PBO 930022142 NPO 049-191

Kommunikasie

'n Persoon met demensie behoort aangemoedig te word om op 'n wyse waarmee hy gemaklik is te kommunikeer . Dit sal hom help om sy eie sin van identiteit te behou en sy lewensgehalte te verbeter.

Kommunikasie bestaan uit veel meer as verbale taal. Nieverbale kommunikasie is veral belangrik vir 'n persoon met demensie. Ons ken almal die uitdrukking "dade spreek sterker as woorde". Dit is veral waar van 'n persoon wat besig is om sy taalvaardigheid te verloor.

Baie van die gedrag, wat probleme vir versorgers veroorsaak, is in werklikheid 'n poging van die persoon met demensie om te probeer kommunikeer.

Taalvaardighede

'n Vroeë teken dat taal deur demensie geaffekteer word, is dat die persoon nie meer die regte woorde kan vind nie – veral die name van voorwerpe. Die persoon mag dit dan moontlik met 'n ander, verkeerde woord vervang, of is nie in staat om enigsins 'n woord te vind nie.

Namate die demensie vorder, raak die persoon minder daartoe in staat om 'n gesprek aan te knoop. Die versorger sal dus inisiatief moet neem om 'n gesprek te begin.

Probeer om direkte vrae te vermy – 'n persoon met demensie kan gefrustreerd raak as hy nie die antwoord kan vind nie. In die vroeë stadium van demensie sal hy nog in staat wees om hierdie gevoelens uit te druk, maar later sal die persoon moontlik met 'n algemene irritasie of selfs aggressie reageer. Die meeste van ons gewone sosiale gesprekke is gebaseer op die vra van vrae; daarom is dit 'n moeilike vaardigheid vir versorgers om aan te leer.

In die laaste fase van demensie kan die persoon amper nie meer deur verbale taal kommunikeer nie. Die persoon sal nie in staat wees om die woorde vir voorwerpe te vind nie; en mag selfs jou naam vergeet. Generasies word dikwels verwar; hulle kan hulle vrou met hulle ma verwar of hulle seun met hulle eggenoot. Dit kan baie ontstellend vir gesinslede en versorgers wees.

Hierdie gedrag word verklaar deur die verlies aan geheue, , wat een van die mees kenmerkende simptome van demensie is.

'n Persoon met demensie mag dalk probeer om 'n woord te interpreteer wat nie meer vir hom sin maak nie omdat sy brein vir hom die verkeerde inligting voer. Talle probleme wat opduik, is die gevolg van waninterpretasies deur sowel die persoon met demensie as die versorger met wie die ander persoon probeer kommunikeer.

Ref. .lcsc.edu/library/ILI/Classes

Indien u as die versorger by sulke misverstande betrokke raak, gaan u waarskynlik baie ontsteld voel en sal u ondersteuning en leiding nodig hê oor hoe om die situasie te hanteer.

Wenke om met kommunikasie te help

Luister

- Probeer altyd om goed te luister wat die persoon probeer sê en moedig hom aan om te praat. Moet die persoon ten alle koste nie sonder respek hanteer nie.
- Die meeste van ons reageer nie goed daarop om behandel te word asof ons klein kindertjies is nie – en persone met demensie verskil geensins in hierdie opsig nie.
- Wees op die uitkyk vir die emosies/gevoelens, en nie die feite nie.
- Indien die persoon dit moeilik vind om die regte woord te vind, of om 'n sin klaar te maak, vra hom om dit op 'n ander manier te verduidelik. Luister vir leidrade.
- Waag 'n raaiskoot soos, "Is dit die serp wat u wil hê"?

- Indien die spraak moeilik raak om te verstaan, gebruik die kennis wat julle albei oor mekaar het om te vertolk wat u dink die persoon moontlik probeer sê. Maak altyd weer by die persoon seker of u reg is. Dit kan irriterend wees as 'n mens se sin verkeerd deur iemand anders voltooi word! Moenie die persoon aanjaag deur 'n sin vir hom te voltooi nie.

Verkryging van aandag

- Benader 'n persoon van voor sy aangesig af en identifiseer uself.
- Probeer om die aandag van die persoon te verkry en te behou voordat u begin om te kommunikeer.
- Spreek die persoon op sy naam aan.
- Probeer om uself so te plaas dat die persoon u duidelik kan sien.
- Dit mag nuttig wees om uself voor te stel indien die persoon met demensie verward lyk.
- Maak oogkontak. Dit sal die persoon help om op u te fokus.
- Probeer soveel as moontlik om kompeterende geluide, soos die radio, TV, of die gesprekke van ander persone uit te skakel.
- Beperk afleidings.

