

OHRANJANJE MISELNIH SPOSOBNOSTI STAROSTNIKOV

Zavodi za institucionalno varstvo starejših v Sloveniji imajo zelo pestro vsebino pristočasnih aktivnosti. Organizirajo jih zaposleni zavoda, največ delovne terapevtke in socialne delavke, v povezavi z drugimi – prostovoljci, organizacijami, šolami itn.

Struktura stanovalcev v zavodih institucionalnega varstva se spreminja. Znatno se povečuje delež oseb, ki so bolj ali manj odvisne od tuje pomoči, in oseb z demenco. To hkrati pomeni, da se spreminjajo tudi oblike pristočasnih aktivnosti. Vse več je stanovalcev, ki potrebujejo več individualne pozornosti, težje sodelujejo in zaživijo v skupinah. To je populacija, ki je še posebej odrinjena. Znatno delež teh stanovalcev je bolj ali manj pasiven, dostikrat ležijo v postelji.

Poleg potrebne nege in pomoči si star, od pomoči odvisen človek želi zlasti bližine. Včasih v zavodih zaradi nujnosti sprejema ne moremo zadostiti najbolj potrebnemu – da je starostnik nameščen v kraju, kjer ima družino, prijatelje, znance, ki bi ga lahko obiskovali.

Tako v ta odnos, druženje, stopajo druge osebe, ki jih zmore zagotavljati zavod.

Pri starostnikih, ki so zaradi bolezni že zelo pasivni, težje komunicirajo, so za povrh še v novem, neznanem okolju, potrebujemo določen čas, da vzpostavimo stik. Pri tem so zelo dobrodošle tudi iztočnice, prek katerih ga navežemo.

Včasih si kakšno situacijo lažje predstavljamo, če imamo o njej svojo, četudi svojstveno predstavo. Tako je življenje dostikrat reka z mrtvimi rokavi ali cesta s križišči. Človeški spomin si lahko predstavljamo kot veliko omara s predali. Nekateri imajo še ročice in prijemale, da jih lahko odpremo. Nekateri predali niso povsem zaprti in lahko v režo vtaknemo prst ali palico in jih tako odpremo, nekateri se zatikajo pri odpiranju, a vsaj pokukamo lahko vanje. Potem pa so predali, ki jih sicer imamo, a ostajajo zaprti.

Pri odpiranju teh predalov našega uma, v katerem je naloženih toliko spominov, potrebujemo pripomočke.

Umske sposobnosti niso za vedno pridobljene, ampak tudi ugašajo, če jih ne ohranjamo – z govorom, prebujanjem spominov, z medsebojno komunikacijo, sposobnostjo priklica podatkov, poslušanja. Ljudje lahko tudi pozabijo govoriti in ob poslušanju tudi pozabijo pomen besed.

V domu starejših v Hrastniku sva socialna delavka in delovna terapevtka v praksi poleg številnih drugih oblik pristočasnih aktivnosti z organiziranimi aktivnostmi dali poudarek prav dejavnostim za ohranjanje čilosti možganov. Organizirali sva in že celo desetletje vodiva skupine ugankarjev.

Po izkušnjah, ki jih imamo v našem domu že od njegovega nastanka, je reševanje miselnih problemov v skupini za stanovalce zelo privlačna aktivnost. Dobrodošle so sicer vse dejavnosti, ki pritegnejo stanovalce k aktivnemu sodelovanju, vendar mnoge od njih zahtevajo ročne spretnosti, dober vid, predhodno znanje, zato niso primerne za vsakogar. Reševanje miselnih problemov v skupini lahko izvajamo tudi ob slabem vidu, odsotnosti govora in z nespretnimi rokami. Pogosto mora vodja skupine

sicer prilagoditi naloge, člani skupine pa ne urijo samo svojih spoznavnih sposobnosti, ampak tudi toleranco in strpnost do drugačnih. Pomembne so socialne interakcije med člani skupine. Ker se v skupini počutijo uspešni, pridobijo občutek varnosti. S tem pa se krepijo tudi vezi med člani skupine.

V skupine so stanovalci zelo radi vključujejo. Za pozitivno se je pokazalo, da smo določili pravila, da je članstvo prostovoljno, da ne merimo in ne ocenjujemo rezultatov; vsi smo enaki, nihče ni boljši in drugi ni slabši – glavni namen je skupno razvedrilo.

