**II BLOK**

Opiekun medyczny, Elementy psychologii i socjologii, nauczyciel: Agata Zapała

TEMATY:

**Proszę zapoznać się z podstawowymi informacjami na poniższe tematy:**

Umiejętności psychologiczne niezbędne w pracy opiekuna.

Procesy poznawcze. Objawy zaburzeń procesów poznawczych.

TREŚCI DO PRZECZYTANIA

Pracując w zawodzie opiekuna medycznego, należy posiadać określone kompetencje zawodowe. Wydaje się jednak, że jest to zawód, w którym szczególnie ważne są kompetencje osobowościowe.

Kompetencje:

- techniczne: wiedza i umiejętności, zdobyte w toku doświadczenia zawodowego oraz podnoszenia kwalifikacji zawodowych poprzez: ukończone kursy, staże, praktyki zawodowe, itp.,

- osobowościowe: np. empatia, komunikatywność, cierpliwość, asertywność.

Szczególnie ważna w pracy opiekuna medycznego jest umiejętność nawiązywania prawidłowego kontaktu z podopiecznymi, niejako umiejętność „dopasowania się do nich”. Aby było to możliwe, prócz uniwersalnych kompetencji zawodowych i osobowościowych, niezbędnych w tego rodzaju pracy, należy zadbać o zaznajomienie się z informacjami na temat trudności zdrowotnych podopiecznego, w kontekście pracy z nim i nawiązywania z nim kontaktu.

Szczególną grupę podopiecznych stanowią osoby borykające się z zaburzeniami funkcji poznawczych, czyli np. osoby z Chorobą Alzheimera, gdzie na pierwszy plan wysuwają się zaburzenia pamięci. Kontakt z takimi podopiecznymi może być utrudniony, właśnie ze względu na ich trudności poznawcze.

**Poniżej przedstawię Państwu ogólne zagadnienia dotyczące procesów poznawczych i trudności spowodowanych zaburzeniami tych procesów.**

PROCESY POZNAWCZE

* procesy, dzięki którym człowiek uzyskuje określoną wiedzę o otaczającym go świecie, w sposób pośredni i bezpośredni,
* wrażenia, spostrzeżenia, pamięć uwaga, mowa, myślenie,

**Wrażenia** – elementarny (podstawowy) i jednorodny proces poznawczy, powstający pod wpływem jednego bodźca, jednego rodzaju, np. barwa, dźwięk, smak.

**Rodzaje wrażeń:**

* - odzwierciedlające cechy przedmiotów znajdujących się poza nimi (smakowe, węchowe),
* -odzwierciedlające ruchy poszczególnych części i stan poszczególnych narządów wewnętrznych (mięśniowo- ruchowe, równowagi, ustrojowe)

Wrażenia zależą od:

* - sytuacji zewnętrznej: jakości, siły, ilości bodźców, czasu trwania,
* - stanu psychofizycznego organizmu,
* - poziomu inteligencji i wiedzy o danej dziedzinie,
* - nastawienia na odbiór,

**Spostrzeżenia** – odbiór powiązanych ze sobą cech, szczegółów przedmiotów oddziałujących na nasze zmysły.

* Etap wyższy od wrażenia. Proces bezpośredniego poznawania otaczającej rzeczywistości. Mamy zawsze do czynienia z kompleksami pobudzeń jednego lub kilku ośrodków zmysłowych. Żeby zinterpretować spostrzeżenie trzeba umieć odbierać wrażenia.

**Pamięć** charakteryzuje się:

* trwałością,
* szybkością,
* wiernością,
* gotowością,
* zakresem.

**Trwałość** - czas przechowywania informacji w pamięci.

**Szybkość** - w różnym stopniu jest wyrażona i tak jedni szybciej drudzy wolniej zapamiętują. Ile trzeba powtórzeń by materiał został odtworzony?

**Wierność** - jak wiernie odtwarzasz informację

**Gotowość** - łatwość odtwarzania, szybkie rozpoznanie i posługiwanie się wiedzą.

**Zakres** - (pojemność), ile potrafimy zapamiętać. Ilość zapamiętanych treści w danym czasie.

**MYŚLENIE -** odzwierciedlenie istoty cech przedmiotów i zjawisk oraz stosunków między nimi zachodzących, nie działających bezpośrednio na nasze zmysły.
Proces poznawczy, w którym odzwierciedlane są struktury i funkcjonalne stosunki różnych elementów rzeczywistości.
Dzięki myśleniu możemy przekształcać informacje które przechowujemy.

Na proces myślenia składają się:

* a) informacje,
* b) operacje,
* c) reguły.

Informacje: pochodzą z pamięci, pojęcia, wrażenia, spostrzeżenia...

Operacje: podstawowe transformacje, dzięki którym zmieniamy materiał myślenia: analiza, synteza, porównanie, abstrahowanie, uogólnianie.

