



与脑退化症患者的有效沟通

为了在与脑退化患者的互动和交流中取得最大成效，护理伙伴需要调整他们的沟通方式，以便让脑退化症患者更容易理解和跟进对话。以下是一些确保成功的技巧。

设想一下

我们恐怕常常会忘记，患有脑退化症的亲人每天都在费力地与我们沟通。关于脑退化症和与之沟通的问题，请务必记住以下几点：

- 对方正在努力弄清楚环境中发生了什么事。
- 对方可能会因为不理解对话或方向而感到尴尬、害怕或沮丧。
- 对方并不是故意忘记信息或试图激怒你。
- 对方可能没有意识到自己的行动或行为。
- 脑退化症患者是一个有着一生经历和成人欲望与需求的成年人。我们应该始终把他们当作成年人，而不是儿童，来对待和与他们交谈。例如，在考虑词语选择时，我们应该使用诸如“内裤”之类的术语，而不是“尿不湿”。

谈话技巧

以下是一些与脑退化症患者沟通的技巧：

- 找一个安静人少的地方。
- 保持冷静和乐观。
- 从正面慢慢接近他们。
- 进行眼神交流。
- 允许沉默。
- 慢点说话，留出时间让对方寻找字词，不要插嘴为他们建议用词。
- 使用触摸来协助开启互动。例如，将你的手放在另一个人的手上，或者拿起一罐果汁，帮助他们把果汁倒入杯中。
- 使用触摸来给予安慰或指导。
- 试着确认他们的想法、感受和担忧是真实存在的。确认并不意味着认同。就比如说：“听起来那真的很可怕”或“那也会让我发疯的”。



- 尝试从他们的角度看待事情并体会隐藏在事件背后的情感。例如，他们可能以为他们的孩子会在当天晚些时候来看他们，而你知道他们的孩子并不会来。询问一些有关他们孩子的问题，而不要与他们争论他们的孩子会不会来。讲一个关于你自己孩子的故事，然后尝试转移他们的注意力去做一件能满足情感需求的活动。也许你可以帮他们给孩子写封信。
- 用简单、清晰、简短和直接的方式说话。尝试更多地使用名词而不是代词。例如，“你的外套在那里”，而不是“它在那里”。
- 使用图片、文字和手势来传递信息。
- 每次只做一个指示，并准确地表达你希望对方做什么，否则他们会被繁复冗长的解释搞糊涂。
- 使用是/否问题，例如，“你想和我一起准备餐桌吗？”
- 给出选择，例如，“你想穿红色衬衫还是蓝色衬衫？”
- 切勿测试脑退化症患者，或与之争论、对峙。



开始对话

使用正确的方式

1. 打招呼并说出你自己的名字（如果对方记名字有困难）。
2. 关注他们的一些细节。例如，说你喜欢他们的衬衫，或者有人告诉你他们喜欢帆船运动。
3. 提一个你注意到的事情的问题，例如，“你衬衫上的蓝色是我最喜欢的颜色。你有最喜欢的颜色吗？”或者，“我不知道怎么航行，学起来难吗？”这里的关键是问一个他们感兴趣的问题，而不是他们需要用回忆来回答的问题。例如，你最好不要说“我听说你喜欢航海。你什么时候开始航海的？”因为这个问题需要回忆。
4. 他们可能会用简短的词语回答，但不会向你发问。没关系！你可以继续问一些简单的问题，也可以给他们讲一个你生活中的故事，或者一些你曾经读到的与你们正在谈论的话题有关的东西。

辅助谈话的事物

有些脑退化症患者可能说话不多，或者他们可能只会用单字来回答问题，这是可以接受的。但是交流完全缺乏互动，就会让人感到不舒服。此外，还有些人很难把注意力放在谈话上。

因此，试着寻找周围环境中可以辅助你们交流的事物

谈论墙上的一件艺术品。“我喜欢这幅画的颜色。你在这幅画里看到了什么颜色？你认为那条狗在看什么？”向他们提出有关艺术的问题，这是让其参与交流的一个很好的方式，因为艺术品会为人们提示文字、图像和记忆。对方说什么答案你都接受。不要纠正对方，无论他们对艺术品说什么都可以。**茶几书籍**上的照片如果跟他们喜欢的话题相关，这也是开启谈话和拉近关系的很好的辅助物。