Težko bi z rezultati ponazorili pozitivne učinke teh druženj. Na vsak način pa so vidni v primerjavi s tistimi, ki ostajajo v splošnem pasivni, ki si niso zmogli izpolniti dneva z določenimi dnevnimi opravki, ki se niso uspeli živeti v svoje starostno obdobje, so za povrh zagrenjeni in se pogosto oborožijo s stavkom: »To je za otroke!« in želijo imeti mir.

Za ugankarjem je druženje priložnost za kratek čas, za drobne zanimivosti, za pričakovanje, v skupini se razvedrijo. Zelo koristne so vse sposobnosti, ki jih z igrami prebujamo: pozornost, orientacija, prepoznavanje, koncentracija, uporaba spomina, oblikovanja predstav, reševanje problemov, ohranjanje besednega zaklada itn.

Strokovni delavki načrtujeva srečanja tako, da se lahko vključujejo tudi stanovalci, ki slabše vidijo ali slišijo, skratka, da se lahko vključi čim širši krog zainteresiranih stanovalcev.

Pomembno je, da voditelj dobro izbere zahtevnost nalog in da v primeru, da je naloga za koga prezahtevna, rešitev povedo drugi. V skupini se družijo stanovalci z večjimi ali manjšimi motnjami spoznavnih sposobnosti (z znaki demence) in taki brez motenj. Slednji se učijo strpnosti do drugačnih, spoznavajo zmedenost in demenco. Če so stanovalci z motnjami spoznavnih sposobnosti v skupini sprejeti z razumevanjem, če jim skupina pomaga in jih spodbuja, se tudi tisti brez motenj ne bojijo demence tako zelo. Pridobijo vsaj nekaj zaupanja, da bodo enake obravnave deležni tudi sami, če jih doletijo podobne težave.

Pristope, ki sva jih preskusili v delu s stanovalci, sva zapisali v knjigi Ugankarski kotiček, da bi prispevali k lažjemu začetku tudi drugim, ki načrtujejo delo s starostniki. Če kaj znaš in misliš, da ti je uspelo – deli z drugimi.

V domu je vse manj stanovalcev, ki kaj preberejo, kaj napišejo. V glavnem se pogovarjajo, poslušajo radio in del jih gleda televizijo. Zato so dodane vsebine še kako dobrodošle.

Z leti se je zgodilo dvoje: čili stanovalci doma iz prvih let so opešali, pri novih sprejemih pa prevladujejo stanovalci z demenco ali pa težje pokretni in nepokretni stanovalci. Taki stanovalci zelo težko sodelujejo v skupinah. Potrebujemo individualni pristop.

Pomembno je tudi sodelovanje med strokovnimi delavci. Pogosto pozabljamo, da lahko iste aktivnosti uporabljamo različni strokovnih delavci za dosego različnih ali enakih ciljev. Reševanje miselnih problemov uporabljamo kot sredstvo za preprečevanje motenj spoznavnih sposobnosti, kot prostočasno dejavnost in kot priložnost za socialne interakcije. To troje je nerazdružljivo in uporabno za različne strokovne delavce in priložnosti.

Skladno z možnostmi se v našem domu vključujeta dve skupini oseb za druženje in kratkočasenje s stanovalci – skupina dijakov ali študentov v okviru učnih in študijskih skupin kot prostovoljci in delavke, zaposlene prek javnih del v programu družabništvo. Vsako leto se glede na način dela ta skupina ljudi zamenja. V praksi se je pokazalo, da ni tako enostavno pristopiti k postelji, nagovoriti stanovalca in dobiti njegov odziv v razmeroma kratkem času. Tudi tu so se besedne igre pokazale kot koristen pripomoček pri navezovanju stika s stanovalci. Prav te igre so dostikrat tisti pripomoček, ročica, ki odpre predal v omari, v katerem so starostnikovi spomini. Tedaj družabnica-prostovoljka seveda preneha igrati in prisluhne pripovedovanju stanovalca, kajti namen je dosežen – našel je besede, spomnil se je česa in pripoveduje. Včasih ob takih druženjih resnično doživiš drobne, lepe trenutke, ki pobožajo dušo.

Tako sva poleg dela s skupinami stanovalcev v delovni proces vključili še druženje s

posameznimi stanovalci. Prostovoljcem in družabnicam pripraviva izhodišča, o poteku in učinku stikov se pogovarjamo.

Jasna Rižner Kosm

Andreja Kurbus

Dom starejših Hrastnik, Novi Log 4-A,
Hrastnik