

V péči o seniory chybí respekt, říká pečovatelka z Montessori centra

26. prosince 2018 8:38

Cedulky a ukazatele, zapojování do domácích prací a motivování k oblíbeným aktivitám z mládí. I tak může vypadat péče o seniory s demencí. „V péči o seniory někdy chybí respekt. Ti lidé pak postrádají pocit sebevědomí, užitečnosti, důležitosti pro tento svět. Metoda Montessori jim pomáhá ten respekt mít,“ domnívá se ředitelka centra sociálních odlehčovacích služeb Jarka Švarcbachová.

Přehrát video

Domov pro seniory | (1:17) | video: iDNES.cz

Metodika Marie Montessori je známá především v kontextu péče o děti. V čem se liší její využívání u seniorů s demencí?

Když se děti narodí, tak jsou zkoumavé, objevují svět. Metoda Montessori jim dává příležitosti a hledá v nich potenciál, co všechno by se se dalo naučit. Na druhém konci života, nebo s handicapem, jako je Alzheimerova nemoc, se taky hledá potenciál, co ti lidé zvládnou, a dávají se jim příležitosti, aby své dovednosti ještě uplatnili nebo rozvinuli. Rozdíl je v tom, že zatímco u dětí se rozvíjí nové dovednosti, u seniorů se snažíme udržet ty dovednosti, které ještě mají.

Jak může Montessori pomoci právě seniorům s demencí?

Metoda Montessori má dvě klíčová slova - respekt a potenciál. K seniorům někdy právě ten respekt chybí. V rodině je například nepustí do kuchyně, aby něco nerozbili a nemuseli po nich uklízet nepořádek, protože dcera to bude mít rychleji. Těm lidem pak často chybí pocit sebevědomí, užitečnosti, důležitosti pro tento svět.

Metoda Montessori jim pomáhá ten respekt mít. Když je člověk nemocný, dezorientovaný, nechápe nějaké věci a ve světě se už ztrácí, tak když se k těm lidem přistupuje s respektem a hledá se, co měli v mládí rádi a předkládají se jim příležitosti, aby ještě ty činnosti mohli dělat, tak jim to přináší radost.

Jak to vypadá v praxi?

Snažíme se, aby se lidé mohli věnovat aktivitám, které je dříve bavily. Když víme, že někdo rád pekl a doma už nemůže do kuchyně, protože se dcera bojí, aby se něco nestalo, tady se může zapojit do přípravy pečení. Měli jsme tu klientku, která byla doma zvyklá mýt po obědě nádobí. Tak jsme ji nechali, aby to nádobí umyla. I přesto, že se po ní muselo umýt ještě jednou. Šlo o proces, ne výsledek. A tak je to vždycky.

Montessori

Montessori škola je alternativní výchovně vzdělávací program, který postupuje dle zásad navržených lékařkou a pedagožkou Marií Montessori na počátku 20. století. Pedagogika typu Montessori je zaměřena na podporu dítěte při rozvíjení jeho poznatků a dovedností. Dítě je považováno za osobnost od přírody dobrou, jež by měla být ve své činnosti dospělými podporována. Aktivity dítě provádí pro uspokojení sebe sama, ne vyučujícího. Samotné učení by pak mělo probíhat bez zbytečného stresu.

„Pomoz mi, abych to dokázal sám,“ je hlavním mottem pedagogiky Montessori. Klade důraz na svobodný rozvoj dítěte a jeho samostatnou činnost. Dítě si samo rozhoduje o tom, jak se bude utvářet jeho já. Důležitou roli hraje tvořivost.

Zdroj: Wikipedie

Je tu možné zalévat květiny, krmit rybičky, pomáhat s úklidem. Všechny běžné denní činnosti, které byli lidé zvyklí dělat doma, mohou dělat i tady. Kromě toho tu máme spoustu různých aktivizačních pomůcek. To jsou buď běžné sady na trénování paměti a jemné motoriky, ale i aktivity, které možná běžně nenajdete. Jsou to různé „nastražené aktivity“ s pokyny jako „prosím uklidte příbory“. Nebo košík, ve kterém jsou ponožky s cedulkou „prosím spárujte ponožky“. Nebo „zavíčkuje krabičky podle barvy“. Těch aktivit je víc. Jak tu klienti bloumají, tak když narazí na nějaký pokyn, že někdo je o něco žádá, klidně se zastaví a tu aktivitu udělají.

