



KONCEPT

za provedbu ciklusa obuka PROmencija
za članove obitelji osoba s demencijom



U nazivu PROmencija
sadržan je i naš program:

PRO - Podrška Razmjena Obuka -
program potpore skrbnicima osoba s demencijom u obiteljima

1. POČETNA SITUACIJA

Kako demencija mijenja obiteljske relacije?

Javljanje promjena u ponašanju nekog člana obitelji (roditelja, partnera/-ice,...) u brojnim slučajevima budi nesigurnost i strah.

Spektar objektivnih i subjektivnih osjećaja pritiska kod skrbnika osoba s demencijom u obitelji raznolik je i višeslojan. Članovima obitelji problem predstavlja opetovano postavljanje jednih te istih pitanja, traženje predmeta, nagon za nabavkom ili skupljanjem stvari, nagon za kretanjem, izazovno ponašanje, izostajanje reakcije i promjena osobnosti člana obitelji. Neophodna skrb se doživljava kao vezanost, a nedostatak socijalne podrške odnosno iskustvo socijalne isključenosti dodatno opterećuje neformalne njegovatelje.

Ponekad pojava demencije rezultira i „zbunjenošću“ čitave obitelji (demencija kao „obiteljska bolest“).

Nešto je zamućeno, „svijet je okrenut naglavačke“, ... Postavlja se pitanje: „Što je STVARNO?“ Članovi obitelji pokušavaju razviti razne strategije kako bi izašli na kraj s ovom teškom situacijom, pritom su neki na rubu očaja.

Cilj našeg rada jest ciklusom obuka pružiti potporu članovima obitelji koji su njegovatelji i skrbnici osoba s demencijom:

Kako razviti strategije za bolje svladavanje svakodnevice?

Kako okruženje (obitelj/susjedi/društvo) reagira na simptome demencije?

Često se u obiteljima ne govori o pojavi promjena u ponašanju. Posebice partneri/-ice pokušavaju, koliko je god to moguće, sačuvati „fasadu“ i tako „štititi“ partnera. Članovi obitelji „zašute“, a njihova vlastita nijemost odrazi se kroz psihosomatske tegobe.

Razdoblje od nastupanja prvih promjena do dijagnoze često potraje (prema jednoj studiji sedam godina) i za sve involvirane veliki je test izdržljivosti u odnosima.

Naredni cilj ciklusa naših obuka:

Želimo stvoriti prostor za raspravu o temi demencije

Nastupanjem u javnom prostoru – plakatima, novinskim člancima i različitim medijima – progovara se o tabu temi demencije i ljudi se ohrabruju govoriti o svojoj zabrinutosti, strahovima prije svega, ali i pozitivnim iskustvima.

- Sudjelovanjem na obukama polaznici upoznaju druge skrbnike osoba s demencijom, izražavaju svoje osjećaje i time se odvažuju na otvoreno suočavanje s bolešću i s prijateljima, susjedima, obitelji – tako se njeguju odnosi, a socijalna mreža ostaje dulje sačuvana.

2. PEDAGOŠKI KONCEPT/TEMELJNE POSTAVKE

- Skrbnici srodnici usvajaju profesionalni know-how, radi se o komunikativnom konceptu koji počiva na iskustvu i stručnim kompetencijama.
- Osnažuju se resursi polaznika/-ca, stvaraju lokalne mreže i ponude podrške.
- Jedna od naših temeljnih postavki glasi: članovi obitelji su stručnjaci za skrb o osobama s demencijom; istodobno su oni i „pristrani“ u smislu dinamike odnosa i kao dio sustava.
- Polaznici/-ce pohađaju obuku dragovoljno i motivirani/-e su za učenje; u tijeku svog života imaju pozitivna iskustva s učenjem i ostvarivanjem promjena učenjem.
- Sudjelovati može više članova iste obitelji (braća i sestre, djeca, nevjeste, zetovi,...); tako će imati istu razinu znanja o temi demencije i mogućnost međusobne razmjene i razgovora.
- Vremenskim razmakom od 2 tjedna između susreta na edukaciji članovi obitelji mogu sve naučeno reflektirati, isprobati i donijeti kao pitanja i točke za raspravu na sljedeći termin obuke.
- Edukacija se odvija u manjim grupama od 6 – 8 polaznika/-ca; to jamči razmjenu i učenje jednih od drugih; to se potiče i heterogenošću grupe u smislu dijagnoze (ona postoji ili ne), različitih faza demencije, različitih reakcija članova obitelji,....
- Polazna točka obuke jesu iskustva i aktualna pitanja polaznika/-ca. U procesu obrade pitanja prenosi se potrebno teorijsko znanje.
- Radi se o tome da se polaznike/-ce osnaži u njihovoj sposobnosti djelovanja kao i širenju vlastitih mogućnosti reagiranja i postupanja.
- Polazimo od toga da međusobna razmjena, **međusobno** osnaživanje u grupi i stečeno znanje pridonosi smanjenju rizika od raznih oblika nasilnog ponašanja.

