

A jó gyakorlat gazdája	Szervezet/Intézmény neve:	Baptista Szeretetszolgálat Szeretetotthona
	Szervezet/Intézmény címe:	7636 Pécs Malomvölgyi út 21.
	Nyújtott szolgáltatás típusa:	Idősek és demens betegek ápoló, gondozó otthona
	Jó gyakorlatot prezentáló szakember neve és titulusa:	Feldné Tóth Rózsa Terápiás munkatárs
	telefonszáma:	30/452 0556
	e-mail címe:	titkarsag.pecs@baptistasegely.hu
A jó gyakorlat címe	Vegyes csoportfoglalkozás	

A jó gyakorlat célcsoportja/i

A demens és a nem demens ellátottak

A jó gyakorlatot életre hívó probléma / A helyzet leírása

A részlegünkön 80 fő ellátott él életvitelszerűen, ebből 40 fő fokozott felügyelettel bíró demens részlegen él. A demencia-részlegen élők 70%-a közép súlyos, vagy súlyos demenciában szenved.

A vegyes csoportfoglalkozást 10 éve kezdtük el a részlegen. Az elmúlt években két helyiség állt rendelkezésünkre, ahol azonos időben kis csoportos foglalkozásokat tartottunk. A tapasztalataink és az ellátottak kérésére azonban megváltoztattuk a foglalkozások menetét és összetételét. Délelőttönként 10-től 11-ig vegyes csoportfoglalkozást tartunk, délután 14-15:30-ig tartjuk a kreatív és fejlesztő foglalkozásokat.

A foglalkoztatás nehézségei vegyes foglalkozás esetén

- az átlagos ellátású lakók nem megfelelő toleranciája
- ismeretek hiánya (a demencia mint betegség)
- nem megfelelő empátia egymás iránt
- nem megfelelő tisztelet a demensek iránt
- nem megfelelő motiváció.

A foglalkoztatásnál nehézséget jelent:

- a demencia szintje
- a csökkent vagy hiányzó motiváció
- labilis hangulat
- agitáltság
- érzékszervi depriváció
- nagyothallás
- gyenge látás
- gyakran előfordulhat hirtelen megjelenő mentális vagy fizikai állapotromlás.

Részlegünkön a terápiás munkatársak, az ápolók-gondozók valamint a részlegvezető közötti együttműködés segíti a megfelelő hatékonyságú foglalkoztatást.

A jó gyakorlat leírása

Célunk az ellátottak képességei és szükségletei figyelembevételére szerinti foglalkoztatás. Tájékozódás a csoportfoglalkozáson résztvevők állapotáról, a demencia, mint betegség ismertetése a csoporttagokkal. Figyelnünk kell a differenciált bánásmódra.

Módszerként alkalmazható a kibeszéltetés, magyarázat, cselekedtetés, sok dicséret, ösztönzés, gyakoroltatás, segítő szándékú hibajavítás, értékelés, megfelelő kommunikáció (egyszerű érthető mondatokat használjunk), szemkontaktus.

A csoport foglalkozáskor fontos:

- A csoporttagok előzetes megismerése, életút, az élettörténet fontos eseményei, családi kapcsolatok, érdeklődési kör.
- Megfelelő környezet biztosítása: meghatározott helyszín, azonos időpont, a résztvevők körbe ülnek, hogy lássák egymást.
- Minden nap azonos időpontban, megszokott környezetben (zárt helyiség, minden zavaró körülményt ki tudjunk zárni) tartjuk a foglalkozást.

Fontos az egyéni szükségletek felmérése, hogy a biztonságérzet, identitástudat, autonómia, önbecsülés és a közösséghez tartozás érzése megvalósuljon.

Fontos a foglalkozás felépítése. Ismereteket adjon, emlékekre épülő, szórakoztató, felüdítő legyen számukra.

A *Vegyes csoportfoglalkozást* a fokozott felügyelettel bíró demens részlegen található foglalkoztató helyiségben, minden hétköznap 10-11 óráig tartjuk. A foglalkozást ketten irányítjuk. A csoportlétszám naponta 20-22 fő.

A foglalkozáson alkalmazott tevékenységek mindig igazodnak az ellátottak képességeihez, szükségleteihez, igényeihez, amelyeket napi és aktuális témakörökkel színezzük.

Az ellátottak szempontjából fontos a megfelelő kommunikáció. Egyszerű mondatokat használjunk, könnyebben megértenek bennünket.

A foglalkozás menete

1. Mindenki helyet foglal, köszöntjük az ellátottakat, megkérdezzük volt-e problémájuk azóta, hogy nem találkoztunk. Elmondjuk a foglalkozás menetét, témaköreit.
2. Orientációs gyakorlatok következnek (milyen évet írunk, milyen hónap van, hányadika van, milyen évszak van, hol vagyunk, stb.)

