

RADY - PORADY

RADY PRO KOMUNIKACI S DEPRESIVNÍM KLIENTEM

Komunikace je zjednodušeně chápána jako proces předávání



coop

informací mezi dvěma či více komunikujícími subjekty. Znamená praktický základ všech vztahů mezi lidmi. Ve zdravotnictví i v sociální sféře má komunikace s pacientem či klientem nezastupitelné místo. Bez komunikace se pacient i klient stává pouze objektem naší péče. Obzvláště obtížná a specifická komunikace bývá s psychiatrickým klientem, a to vzhledem k poruchám jeho duševního stavu. Role pečovatelské v komunikaci s psychiatrickým klientem je zcela zásadní a nezastupitelná. Pečovatelská se stává nedílnou součástí života klienta, je mu často lidsky blízká, protože s ním tráví hodně času, z návštěv zná jeho rodinu, bývá zasvěcována do osobních a intimních záležitostí. Klient musí být přesvědčený, že je v dobrých rukou. Mezi závažnou psychickou poruchou patří mimo jiné i deprese. Deprese je závažná choroba, která výrazně zhoršuje kvalitu života nemocného člověka. Zatěžuje nejen nemocné, ale i jejich blízké a ty, co se o ně starají. Deprese zhoršuje lidem náladu, zpomaluje jejich psychický i motorický výkon. Nemocní s depresí vypadají smutně, bez zájmu, bez chuti do života. Cítí se bezmocně a beznadějně. Čas-

to se objevují myšlenky na smrt z důvodu prožívání bezdůvodných pocitů viny. Mezi další příznaky mohou patřit poruchy spánku, změna chuti k jídlu, pokles energie, ztráta sebeúcty a sebedůvěry.

Při komunikaci s depresivním klientem dodržujte následující rady:

Mějte pro klienta chápavý a povzbuzivý pohled, usmívejte se; Udělejte si dost času na jeho vyslechnutí;

Trpělivě naslouchejte a projevíte nemocnému úctu, zájem, pochopení;

Vyjadřujte naději na zlepšení v budoucnosti;

Mluvte volným tempem s jasnou artikulací;

Pomozte nemocnému snížit jeho pocit viny;

Hovořte o naději na jeho vyléčení a stále ji podporujte;

Nekladte před nemocného pro něho náročné, a tím i nedosažitelné cíle;

Denní činnosti rozdělte na menší úseky;

Dávejte najevo pochopení;

Hovořte v jednoduchých větách a sděľujte tolik informací, kolik je chopen nemocný pojmout;

Informace, která je podaná stručně, je pro depresivního člověka pochopitelná a dobře se v ní orientuje;

Pro sdělení závažných témat zvolte vhodný čas a nerušený provoz;

Nezlehčujte obtíže, o nichž nemocný hovoří, neoponečávejte nemocného sama sobě.

Pamatujte si, že základním postojem v komunikaci s depresivním člověkem je aktivní naslouchání a empatický přístup. Znamená to vcítění se do duševního stavu druhé osoby, poznání jeho vnitřního světa a být schopen se dívat na svět z jeho pohledu. Díky empatii můžeme nemocnému lépe porozumět.

Mgr. Marcela Sabová

Den otevřených dveří ve znamení zábavy i vzdělávání

Všem zájemcům o studium otevřela dveře střední škola na Přímětické. Žáci osmých a devátých tříd zde mohli 15. 11. 2016 nakouknout pod pomyslnou pokličku všech maturitních i učebních oborů. Spolu s nimi do školy zavítali i jejich rodiče a sourozenci. Kromě prezentace všech oborů připravili studenti spolu s pedagogy pestrou škálu doprovodných akcí. Hned ve vestibulu školy se příchozí ujali studenti oboru Cestovní ruch, kteří poskytovali komentované prohlídky školy. Rozdávali letáky s programem, časopis, prospekty s informacemi o jednotlivých studijních a učebních oborech. Pro mladé návštěvníky si letos připravili hrací kartu. Na několika stanovištích pak budoucí středoškoláci plnili různé úkoly. Hrací karty vyhodnotí nezávislá porota a vylosuje několik šťastlivců, na které čeká odměna. Studentská firma Paradis, kterou založili žáci ze třetího ročníku oboru Podniká-

ní, obchod a služby, nabízela svůj produkt „Majdu“. Jde o hořčici vyrobenou z rajčat, paprik, cibule a dalších přísad. Doprovodný program se těšil velké pozornosti. Ve školní jídelně připravovali budoucí kuchaři a číšníci míchané nápoje či flambované pokrmy. Prodávači předváděli aranžování a dárková balení. Francouzská kavárna, latte art a vyřezávání ovoce. To bylo doménou studentů Hotelnictví a turismu. Procvičit si kognitivní funkce, nechat si změřit krevní tlak či vyrobit placky oborů s maskotem mohli vyzkoušet zájemci o Sociální činnost. Z kosmetické a kadeřnické provozovny byly nadšeny především ženy. Lakování nehtů, úprava účesů, masáže nebo malování na obličej. Zakoupit si mohly i ručně vyráběnou kosmetiku. V tělocvičně probíhal workout a míčový víceboj. Juniorská mistryně světa v Taekwon-Du Hana Krivánková (obor Kuchař-číšník) si se svými kamarády představila

ukázky bojových umění. Truhláři předvedli soustružení, produkty ze dřeva a intarzii. Automechanici si připravili ukázkou svých výrobků, prezentaci oboru na dataprojekci a různé vědomostní soutěže. Na mladé návštěvníky čekaly i hry a kvízy ze světových jazyků, vědomostní soutěže z humanitních a přírodovědných předmětů. Nakouknout mohli do školní knihovny a občerstvit se ve školní kavárně. Součástí programu byl Den poezie, soutěž Prostorová představivost a vyzkoušet bylo možné i práci na počítači v učebnách informatiky. Prezentace školy byla skutečně pestrá. Další zajímavé akce proběhnou na Přímětické již v brzké době. Tou první bude Vánoční výstava, která se uskuteční 8. 12. 2016. Následující proběhne těsně před vánočními svátky. Konat se bude pod názvem Řemeslo má budoucnost a navštívit ji můžete 15. 12. 2016.

Mgr. Kateřina Kotoučová

