуд)

# Что мы можем сделать?

- Находиться мысленно в мире человека с деменцией и сопереживать
- Выслушивать
- Понимать и проговаривать чувства
- Прерывать манипуляции и позже к ним возвращаться



- Оpoznавать и признавать страхи
- Вести беседы, искать пути, действовать, смеяться, шутить, играть
- Вовлекать членов семьи

- Искать в биографии причины сегодняшнего поведения

# Мир существования



- распознать этот мир
- следить за своими эмоциями и эмоциональным состоянием человека с деменцией («заразное» поведение-опасность)
- знать и использовать «истории жизни» (работа с биографией)
- учитывать жизненные ценности (Что важно для человека? Какие его ценности?)

Ключ ко многим моделям поведения людей с деменцией лежит в их биографии

# Работа с биографией или уход за памятью

- стимулирует личные автобиографические воспоминания
- обеспечивает поддержку и благополучие человека
- облегчает его сопровождение



## Долговременная память помогает:

- сохранить человека, как личность
- использовать правильные «якоря»
- сохранить идентичность
- повысить самооценку
- интегрировать в социум
- поддержать коммуникативные навыки
- знать и избегать болезненные темы
- стабилизировать воспоминания

# Помощь «старых» воспоминаний и универсального опыта

Общение легче, если темы беседы связаны с сильными, а не слабыми сторонами человека

Какие воспоминания можно вызвать легко, какие тяжело?

## **Неправильно:**

- «Что вы ели сегодня на завтрак»
- «Сколько лет вашей внучке»

## **Правильно:**

Опирайтесь на:

- старые воспоминания
- чувства
- ситуации, которые понятны всем людям (школа, первая работа, игры)

## **Человек с деменцией с трудом может:**

- обдумывать ответы на вопросы
- делать логические заключения



# Самые сильные воспоминания – родом из детства

## Детство – поведение

- «Вы были послушным ребенком, или сорванцом?»
- «Какой ваш поступок был самым дерзким?»
- «Как вас наказывали родители?»
- «Что делали, о чем родители не знали?»

## Детство- школа и друзья

- «У вас был любимый учитель?»
- «У вас был любимы друг?»
- «Был у вас учитель, которого вы на дух не переносили?»

## Детство – важные события

- «Попадали ли вы в детстве в больницу?»
- «Была ли у вас специальная одежда на праздники?»
- «Какой семейный праздник вы любили больше всего?»



## Детство- игры

- «Во что вы играли охотнее всего?»
- «Был ли у вас домашний питомец?»
- «У вас была любимая игрушка?»

## Детство – страхи

- «Боялись ли вы в детстве темноты?»
- «Ходили ли в детстве к зубному врачу?»
- «Боялись ли вы пауков?»

# Молодость- воспоминания

## Молодость - работа

- «Что вы чувствовали, когда закончили школу?»
- «Какова была ваша первая работа?»
- «Сколько вы тогда зарабатывали?»
- «На что вы потратили свою первую зарплату?»

## Молодость –социальная ситуация

- «Где вы раньше проводили свободное время, куда ходили по вечерам?»
- «Можете ли вы вспомнить своего первого друга или подругу?»

## Такие темы:

- способствуют беседе
- подходят для групповых разговоров
- не напрягают умственные способности

## В помощь беседе:

- открытки
- фотографии
- знание биографии
- журналы, газеты



# Помогать понимать

## Подумайте:

- о зрении
- о слухе
- об окружении
- о манере речи



Неправильно	Правильно
Задавать вопросы, передвигаясь с места на место, занимаясь чем то другим	Исключить фоновые шумы (телевизор, радио и др.)
Смотреть в другую сторону (в окно, например)	Установить зрительный контакт
Начать разговор «внезапно»	Назвать по имени, коснуться руки до того, как начнется разговор
Стоять, когда собеседник сидит (разговор «сверху»)	Находится на одном уровне перед человеком
Слишком много слов в предложении	Использовать короткие простые предложения
Торопить с ответом	Дать время на обдумывание ответа
Говорить быстро, невнятно	Говорить четко, подчеркивая важные слова

