

Učíme se, co člověk s demencí cítí, když volá maminku

V rámci vzdělávání si účastníci nenásilnou komunikaci trénují na příkladech.

Tady je jeden z nich.

Cílenou Smyslovou aktivizací se paní L. po dobu pěti let nepropadala do hlubší demence. Vzpomínám si na jedno období, kdy měla velkou potřebu odcházet za maminkou. Toto období trvalo asi pět měsíců. V takových situacích se převlékla, vzala si tašku a se slovy: „Jdu za maminkou, potřebuji s ní mluvit,“ odcházela. Při jednom z těchto jejích odchodů jsme se setkaly na chodbě. Na mou otázku, kam jde, mi odpověděla: „Jdu za maminou, potřebuji s ní mluvit.“

„Aha, a myslíte si, že byste si na mě teď udělala chvilku čas? Pojdte prosím, ráda bych si s vámi ještě popovídala,“ požádala jsem ji. Když se vám v takové situaci podaří člověka posadit, máte z půlky vyhráno. Vedla jsem ji k nejbližší židli, aby se posadila a tašku odložila na zem.

Podala jsem jí ruku a ještě jednou pozdravila. Usmála se, i ona mě pozdravila, ale byla stále neklidná. Zeptala jsem se jí: „Když říkáte, že potřebujete mluvit s maminkou, cítíte se sama?“

Paní L. po více než minutě mlčení odpověděla: „Cítím se moc sama a je to taková úzkost, že mě to tady... na prsou úplně... svírá.“

Pokud již znáte pocit, můžete udělat další krok nenásilné komunikace, a tím je odkrýt potřebu: „Když říkáte, že potřebujete mluvit s maminkou a cítíte takovou úzkost, potřebovala byste se někomu svěřit? Někomu, kdo vám bude rozumět?“ A paní L. přikyvuje a říká: „Ano, je to přesně tak.“

Seděla jsem u ní velmi blízko, položila jsem svou ruku na tu její. Nebránila se, naopak zvedla hlavu, usmála se na mě a ruku mi stiskla. Po chvíli mlčení, asi po třech minutách ticha, jsem pokračovala: „Povídejte prosím, co vás trápí?“ A ona začala popisovat svou samotu. Stále jsem ji držela za ruku a jen naslouchala.

Poté jsem paní L. nabídla, že ji doprovodím do pokoje. Zvedala ze země nákupní látkovou tašku, ve které měla pravděpodobně peněženku, a říká: „Vidíte, chtěla jsem jít tam...“ Asi minuta ticha, paní L. přemýšlí a hledá slova: „No tam ...“ Po další minutě ticha mě napadá, že bych při vyjadřování mohla pomoci. Přeci když vidím nákupní tašku, tak šla asi nakoupit. Přesto jsem mlčela a čekala, zda se paní L. vyjádří: „No tam, jak se ulevují starosti, třeba za maminkou.“

Jedna z častých cest, na které se člověk s demencí chce vydat, je právě „cesta za maminkou“.

Stává se také, že s maminkou chce mluvit, nebo ji po domově hledá a opakovaně volá. Mnoho pečovateli má pocit, že v takových situacích nelze s člověkem s demencí o čemkoliv mluvit. Předpokládají,

že pokud osmdesátiletá paní s demencí volá svou maminku, která již nežije, má to v hlavě všechno pomotané a nemá cenu s ní o tom mluvit. A v případech, že s ní začnou mluvit, seniorce vysvětlují, že maminka dávno nežije, nebo se začnou vyptávat, jaká maminka byla. Je to však jeden z dalších omylů, kterých se pečující může dopustit.

„Chtěl bych, aby si pečovatelé lépe uvědomovali rozdíly mezi tím, jak myslím, a tím, o čem přemýšlím. Například když vám říkám ‚mami‘ nebo ‚tati‘, zřejmě si vás nepletu se svou mámou nebo tátou; vím, že jsou mrtví. Možná zrovna přemýšlím o pocitech nebo chování, které mám s mámou a tátou spojeny. Ty pocity mi chybí, potřebuji je.“ Richard Taylor, sám nemocný Alzheimerovou chorobou.¹¹

Člověk s demencí ví, co říká! Říká nám, co potřebuje, a vyjadřuje se prostřednictvím svých pocitů. V demenci zůstávají jen útržky vzpomínek, často bez souvislostí (na vině je postižený hipokampus), ale pocity, prožívání, tedy emoce vážící se k životu, jsou často neporušené (souvislosti jsme si již vysvětlili v úvodní kapitole).

Koncept pečujícího učí, aby svou pozornost při komunikaci plně zaměřil na poznání pocitu, protože poznání pocitu ho následně dovede k neuspokojeným potřebám. K úvahám potřebujeme rozum, k tomu, abychom poznali vlastní pocity a pocity druhých osob, potřebujeme šestý smysl, a tím je naše srdce.

