

<b>A jó gyakorlat gazdája</b>	Szervezet/Intézmény neve:	Magyarországi Baptista Egyház Filadelfia Integrált Szociális Intézmény Idősek Otthona
	Szervezet/Intézmény címe:	6200 Kiskőrös, Szűcs József utca 12.
	Nyújtott szolgáltatás típusa:	időskorúak otthona
	Jó gyakorlatot prezentáló szakember neve és titulusa:	Cebei Gusztávné szociális munkatárs (foglalkoztató)
	telefonszáma:	06/20/886-3972
	e-mail címe:	cebeinezs@gmail.com
<b>A jó gyakorlat címe</b>	Gyakorlati javaslatok az idős családtagjaival való konstruktív kapcsolat kialakítása és fenntartása terén a beköltözés következtében fellépő helyzetek kezelésében	

### A jó gyakorlat célcsoportja/i

Az idősothton lakói és családtagjaik

### A jó gyakorlatot életre hívó probléma / A helyzet leírása

Az idősothtonba való beköltözés nemcsak az amúgy is esetleg terhekkal, betegségekkel küzdő, leendő lakónak jelent kihívást, megszokott környezetéből való kimozdulást, távolságot a családjától. Minden esetben figyelembe kell venni a családtagok szempontját is, akiknek a beköltözés szükségességére vonatkozó döntés meghozatala, a beköltözés utáni kötelességek ellátása ugyanúgy nehézséget, lelki, fizikai jellegű terhet jelenthet. Előfordul, hogy az idős családtag gondozása már a beköltözés előtt sem mindig oldható meg a családtagok közreműködésével, gondolkodok például a fizikai távolságra és/vagy az aktív fiatalabb generáció munkájára, időbeosztására. Mire tehát az idős ember gondozottá válik, ő és a családja is lelkileg megterhelődnek.

Ezeknek a köztudott nehézségeknek, dilemmáknak a feloldását segíthetik azok az alább ismertetett egyszerű gyakorlatok, amelyek az intézmény és a gondozott családtagjai közötti kapcsolattartásra és egyéb kreatív kapcsolaterősítő intézkedésekre vonatkoznak.

### A jó gyakorlat leírása

A probléma kezelésére adott válasz, megoldás több gyakorlati jellegű lépést tartalmazhat, én ezek közül az alábbiakban hármat szeretnék kiemelni.

A beköltözéssel érintett idős leendő lakó hozzátartozójával való bizalmi kapcsolatot építünk azáltal, hogy már előzetesen lehetőséget biztosítunk a téma kapcsán felmerülő problémák részletes megosztására, esetleges lelkiismeret-furdalás feloldására. Egy ilyen beszélgetés keretében – különösen a már gondozó családtagok esetében – felszínre, kibeszélésre kerülhetnek a család mindennapi működését bénító, tarthatatlanná váló helyzetek és azok a sikeres vagy sikertelen kísérletek, amelyekkel a család korábban megpróbálta a felmerülő problémákat kezelni. Egy ilyen alkalom az intézmény munkatársa számára is rengeteg hasznos információval szolgál.

Másodsorban törekedni kell olyan fizikai környezet kialakítására az otthonban, amely életvidám, minőségi időtöltésre lehetőséget adó környezet, nem pedig a megszokott nyomasztó idősothton jellemzőit hordozza, amelytől a családtagok joggal idegenkedhetnek. Ezek egy részét nyilvánvalóan meghatározzák az építészeti adottságok (világos, tágas közösségi terek, praktikusan berendezhető lakószobák, megfelelő méretű udvar stb.), egy másik részének megvalósításához pedig nagyobb anyagi ráfordítás szükséges (pl. korszerű és kényelmes bútorok, parkosítás). A mentálisan támogató, vidám hangulatot árasztó környezet eléréshez azonban gyakran elegendő csupán kisebb ráfordítás és némi kreativitás - képek/festmények/rajzok/fotók, egyéb alkotások a folyosók falain és a közösségi terekben, kreatív névtáblák az ajtókon vagy ajtók mellett, kültéri és beltéri színes növények, egymással és a környezettel harmonizáló lágy meleg színű függönyök és kárpitok, kellemes illatok stb.

Harmadrészt szeretném kiemelni a családtagok számára is nyitott, látogatható idős-foglalkozások szervezésének jelentőségét, amelyek által a családtagok betekintheznek, sőt, aktív résztvevőivé válhatnak akár egy demens foglalkozásnak is. Ennek hatékonyságát egy konkrét példán keresztül illusztrálom. Intézményünkbe beköltözött egy idős, demens házaspár, akiket gyermekeik hoztak be az intézménybe való felvételre. A családtagok idegenkedve nézték, ahogy a foglalkoztatás keretében a szülőkkel kapcsolatot létesíték. Az egyik hozzátartozónak, ahogy utóbb bevallotta, nehéz volt a látogatáskor az első pár alkalom.

Mikor elmondtam, hogy nekem a demensek a „kedvenceim”, élethelyzetük és kiszolgáltatottságuk miatt, teljesen értetlenül nézett rám. Később egyre jobban megtetszett neki az idősekkel való kommunikáció és a foglalkozások is, olyannyira, hogy egy alkalommal megkérdezte, hogy lehetne-e ő is aktív résztvevője az alkalomnak. Természetesen lehetővé tettük számára, és jó volt látni, ahogy ő is nagy élvezettel labdázott és önfeledten játszott az idősekkel. Mindezek hatására teljesen megváltozott a hozzáállása: a kezdeti szorongás eltűnt és vidáman, felszabadultan érkezett a látogatásokra.

## A jó gyakorlat jelentősége

A fenti jó gyakorlatokból egyrészt a családtagok profitálnak: felszabadultan, szorongások nélkül, nagyobb rendszerességgel érkeznek a látogatásokra, sőt élményt jelent számukra egy-egy „nagy-látogatás”, mivel tudják, hogy szerették jó helyen van. Másrészt a bentlakó idősek számára is pozitív élményt jelent a gyerekek jelenléte, nyüzsgése: hacsak egy kis időre, de elfeledtetik velük jelenlegi problémáikat és nem a fájdalmaikra koncentrálnak. A családi kapcsolatok erősségének éltető erejét pedig nem szükséges hosszan fejtegetni.

## Alkalmazhatóság

Ezek a jó gyakorlatok minden időseket gondozó bentlakásos intézményben alkalmazhatók, ugyanakkor nyilvánvalóan minden intézményben a kialakítás intézményre szabott, és a dolgozók odafigyelő, kreatív hozzáállását, a megoldás helyzetfüggő finomhangolását igénylik.