# Важно

- показывать по возможности на то, о чем идет речь
- избегать открытых вопросов
- использовать конкретные понятия: «какой сильный дождь» вместо «льет, как из ведра»
- обозначать тему разговора: «хочу поговорить о вашей дочери»
- подчеркивать важные слова: «купила вам ваши любимые конфеты»
- использовать воспоминания об определенных людях и местах: хочу рассказать про твоего брата Володю (фотография), мы завтра с ним пойдем пить кофе в кафе «Ромашка» на улице Мира
- после каждого предложения делать короткую паузу



# Особенности поведения



**Агрессия**



**Обвинения**



**Нетерпение**



**Сложность в подборе слов**



**Депрессия**



# Общаемся с людьми с деменцией

## Терпение и уважение

Использовать жесты, взгляд, прикосновения как средства общения

## Использовать простые предложения

**X** «Подайте мне красный карандаш, который

**V** около белой вазы на столе лежит»

«Подайте мне карандаш со стола»

## Не ставить перед выбором

**X** «С чем вы хотите ваш утренний бутерброд сегодня?»

**V** «Хотите варенье?» «Хотите мед?»

## Не вступать в пустые дискуссии

Избегайте конфликты сменой темы

Заговорите о простом: «У вас красивое платье»,

«На улице погода хорошая»



## Пример из практики



### Проблема

Человек с деменцией обвиняет всех, что у него украли кошелек

### Реакция

Или отвлечь другим разговором на любимую тему, или пойти поискать вместе кошелек

# Действовать по принципу АВС

**А** – Избегать конфронтации (Avoid confrontation)

Не указывать живущему с деменцией на его ошибки  
Выбрать «ни к чему не обязывающую стратегию» без реакции на ошибочные высказывания:

«О правда?», «Я не знаю»

**В** – Реагировать целесообразно (Be practical)

Предугадать и избежать критическую ситуацию

**С** – Обозначить чувства клиента и успокоить его  
(Clarify the feelings and comfort)

Обозначить чувства живущего с деменцией

- Бережное сопровождение
- Направлять так, чтоб не было ощущения несамостоятельности



# Стратегии решения проблем

**Проблема:** «Постоянно задает один и то же вопрос»

## **Почему?**

- одно и то же понятие (мысленный образ) снова и снова возникает в голове и формулируется им как вопрос
- он забыл ответ, который ему уже дали
- он забыл, что уже задавал этот вопрос

## **А- избегайте конфронтации**

- не говорите: « Вы это уже спрашивали»
- можно использовать ни к чему не обязывающий ответ: «Я не уверен», «Я не знаю»

## **В – реагировать целесообразно**

- попробуйте давать простые и короткие ответы
- записать ответ, отдать записку и просить прочесть
- не говорите о запланированных делах и встречах заранее, лучше ближе к событию
- отвлечь внимание

## **С – обозначить чувства**

- например: «Вас беспокоит, что вы забыли какой сегодня день?»
- «Я тоже иногда забываю...»



# Стратегии решения проблем

**Проблема:** «Говорит вещи, которые просто неправильны»

## Почему?

- смешиваются мысленные понятия, образы, становятся неясными и трудно отделимыми. Настоящее – это прошлое

## **А- избегайте конфронтации**

- не говорите: « Вы же уже не работаете», «Что вы говорите, это не правда»

## **В – реагировать целесообразно**

- сказать не отрицая и не критикуя: «Должно быть, это хорошо-быть пенсионером. Не надо рано вставать на работу»
- или: «Ваша работа была, наверное очень интересной»
- сменить тактично тему: «надо не забыть мне полить сегодня цветы»

## **С – обозначить чувства**

- например: «Вы скучаете по своей работе, да?»



# Стратегии решения проблем

**Проблема:** «Сложно начать и продолжить разговор»

## Почему?

- понятия (мысленные образы и представления) с трудом активируются в мозгу

## **А- избегайте конфронтации**

- не говорите: « Вы никогда не разговариваете со мной», «Вы вообще ничего не можете мне ответить?»»