3. SADRŽAJI

Modul 1: Osnovne informacije o demenciji i simptomima demencije

- Pojam demencije;
- Obilježja demencije;
- Vrste demencije;
- Stadiji demencije;
- Dijagnoza i mogućnosti terapije.

Modul 2: Praktični savjeti za svaki dan

- Što znači skrb o osobi s demencijom;
- Adaptacija stambenog prostora i mjere sigurnosti;
- Higijena tijela, odijevanje;
- Hrana i piće;
- Noćni odmor i spavanje;
- Aktivacija;
- Briga o sebi.

Modul 3: Komunikacijske metode u ophođenju s osobama s demencijom i aktivacija

- Kreiranje ugodnog ozračja za razgovor;
- Validacija kao mogućnost komunikacije;
- Moguće reakcije na promjenu ponašanja;
- Bolovi;
- Mogućnosti mobilnosti za starije osobe;
- Aktivacija.

Ova znanja pridonose boljoj organizaciji i prosvijećenosti, ona mogu polaznicima dati strukturu i uporište.

Ove točke trebaju biti sadržane u svakom modulu:

- **Promjene** – uvijek se nadovezujući na pitanja polaznika/-ca.
- Moći prepoznati, prihvatiti i izraziti **vlastite osjećaje** – govoriti i o strahu od vlastitih gubitaka.
- Potpora u **biografskom shvaćanju** pogođenih osoba.
- **Razumijevanje da proces starenja i demencije znači gubitak** i da članovi obitelji ne mogu i ne trebaju te gubitke kompenzirati; (ev. s tim u svezi i pitanje zamjene uloga između roditelja i odrasle djece).
- **Konkretni primjeri** – polaznici iznose primjere izazovnih ponašanja i grupa pokušava zajedno iznaći **moguće strategije za rješenje**.

4. PREDAVAČI

Zahtjevi/Kriteriji

- Izobrazba iz metode komunikacije s osobama s demencijom – to znači temeljno znanje o demenciji i simptomima demencije;
- Praktična iskustva s osobama s demencijom iz područja mobilnih službi, staračkog doma, nastave na raznim stručnim školama, ... ;
- Kompetencija u vođenju/praćenju grupa u radu koji je koncentriran na polaznike i orijentiran na iskustvo.

Sadržaj poludnevnog uvodnog susreta za predavače

Upoznavanje našeg koncepta

- Što je sadržajna jezgra modula;
- Kompetencija za grupni rad.

Susret za razmjenu/superviziju predavača

- Supervizija;
- Razmjena iskustava/metoda;
- Sadržajna rasprava o određenim temama: npr. njega i skrb kao obiteljska kriza (uz pratnju psihologa/-inje);

ili: „Samostalno učenje, usmjereno na odrasle“ (uz pratnju pedagoga/-inje).
Ovi sadržaji se definiraju u razgovoru i razmjeni s predavačima.

5. METODOLOŠKI PRISTUPI

Heterogenost grupa zahtijeva znatnu mjeru sposobnosti za empatiju i fleksibilnost. Odgovarajućim metodama polaznici trebaju prije svega biti potaknuti i motivirani na razmjenu iskustava i razgovor.

Važno je naći pravi omjer prenošenja informacija i razmjene iskustva.

Mapa za predavače sadržava:

- Aktualni koncept;
- Powerpoint prezentaciju i mogući raspored;
- Metodološki dio u kojem su kratko predstavljene različite metode grupnog rada (kartice, biografski kufer, ...);
- Popis poveznica na eventualna videa i filmove koji se u dijelovima mogu prikazati.

U predavaonici se treba s nekoliko dekorativnih elemenata po mogućnosti stvoriti ugodna atmosfera za rad.

Predavanja se samo iznimno (pandemija gripe...) održavaju online.

6. RAD S JAVNOŠĆU I PROMOCIJA OBUKE

Promocija obuke se vrši putem raznih kanala i medija (novine, radio, društvene mreže, obiteljski liječnici, socijalne službe, druge institucije/ustanove Caritasa itd.). Obuka se može promovirati i organizirati zajedno s lokalnim partnerskim organizacijama (župe, udruge, socijalne službe, starački domovi, ...).

Preliminarni telefonski razgovori sa zainteresiranima:

Zainteresirani polaznici javljaju se **kontakt-osobi u Caritasu**. Teme ovog razgovora su:

- Kratki opis motivacije za prijavu na obuku i očekivanja od obuke, zainteresiranim osobama pružiti sliku o sadržajima i metodama obuke;
- Odluka o pohađanju je onda na članovima obitelji;
- To je točka gdje se u okviru razgovora može ukazati na druge eventualne ponude podrške i pomoći koje su primjerene aktualnom upitu/situaciji.

Ovaj koncept izradile su Sigried Spindlbeck (Caritas Gornje Austrije) i Žaklina Garić (Caritas Banja Luka) u kolovozu 2023. godine u sklopu projekta „Život s demencijom“.

Kontakt: sigried.spindlbeck@caritas-ooe.at, caritassoccentar@gmail.com

Projekt je podržan od strane



Caritas