3. Ezután a közkedvelt ülőtorna következik. Időtartam 10-15 perc. Lényege, hogy a megszokott mozdulatokat könnyen megjegyzik az ellátottak és a demens betegek is tornáznak, nézik társaikat és utánozzák őket. A karok, a vállak a nyak kimozzgatása fej fordítása jobbra, középre, balra, karok emelése váltakozva jobb-bal. Karok előre nyújtása, kézfej ökölbe szorítása, csuklókörzés, majd lazítás, törzs jobbra-balra fordítása, két láb megemelése, lábfej körzés, lábakat visszahelyezzük a jobb lábat emeljük a térdet hajlítjuk majd visszarakjuk a talajra, bal láb ugyanez a mozdulatsor. Következő: a talpunk a talajon van - lábujjhegy, sarok (többször ismétlünk), oldalt, majd befelé. Befejezésként légzőgyakorlat a karok mozgatásával. Labdajáték következik ezután, a kézbe dobott labdát vissza kell dobniuk, a labda nem eshet le.
4. Folyadékpótlás (nagyon fontos az időseknek). Közben megbeszéljük az ellátottakkal a folyadékpótlás jelentőségét (miért kell inniuk.)
5. Napi aktualitások. Intézményi és a város hírei, eseményei. Egy-egy időseket érintő téma kiragadása.
6. Jeles napok, hagyományok, szokások. (1956. forradalom, visszaemlékezés a régmúlt eseményeire). Őszi munkálatok. Fontos, minden résztvevőt meghallgatni!
7. Szójátékok, találós kérdések, közmondások egyénre szabottan (be kell fejezni a mondatot mindenkinek).
8. Néhány vicc felolvasása (vagy közös énekkel zárunk).

Megdicsérik a résztvevőket, úgy válunk el, hogy holnap ugyanígy ugyanitt találkozunk! A foglalkozást nem mindig sikerül pontosan egy óra elteltével lezárni, mindig a témától és az érdeklődéstől függ, de mi rugalmasak vagyunk.

A jó gyakorlat jelentősége

A vegyes csoportfoglalkozás növeli az összetartozás érzését, a toleranciát, és feleleveníti a másokról való gondoskodást és az emlékeket. Ezeken a foglalkozásokon a csoporttagok fokozottabban figyelnek egymásra, a demens ellátottak együtt vesznek részt rajta az osztály „egészséges” ellátottaival. A foglalkozások során a demens ellátottak mentális állapota javul, mivel elfogadó közösségben van. Elmondható, hogy az „egészséges” ellátottak javítják a demens ellátottak mentális állapotát. A foglalkozás részeként az ülőtornának köszönhetően a fizikai állapotuk is javul. Az ellátottak nagyon szeretik az ülőtornát. A demensek utánozzák társaikat, az utánzásos módszer jól bevált.

Alkalmazhatóság

A vegyes csoportfoglalkozás bármelyik bentlakásos intézményben alkalmazható. De a foglalkozások sikeréhez felkészültségre, az ellátottak és az életútjuk ismeretére, a bizalmuk megszerzésére, a demenciával kapcsolatos tudásra feltétlen szükség van. A nem demens lakókat fel kell készíteni a demens betegek fogadására, elfogadására. Sokszor el kell magyarázni, hogy mi a demencia, példákkal, és azt is, hogy ez bárkivel bármikor megtörténhet.

Lényeges, hogy ne alá-fölé, hanem mellérendelt kapcsolatokra törekedjünk. Az idős embereknek fontos, hogy ne oktassunk ki, hanem partnerként kezeljük őket és osszuk meg velük tapasztalatainkat. Az emlékeik által mi is sokat tanulhatunk tőlük.

Felhasznált irodalom:

Alzheimer beteg a családban 4. Emlékezeti tréning szellemi hanyatlásban. Memória Alapítvány : Budapest, 2003.

Buda Béla: A lélek egészsége. Nemzeti Tankönyvkiadó : Budapest, 2003.

Feldné Tóth Rózsa: Szellemi hanyatlásban szenvedő betegek foglalkoztatása egy adott szociális intézmény keretein belül. Szakdolgozat. Nyugat-magyarországi Egyetem, Apácai Csere János Kar, Szociálpedagógia Tanszék, 2008.

Jeszenszky Zita: Demens idősek ellátásának irányelvei : elektronikus dokumentum. Hozzáférés: http://epa.oszk.hu/02900/02943/00027/pdf/EPA02943_kapocs_2006_6_01.pdf

Sirisaka Andor: Magyar közmondások könyve : elektronikus dokumentum. Hozzáférés: <https://www.arcanum.hu/hu/online-kiadvanyok/Szolasok-regi-magyar-szolasok-es-kozmondasok-1/sirisaka-andor-magyar-kozmondasok-konyve-6BD6/n-7FFF/>

Szabó Lajos: Időskori demenciák családi, társadalmi és pszichológiai vonatkozásai. Akadémiai Kiadó : Budapest, 2011.

Vargha Katalin: Találós kérdések. Tinta Könyvkiadó : Budapest, 2016.