## **В – реагировать целесообразно**

- взять на себя начало и продолжение разговора
- обратиться к старым воспоминаниям и универсальному опыту
- использовать альбом воспоминаний

## **С – обозначить чувства**

- например: «иногда просто не знаешь, что сказать»»



# Стратегии решения проблем

**Проблема:** «Кричит и ругается»

**Почему?**

- сложно оценить ситуацию и мыслить логически
- недопонимание

**А- избегайте конфронтации**

- не принимать это поведение на свой счет
- не думать о том, кто виноват
- сохранить спокойствие, дать ситуации пройти естественным путем

**В – реагировать целесообразно**

- понять какие ситуации критичны и как их избежать

**С – обозначить чувства**

- например: «Жаль, что вы расстроились»



# Стратегии решения проблем

## Проблема:

- «тяжело найти слова»
- «путает слова»
- «начинает о чем то говорить и забывает о чем»
- «все время говорит о прошлом»
- «не может принять решение, даже, что кушать»

## Почему?

**А- избегайте конфронтации**

**В – реагировать целесообразно**

**С – обозначить чувства**



# Стратегии решения проблем

## Ситуация:

Женщина сидит за столом в учреждении и бесконечно зовет: «Бабушка! Мама!»

## Почему?

- старые воспоминания и представление о времени смешиваются в мозгу, и прошлое кажется настоящим
- не понимает где она и почему здесь находится
- Чувствует себя потерянной, одинокой, смущает незнакомая обстановка

## Малополезный ответ:

- «Хватит, сейчас завтрак будет»
- «Бабушка и мама давно умерли»

## Обозначьте чувства человека:

- Вы должно быть очень скучаете по своей маме?
- Какая она ваша мама?



# Стратегии решения проблем

## Ситуация:

«взял корзину с мусором, унес в другой угол и рассыпал»

## Почему?

- ощущение, что должен что-то сделать, но понятия «что» в мозгу не формируется
- Какие-то образы из прошлого (выносил мусор дома из ведра)
- Нет логического мышления- нет оценки целесообразности

## Малополезный ответ:

«Что вы делаете? Прекратите! Идите сядьте в холле!»

## Обозначьте чувства человека:

«вы большой молодец, давайте теперь я вам помогу собрать мусор»



# Тренинг 3

## Группа 1

### **Иван Петрович с деменцией**

Бывший водитель автобуса  
Рвется на работу. Ко всем  
подходит и спрашивает где  
выход. У него паника, он  
опаздывает.

## Группа 2

### **Константин Викторович с деменцией**

Из многодетной семьи  
Каждый вечер не уложить спать,  
становится волнительный и  
громко кричит: «Вася!!!!  
Васька!!!» это его младший  
брат, который умер уже 17 лет  
назад. Но в его реальности он  
жив, и его нет дома

## **Группа 1,3**

Привести мужчин в столовую

## **Группа 2**

Уложить спать мужчину

## Группа 3

### **Александр Борисович с деменцией**

Бывший тракторист  
То бегает и стонет, то сидит,  
качается и мычит.  
Болит живот, запор. Объяснить  
и показать не может, что болит

**Когда любимый человек становится чужим...**



**Потерянный в чужом мире**

# Метод для понимания поведения дезориентированных

## Валидация



Наоми  
Фейл

## Интегративная Валидация



Николь  
Ричард

- уважение
- восприятие личности
- вместо корректировки, принятие
- поддержания достоинства человека и возврат к его личности
- найти человека там, где он находится и сохранить там, где они еще не потеряны

# Валидация



Отвечать на чувства,  
а не на слова

Понять и принять

Это я и мое понимание  
ситуации, а это ты –  
и твое понимание

# Цели валидации



- ❑ восстановления чувства собственного достоинства
- ❑ редуцировать страхи
- ❑ подтверждение прожитой жизни
- ❑ предотвращение одиночества и пустоты

# Личностно-ориентированный подход к уходу (Том Китвуд)



Любовь – начало и конец  
нашего существования.  
Без любви нет жизни.  
Конфуций