Máme tu také propracovaný systém různých navigací - například šipky, kudy se jde na toaletu, označení specifickým způsobem pokoje toho, kde ten člověk bydlí. Často totiž lidé v pozdějším stadiu demence

nejen, že nepoznávají svoje blízké, ale neztotožňují se sami se sebou v zrcadle ve starším věku, protože si sami sebe pamatují z mládí. Takže můžeme na dveře toho dotýčného pověsit například svatební fotku.

V čem se zařízení pro seniory s demencí využívající Montessori metodiku liší od toho normálního?

Nerada bych paušalizovala, ale v některých zařízeních jedou na výkon - vzbudit, obléct, snídaně. My necháváme ty lidi trénovat, posilovat dovednosti, které ještě mají, tím, že je dělají. Máme tu zákaz jíst v obýváku. Takže když je svačina, tak se všichni musí přesunout do jídelny. Snažíme se je motivovat, aby chodili.

Rozumím, že vyrobit navigační šipky a návody se nedá lusknutím prstu. Ale s tou filozofií lze začít v libovolném zařízení - komunikovat s tím člověkem, dopátrávat se toho, co měl v minulosti rád, hledat potenciál, co by ten člověk ještě mohl dělat. Je to o těch pečujících, jestli chtějí.

Jak zjišťujete, co by konkrétní klienty bavilo?

Používáme dotazníky, které slouží k získání informací od klienta. Pokud už toho není schopen, tak od jeho blízkých - co měl rád, jakou hudbu poslouchal, které činnosti ho naplňovaly, rituály které má a které měl i v dávné minulosti. Jestli cestoval. Prostě cokoliv, co by mohlo pomoci ušít na míru nějaký program.

Jak s klienty s demencí komunikujete?

Pokud není cílem něčeho dosáhnout - dopomoci ho umýt nebo aby se najedl či napil - tak komunikace má jediný cíl. Snažíme se zachovat v klientovi pohodu a nesnažit se mu argumentovat, že něco řekl špatně nebo že už jsme mu to říkali desetkrát. Často se stává, že i když ten člověk není schopen naformulovat myšlenku, stále ještě rozumí.

Někdy je ta komunikace náročná - zvláště, když potřebujeme něčeho docílit. Ale používáme i piktogramy. Klient z nich má mimo jiné dobrý pocit, že je součástí přípravy péče o něj a nepůsobí to, jako že mu to nadiktovala rodina. V těch posledních stádiích, kdy ten člověk už nemluví, tak smyslová stimulace nebo aktivizace má smysl i bez řeči.

Vyžíváte nějaké speciální pomůcky?

Jsou samozřejmě pomůcky, právě speciálně pro děti, které se při Montessori dají využívat. U dospělého člověka však musíme hledat to, co ho nějakým způsobem bude bavit a zároveň to pro něj nebude infantilní. Musíme vybírat s vědomím toho, že pracujeme s dospělými lidmi.

Proto se snažíme používat pomůcky z reálného světa. Například když si někdo obléká svetr s knoflíky, tak samozřejmě že by byl rychleji oblečený, kdyby mu ten svetr zapnula pečovatelka. Ale my se snažíme vyzývat toho klienta, aby si ty knoflíky zapnul sám.

Pro lidi, kteří už reálný svět úplně nevnímají a nepřipadá jim divné dělat věci, které běžně nedělali, pak používáme i umělé aktivity, protože jich se to nedotkne.

V péči o seniory chybí respekt

Jaký si myslíte, že mají Češi vztah k Montessori metodice?

Myslím, že Montessori není principiálně přístup Čechů jeden k druhému a k výchově. O děti pečujeme, rozhodujeme za ně. Teď je před Vánocemi a myslím, že řada maminek nepustí svoje děti k pečení, protože by zadělaly kuchyň, radši to udělají samy v noci. Ta česká výchova se pak promítá i do toho, jak přistupujeme k seniorům.

Jak tedy přistupujeme k seniorům?

Rozhodujeme za ně, přepečováváme je a někdy ani ne kvůli nim, ale kvůli sobě, abychom měli věci rychleji hotové. Myslím, že tam někdy chybí respekt. A to se může promítat i do přístupu pečovatelů a pečovatelek.