Body Language:

n.
The gestures, postures, and facial expressions by which a person manifests various physical, mental, or emotional states and communicates nonverbally with others.

Liggaamstaal

- Probeer om kalm en rustig te wees terwyl u praat. Dit sal die boodskap oordra dat u besig is om u volle aandag aan die persoon gee en tyd het vir hom.
- 'n Persoon met demensie sal u liggaamstaal kan lees. Opgewonde bewegings of 'n gespanne uitdrukking op u gesig mag hom ontstel en kommunikasie moeiliker maak.
- Probeer om maniere te vind om te ontspan sodat u liggaamstaal kalmte en vertroue uitstraal.
- U kan vanuit die ander persoon se liggaamstaal leidrade optel oor hoe hy voel, selfs wanneer woorde ontbreek. Gesigsuitdrukkings, liggaamshouding en hoe die persoonbeweeg, kan duidelike seine uitstuur oor sy gemoed.

Praat

- Praat rustig en duidelik. Probeer om nie skerp te praat of u stem te verhef nie. D
- Dit sal die ander persoon ontstel, selfs al is hy nie in staat om die betekenis van die woorde te volg nie.
- Vermy vae woorde, bv. “Hier is dit,” – eerder “ Hier is u beursie.”
- Gebruik eenvoudige, kort sinne.
- Vermy verwarrende uitdrukkings soos, “Spring gou in die stort.”
- Die persoon sal ook langer as gewoonlik neem om inligting te verwerk – laat dus genoeg tyd toe. Probeer om hom nie aan te jaag nie. As u dit doen, gaan die persoon voel dat u hom onder druk plaas, selfs al is dit nie u bedoeling nie.
- Gee visuele leidrade en seine.
- Probeer om dit te vermy om direkte vrae te vra, maar as u moet, vra slegs een vraag op ’n keer en bewoord dit oop ’n manier wat ’n ‘ja’- of ’n ‘nee’-antwoord verlang.
- ‘n Persoon met demensie vind dit moeilik om keuses te maak en raak maklik verward of gefrustreerd as hy gevra word om dit te doen.
- Beklemtoon sleutelwoorde, bv. Hier is u hoed!
- As die persoon nie verstaan wat u sê nie, moenie aanhou om iets te herhaal nie.
- Maak positiewe, eerder as negatiewe stellings, bv. “Kom saam met my”, eerder as, “Moenie soon toe gaan nie.”

Moedig spontaniteit aan

- Humor kan help om julle nader aan mekaar te bring en is ’n goeie veiligheidsklep . Deur saam te lag oor misverstande en foute kan help.

- As die ander persoon hartseer voel, het hy die reg om hierdie gevoelens uit te druk. Al wat u kan doen, is om vir hom te wys dat u omgee.

Wie se realiteit?

Vermy kritiek en om die persoon reg te help.

Feit en fantasie kan verwar word namate demensie vorder. Probeer om nie te reageer met ’n totaal ander antwoord op ’n stelling wat u weet verkeerd is nie. Dit is beter om die vorm van die woorde te verander wat u gebruik wanneer u reageer. M.a.w., as die persoon sê, “Ons moet nou gaan – my ma wag vir my,” kan u antwoord. “Jou ma het altyd vir jou gewag, né?” Vermy dit ten alle koste om ’n gek van die persoon voor ander te maak.

Vermy argumente.

Ander probleme

Pyn, ongemak, siekte of die newe-effekte van medikasie kan kommunikasie ook bemoeilik. Kontroleer dadelik met die dokter as u vermoed dat dit die geval is.

Probleme met sig, gehoor of swak-passende kunsgebit kan kommunikasie ook bemoeilik word. Maak seker dat die persoon se voorskrifbril reg is, dat sy gehoorapparaat behoorlik werk en dat sy kunsgebit goed pas en gemaklik is.

Nabyheid

Toegeneentheid kan help om 'n nou band te behou, selfs wanneer gesprekke moeilik raak. U kan u sorg en toegeneentheid deur u stemtoon en deur aanraking met u hand kommunikeer. Die versekering wat u kan gee deur die persoon se hand vas te hou, of om u arm om hulle te sit (as dit gepas is) moet nooit onderskat word nie. Hier kan ons weer sien dat dade meer as woorde tel.

- Vra die persoon om te wys of met 'n gebaar aan te toon wanneer die woorde nie wil kom nie.

- Skryf goed neer – merk items en kamers.

Aantekeninge:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Kontak:

Tel: (021) 421 0077/78
Email: info@dementiasa.org
Or support@dementiasa.org

3rd Floor,
State House,
3 Rose Street,
Cape Town

P.O. Box 16421
Vlaeberg
8018

DEMENTIASA
managing alzheimer's and dementia care

www.dementiasa.org