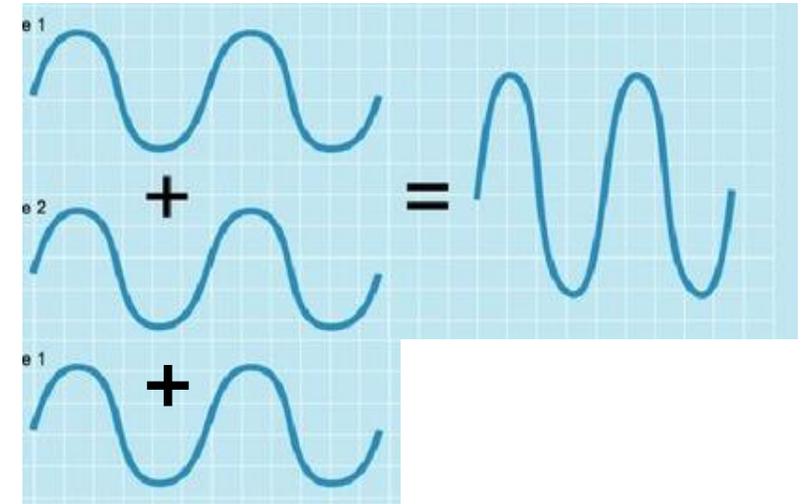
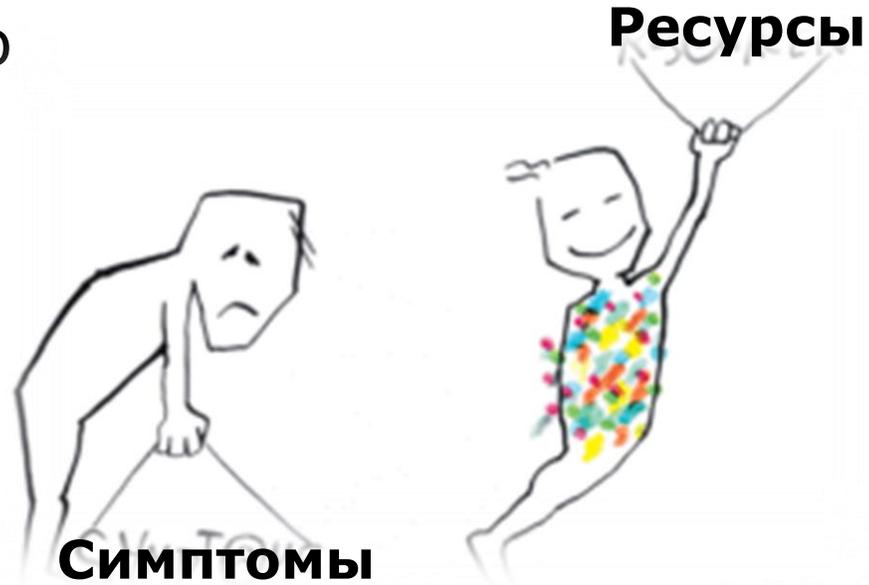
Будь моим другом, он мне  
нужен, но не будь моим  
управителем



# Салютогенез (Аарон Антоновский)

Изучение источников здоровья человека:

- физического
- душевного
- духовного



Радость и смысл в жизни  
Источник здоровья

Здоровье так же заразительно, как и болезнь. Ромен Роллан

# Салютогенез медицинский социолог Аарон Антоновский (1923-1994)

## Постижимость

У меня есть ресурсы  
повлиять на процесс



## Управляемость

Я могу  
структурировать и  
понимать



## Осмысленность

лично для меня  
это важно

Изучение источников  
физического, душевного  
и социального здоровья  
человека

когерентность

Здоровье так же  
заразительно, как и  
болезнь. Ромен Роллан

# Практика по Том Китвуд

## Позитивное взаимодействие

- Осознать
- Общаться
- Работать вместе
- Играть
- Стимулирование базальной стимуляцией, снузелен, общение с животными)
- Праздновать
- Расслабляться
- Валидировать
- Поддерживать ментально и физически
- Облегчать
- Созидать
- Соединить ухаживающего и человека с деменцией

## Избежание конфронтации, чего нельзя делать

- Не профессиональный уход (любые сомнительные формы)
- Подчеркивать беспомощность и зависимость (не давать что то делать), применять насилие
- Инфантилизировать (общаться , как с ребенком)
- Запугивать, обвинять, унижать, сплетничать
- Этикировать (нет «дементных», есть человек с деменцией. Диагноз не позволяет сразу к этому человеку по другому относиться)
- Стигматизация (кого либо за неодушевлённый предмет принимать), игнорировать
- Информационная перегрузка (много и быстро подавать информацию), перебивать, скрывать (утаивать) что-то
- Запреты (выгонять, запираеть, отстранять)
- Доводить до состояния объекта

# Тренинг 4

## Группа 1

### **Антонина Петровна с деменцией**

Мать 4 детей

Возит тапкам по столу

В своем мире вытирает стол

Выглядит в нашем мире, что просто стучит по столу и мычит

## Группа 2

### **Мария Ивановна с деменцией**

Бывшая крановщица

Бегает и кричит «вира!»