Když přijímám zaměstnance, tak někdy radši přijmu někoho, kdo ještě nemá praxi, protože je schopen to, na čem my tady stavíme, nasát a

Jarka Švarcbachová

- stála u zrodu centra Seňorina, které podporuje klienty s kognitivními poruchami mozku, například s Alzheimerovou nemocí či jinými typy demence. Zařízení

aplikovat. Kdežto když byl někdo 20 let ve velkém zařízení, tak má sice rutinu v péči o klienta, ale možná že má také zlovyky z komunikace - že za klienta rozhoduje, že ho diriguje a že využívá toho, že má nad ním moc.

poskytuje ambulantní a odlehčovací služby.

- aktivně se věnuje metodice Montessori v péči o seniory. Učila se například u kanadské gerontoložky Gail Elliot, od které získala certifikát pro metodiku DementiAbility.

To se bohužel v našem zdravotnictví i v sociálních službách děje. Že ten, kdo se o člověka s handicapem stará, nad ním má moc. A bude podle mě trvat roky, než se ta kultura změní.

Za nemocným je důležité pořád vidět toho člověka

Jaké aktivity byste poradila rodinám, které o seniora s demencí pečují v domácím prostředí?

Cokoliv, co byl zvyklý dělat. Pomoci s domácími pracemi, pokud ten člověk chce. S vařením, věšet prádlo. Ale mohou to být i aktivity, které ten člověk měl v minulosti rád, jako třeba společenské hry.

Co je při domácí péči o seniora s demencí důležité?

Aby byli rodinní pečující včetně vnoučat informováni o tom, jak s tím člověkem komunikovat – nesmát se mu, že má zase každou ponožku jinou. Když on řekne „kde jste byli, vždyť já tady na vás čekám celý týden“, tak mu neříkat „dědo, vždyť jsme tady byli včera“. Nemá smysl je opravovat, přesvědčovat.

Doporučila bych za nemocným vidět pořád toho člověka, nesoustředit se na projevy nemoci - že něco zapomněl, že netrefí na toaletu. Protože za tou nemocí pořád zůstává temperament, osobnost, inteligence. To se nijak nemění, až v pozdějších stádiích. Vytáhnout ještě z té osobnosti, co tam je. Jet třeba někam na výlet, kde to měl rád, pokud ten dotyčný chce. Jít do divadla - i když tomu ten dotyčný neporozumí.

Jak lze v domácím prostředí pomoci se sebeobsluhou?

I v domácím prostředí lze po dohodě dopomoci s navigací nebo nástěnkou. Když si člověk s demencí něco nepamatuje, neznamená to, že se nemůže ještě něco naučit. Například když se mě zeptáte, co bude dnes k obědu, a já vám řeknu, že bude kuře s rýží, tak se vám může stát, že za čtvrt hodiny zapomenete, co bude k obědu a půjdete a zeptáte se mě znovu, pokud vám to ostých dovolí. Ale někomu se může stát, že právě kvůli pocitu selhání se radši nezeptá.

Někdy právě řeč odchází proto, že se ti nemocní ze začátku bojí toho selhání - že si uvědomují, že se něco děje špatně, něco zapomněli, dávají předměty, kam nepatří. Protože se bojí, aby se jim někdo nesmál, tak radši nic neřeknou. Ale pokud se třikrát za sebou zeptají, co bude k obědu, tak není nic jednoduššího, než naučit takového člověka chodit na místo, kde tu informaci získá. To znamená, že někde je nástěnka, a tam je napsané, co bude k obědu, co je za den v týdnu, jaké je datum.

Třeba i na toaletě může být návod, jak ji použít. Protože se opravdu stává, že ten člověk neví, že se má svléknout a pak si sednout na záchod. Po celém bytě pak mohou být pokyny, které usnadní

člověku sebeobslužnost co nejdéle. Je ale potřeba dělat to citlivě, protože ten člověk si to ne vždy chce přiznat.

Autor: [Linda Veselá](#)

Související

[Senioři obědvají ve školních jídelnách, majitelé restaurací se bouří](#)
[O staré rodiče se postarám, míní většina Čechů. Neví ale, kde hledat pomoc](#)
[Senioři bez domova živoří, do ústavní péče se dostane jen málokdo](#)
[Non-stop pečují o seniory. Schází jim jistota návratu do práce i uznání](#)
[Dostat se do domova pro seniory už není ostuda, říká expertka](#)
[Vstoupit do diskuse \(103 příspěvků\)](#)
[sdílet na FB](#)
[sdílet na Twitter](#)