Reguły: mogą być zawodne i niezawodne; strategie, metody, które porządkują nasze operacje myślenia. Niezawodne reguły myślenia to algorytmy, zawodne reguły myślenia to heurystyki.

Reguła myślenia - ciąg operacji, cykl operacji.

**MOWA** - myślenie ściśle związane jest z mową, która odgrywa ważną rolę w procesach myślenia. Dzięki mowie przedmioty i zjawiska otrzymują nazwy. Można więc operować symbolami przedmiotów i zjawisk.

**Komunikacja z osobą z zaburzeniami procesów poznawczych. Podstawowe wytyczne.**

1. choć osoby cierpiące na chorobę Alzheimera mają trudności z rozumieniem mowy oraz wypowiadaniem się bardzo dobrze rozpoznają nastroje opiekunów,

- staraj się mówić w sposób spokojny i miły,

- nie okazuj zniecierpliwienia,

2. atmosfera, jaką stworzy opiekun może wpłynąć na efektywność komunikacji

- stwórz atmosferę bezpieczeństwa, mów choremu, że wszystko jest w porządku, nie musi się martwić,

- zachowaj kontakt fizyczny z chorym, np. podczas mówienia, połóż mu rękę na ramieniu,

- skup się na zachowaniu spokoju,

- odwracaj uwagę od stresujących rzeczy,

3. nadmiar bodźców, złożone zdania, niezrozumiałe słowa powodują chaos i mogą wzbudzić w chorym złość,

- przekazuj informacje krótkimi zdaniami, np. "podnieś kubek", zamiast: "podnieś ten zielony kubek, który leży na stole po prawej stronie",

4. zadawaj krótkie pytania, na które chory może odpowiedzieć "tak lub "nie", np. "czy napijesz się herbaty?", zamiast: "czego byś się napił?"

5. nie poprawiaj, nie pouczaj, nie sprzeczaj się z chorym,

osoba cierpiąca na chorobę Alzheimera nie jest w stanie zweryfikować swoich wypowiedzi, sprzeczanie się z bliskim może spowodować generowanie się złości, co w konsekwencji uniemożliwi komunikację,

6. nie bierz do siebie tego co mówi i w jaki sposób zachowuje się chory, często jego zachowanie spowodowane jest zagubieniem, dezorientacją, strachem,

to co mówi, to w jaki sposób się zachowuje jest spowodowane jego chorobą, a nie złymi intencjami

7. w chorobie Alzheimera często najdłużej zachowują się wspomnienia z odległej przeszłości, warto to wykorzystać!

- rozmawiajcie o przeszłych wydarzeniach, skup się na przywoływaniu pozytywnych zdarzeń,

- oglądajcie wspólnie stare zdjęcia,

- zachęcaj bliskiego do aktywności, które kiedyś lubił, być może w pewnym zakresie potrafi je nadal wykonywać,

- daj czas na odpoczynek.

**Poniżej znajdują się zagadnienia do samodzielnego opracowania. W razie potrzeby skonsultowania kwestii zadań do samodzielnego wykonania jestem do Państwa dyspozycji. Proszę o wiadomość na adres: azapalaproedu@gmail.com**

**- jeśli Państwa odpowiedź, którą chcą Państwo skonsultować będzie napisana odręcznie to proszę zeskanować lub wykonać zdjęcie i przesłać na adres: azapalaproedu@gmail.com**

ZADANIA DO SAMODZIELNEGO OPRACOWANIA

1. Proszę zastanowić się jakie trudności można napotkać w pracy z osobą z zaburzeniami poznawczymi.

2. Proszę podać przykłady do cech pamięci, takich jak: trwałość, szybkość, wierność, gotowość, zakres.

**Proszę wykonać test a następnie sprawdzić odpowiedzi. W razie wątpliwości proszę skontaktować się ze mną pod adresem: *azapalaproedu@gmail.com***

TEST SPRAWDZAJĄCY + ODPOWIEDZI

1. Elementarny (podstawowy) i jednorodny proces poznawczy, powstający pod wpływem jednego bodźca, jednego rodzaju, np. barwa, dźwięk, smak to:

a) spostrzeżenie,

b) wrażenie,

c) pamięć

d) myślenie.

2. Komunikując się z osobą z zaburzeniami psychicznymi:

a) należy mówić krótkimi zdaniami i w taki sposób, aby podopieczny mógł odpowiedzieć: tak lub nie,

b) należy zawsze dotykać podopiecznego podczas mówienia do niego, nawet jeśli jest wyraźnie z tego niezadowolony,

c) należy zawsze mówić bardzo głośno,

d) należy zawsze poprawiać podopiecznego, jeśli nie ma racji.

Prawidłowe odpowiedzi:

1b, 2a.