2 Νοεμβρίου 2019

Τι σας ζητάει το άτομο με άνοια όταν λέει «Θέλω να πάω στο σπίτι μου»

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



″Θέλω να πάω στο σπίτι μου”:
Ένα συχνό και, φαινομενικά σαφές αίτημα των ανθρώπων με άνοια που, δικαίως, αφήνει τους φροντιστές τους πληγωμένους και ανήμπορους να αντιδράσουν. Πώς να καθησυχάσεις έναν άνθρωπο που δεν αναγνωρίζει το ίδιο του το σπίτι; Η απάντηση βρίσκεται σε όλα αυτά που το αγαπημένο σας πρόσωπο θέλει να σας πει, αλλά δεν μπορεί.



Τι σημαίνει η φράση ”Θέλω να πάω στο σπίτι μου”;

Όταν ένας άνθρωπος με άνοια ζητά επίμονα να πάει στο σπίτι του, αυτό που στην πραγματικότητα σας λέει είναι ότι, για κάποιο λόγο, τη δεδομένη στιγμή αισθάνεται άβολα. Δεν είναι σε θέση να σας περιγράψει τι ακριβώς φταίει, όμως υπάρχει μία πραγματική και απόλυτα λογική αιτία που του δημιουργεί μία δυσάρεστη αίσθηση. Η φράση ″Θέλω να πάω στο σπίτι μου” μπορεί να σημαίνει:

· ″Πεινάω” ή ″Διψάω”

· ″Θέλω να πάω στην τουαλέτα”

· ″Ζεσταίνομαι” ή ”Κρυώνω”

· ″Νυστάζω”

· ″Πονάω”

· ″Κουράστηκα”

· ″Με ενοχλεί ο θόρυβος / ο πολύς κόσμος”

· ″Βαριέμαι”

· ″Φοβάμαι”, ”Ντρέπομαι”, ”Είμαι στενοχωρημένος / θυμωμένος”

· ″Χρειάζομαι μια αγκαλιά”

Ποιο είναι το σπίτι στο οποίο θέλει να πάει ο άνθρωπος με άνοια;

Ζητώντας να πάει στο σπίτι του, ο άνθρωπος με άνοια εκφράζει την ανάγκη να βρεθεί κάπου όπου θα νιώσει ηρεμία, ασφάλεια, αποδοχή και αγάπη. Και ποιο άλλο μέρος μπορεί να μας προσφέρει αυτά τα συναισθήματα, εκτός από το ίδιο μας το σπίτι; Το αίτημά του, λοιπόν, είναι καθόλα λογικό. Το μόνο ”παράλογο” είναι ότι το σπίτι που αναζητά, δεν υπάρχει: είναι το σπίτι όπου μεγάλωσε.

Και μάλιστα, αυτό που ψάχνει, δεν είναι το κτίσμα. Ο άνθρωπος με άνοια που θέλει να πάει στο σπίτι του, ζητά απεγνωσμένα τους ανθρώπους που ζούσαν μέσα σε αυτό και κυρίως, τη μητέρα που η αγκαλιά της είναι βάλσαμο, παρηγοριά και πηγή άνευ όρων αγάπης. Και δυστυχώς, ό,τι και να κάνετε, αυτό δεν μπορείτε να του το προσφέρετε.

Πώς να καθησυχάσετε τον άνθρωπο με άνοια, βήμα – βήμα

1. Διατηρήστε την ψυχραιμία σας. Φροντίστε τόσο ο τόνος της φωνής σας, όσο και οι κινήσεις σας να αποπνέουν ηρεμία. Τα συναισθήματα είναι μεταδοτικά. Αν το αγαπημένο σας πρόσωπο είναι δεκτικό, χρησιμοποιήστε το άγγιγμα ως μέσο παρηγοριάς και εκδήλωσης τρυφερότητας: ακουμπήστε, αγκαλιάστε, χαϊδέψτε.