В своем мире она на работе, не получается положить плитку

В нашем мире выглядит, как агрессия на всех, мычит, мычит, потом опять: «Ви́ра», и это единственное слово, которое она говорит

## Группа 1,2,3

Необходимо собрать всех женщин в столовой на обед

## Группа 3

### **Наталья Александровна с деменцией**

Бывший аптекарь, очень аккуратная всегда была, большое значение придавала своей внешности

Сидит и качается на стуле, стонет

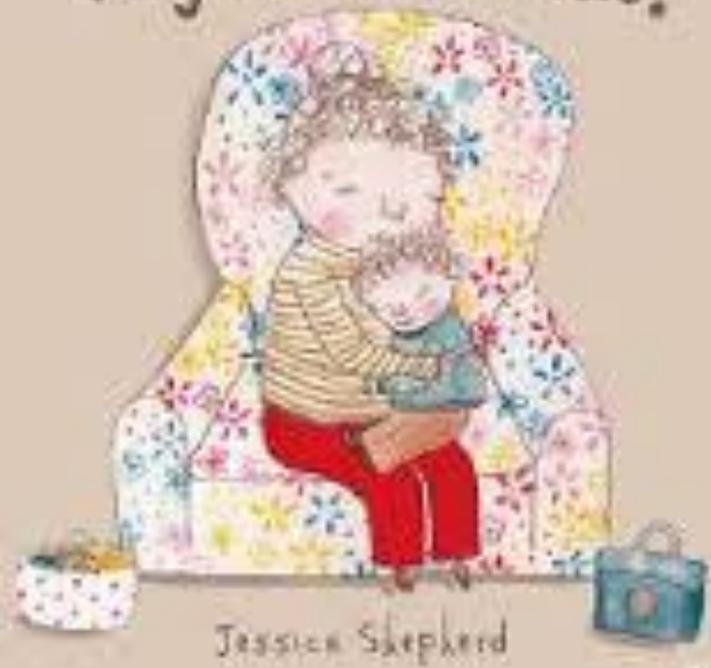
Мокрый подгузник

Показать и объяснить в чем проблема – она не может



- Дети очень чувствительны на изменения в поведении бабушек и дедушек
- Родители должны объяснять детям, что это за заболевание

\* Oma, \*  
vergiss mich nicht!



Jessica Shepherd



# Концепт базальной стимуляции

**Ощущения**- это способ нашей нервной системы получать информацию о том, что происходит с нашим телом и окружающей средой



# Письмо человека, живущего с деменцией нам

«Мы с вами вместе овец не пасли»



# Письмо человека, живущего с деменцией нам

*Уважаемые заботящиеся обо мне люди,*

*Как вам известно, живу с деменцией. Со временем свыкся и, даже, стал себя чувствовать довольно комфортно в новой обстановке. Погружаюсь в мир, которого я раньше не знал, позволяю себе поступки, которые раньше не совершал, говорю вещи, которые раньше не позволял себе.*

*Но есть и проблемы- это ваш тон и неуважительное ко мне отношение. Вы со мной разговариваете, как с ребенком. Мне обидно и стыдно. Поймите, я не дитя, я взрослый пожилой человек, у которого большой пережитый опыт длинной жизни. Моя душа бодрствует, а моя интеллигентность не умерла, хоть и претерпела изменения. Я вижу этот мир по-другому, отлично от вас, и это нормально. Мне не понятно, зачем вы объединяете нас в группы, где молодая девушка со мной, как с ребенком общается и обо мне в третьем лице говорит. Раньше бы я отреагировал на такое обращение любимой своей поговоркой «Мы с вами вместе овец не пасли». Мне совершенно не хочется играть в детские игры и ощущать себя в детском саду. Говорите со мной, пожалуйста, уважительным тоном, чтоб я мог себя ощущать достойным человеком. Мы можем вместе поиграть, например кроссворд разгадать, я всегда это любил делать. Я, конечно не понимаю смысла вопроса и не могу написать слово, но вид колонок и букв, радует меня невероятно. Многого забывается, во многих повседневных делах нужна ваша помощь. У меня к вам просьба, помогите мне пожалуйста там, где мне помощь нужна, дайте возможность мне делать самому то, что я еще могу делать. Помогите мне помочь самому себе. Это то, о чем я мечтаю и от чего мне очень хорошо и спокойно.*

*Спасибо вам за понимание, и я рад нашей совместной деятельности.*



**АНДРЕВ ЛЕНА**

**Эксперт  
БФ «Старость в радость»**