2. Μην προσπαθήσετε να τον επαναφέρετε στην πραγματικότητα με λογικά επιχειρήματα. Φράσεις όπως ″Μα αυτό είναι το σπίτι σου!” δεν έχουν κανένα απολύτως αποτέλεσμα. Θυμηθείτε: το άτομο με άνοια δεν προσπαθεί να σας κοροϊδέψει, να σας εκνευρίσει ή να δοκιμάσει τις αντοχές σας: όντως πιστεύει ότι ο χώρος όπου βρίσκεται δεν είναι το σπίτι του.

3. Αποδεχτείτε το αίτημα του ως λογικό. Πείτε ″Εντάξει, θα πάμε στο σπίτι σου σε λίγο” ή ″Σύμφωνοι, μόλις τελειώσω τις δουλειές μου θα πάμε μαζί στο σπίτι”.Αυτή η αντίδραση είναι ιδιαίτερα καθησυχαστική για το άτομο με άνοια γιατί έτσι αισθάνεται ότι του δίνετε σημασία, σέβεστε αυτό που σας λέει και είστε εκεί για να το βοηθήσετε.

4. Στρέψτε την προσοχή του σε κάτι άλλο. Αφού συμφωνήσετε ότι θα πάτε στο σπίτι, στη συνέχεια στρέψτε την προσοχή του σε κάτι που συμβαίνει εκείνη τη στιγμή (”Μέχρι να φύγουμε, έλα να δούμε από το παράθυρο τι καιρό έχει έξω. Κοίτα τι ωραία λιακάδα!”). Χρησιμοποιήστε το ερέθισμα ως αφορμή για να ξεκινήσετε μία συζήτηση.

Εναλλακτικά, ενθαρρύνετέ τον να ασχοληθεί με μία ευχάριστη δραστηριότητα. Για

παράδειγμα, μπορείτε να του προσφέρετε το αγαπημένο του σνακ, να δείτε μαζί άλμπουμ με παλιές φωτογραφίες ή να ασχοληθείτε με οτιδήποτε άλλο ξέρετε ότι τον χαλαρώνει και τον ευχαριστεί.

5. Ψάξτε να βρείτε τι φταίει. Αφού ο άνθρωπός σας ηρεμήσει, αναρωτηθείτε τι ήταν αυτό που τον έκανε να νιώσει άβολα. Όπως ειπώθηκε και παραπάνω, υπάρχει πάντα μία λογική αιτία που κάνει το άτομο με άνοια να ζητά επίμονα τη θαλπωρή και την ηρεμία του σπιτιού του. Όταν εντοπίσετε τι έφταιξε, προνοήστε ώστε να μην ξανασυμβεί.

6. Αν τίποτα από τα παραπάνω δεν λειτουργήσει. Αν το αγαπημένο σας πρόσωπο εξακολουθεί να ζητά να πάει στο σπίτι του, αρχίστε να ετοιμάζεστε για να βγείτε. Μπορείτε για παράδειγμα να πείτε ″Εντάξει, πάμε στο σπίτι σου. Έλα μαζί μου να διαλέξεις τι θα φορέσεις”. Θα διαπιστώσετε ότι, πολλές φορές, η διαδικασία της προετοιμασίας είναι από μόνη της αρκετή για να ηρεμήσει το αγαπημένο σας πρόσωπο – είναι μία επιβεβαίωση ότι θέλετε πράγματι να το βοηθήσετε. Στην πορεία, δοκιμάστε ξανά να στρέψετε το ενδιαφέρον του σε κάτι άλλο.

Ή μπορείτε να ετοιμαστείτε και να βγείτε μία βόλτα με τα πόδια ή με το αυτοκίνητο, διαβεβαιώνοντας ότι πηγαίνετε στο σπίτι του. Κατά τη διάρκεια της διαδρομής, βοηθήστε τον άνθρωπο με άνοια να ξεχαστεί, προτείνοντας μια δραστηριότητα που απολαμβάνει: καφέ στην πλατεία, μία στάση στο ανθοπωλείο, μια επίσκεψη στα εγγόνια.

Πηγή: **citypatras.gr**