

KONFERENCJA „WZAJEMNIE POTRZEBNI - EDUKACJA DO STAROŚCI” 23.10.2020 i 27.11.2020



za dzieckiem
Wychowanie i Edukacja Montessori

KONFERENCJA WSPÓŁFINANSOWANA ZE ŚRODKÓW:

Wrocław miasto spotkań

ENTRUM
Montessori
Senior

„Ukazanie możliwości rozwojowych człowieka ze szczególnym uwzględnieniem późnej dorosłości – w oparciu o metodę Montessori Senior – Montessori Lifestyle”

Streszczenie wykładu

Pani Monika Stroińska, gerontopsycholog i założycielka Centrum Montessori Senior w Polsce, przedstawiła na Konferencji wykład pt.: „Ukazanie możliwości rozwojowych człowieka ze szczególnym uwzględnieniem późnej dorosłości – w oparciu o metodę Montessori Senior – Montessori Lifestyle”.

Swoje wystąpienie prelegentka rozpoczęła od stwierdzenia, że obecna Konferencja odbywa się w trudnym, ale dobrym czasie, ponieważ omawiane tematy są aktualne, a przez to bardzo ważne, bo dotyczą bezpośrednio naszego społeczeństwa, jego wewnętrznych połączeń, wzajemnej pomocy i walki ze stygmatyzacją.

W zasadniczej części wykładu poruszyła ona temat możliwości rozwojowych najstarszych seniorów, przy czym skupiła się na szczególnej grupie seniorów, twierdząc, że rozwijają się możliwości uczestnictwa w życiu społecznym osób starszych z różnego rodzaju deficytami poznawczymi (a jest ich około 50 milionów w Polsce).

Seniorzy doświadczają deficytów poznawczych, takich jak zapominanie, mają problemy z komunikacją, gestami, radzeniem sobie z nowymi sytuacjami, mową i jej rozumieniem. Jednak potencjał i możliwości rozwojowe nadal istnieją, także u tych seniorów, którzy powoli tracą samodzielność przy organizacji życia codziennego, czy mają trudności

z przystosowaniem się do nowej rzeczywistości i zmian w otoczeniu, gdzie sytuacje te często powodują stany lękowe, depresyjne, problematyczne zachowania, a przez to i wypalenie opiekunów.

Prelegentka postawiła pytanie: „Jak więc wyglądają ich możliwości rozwojowe?“, gdy Seniorzy z deficytami, muszą borykać się z utratą samodzielności, wykluczeniem społecznym i zaburzonym systemem rodzinnym.

Jako punkt wyjścia dla dalszych rozważań zaprezentowane zostało spojrzenie na aktualnie tworzoną rzeczywistość dla seniorów. Seniorzy z deficytami poznawczymi to grupa ludzi z demencją i otępieniem. Łacińskie określenie *dementis* oznacza *głupi, obłąkany*. Terminologia oficjalna, naukowa, skazuje niejako człowieka na określanie go jako otępiałego czy głupiego. Określenie *demencja*, powinno być zmienione na *zaburzenia neuropoznawcze*, co już widać w nowych podręcznikach dotyczących gerontologii. Oznacza to walkę o godność ludzi, ponieważ w chwili stawiania diagnozy, kreujemy wizerunek tych osób.

Następnie prelegentka zapytała: „Jakie emocje w nas wywołuje choroba Alzheimera?“. Jak się okazuje w wielu z nas budzi przerażenie, strach, obrzydzenie, co mocno stygmatyzuje chorych na nią ludzi. Setki pytań, z którymi chorzy będą mieć trudności, powinno się zmienić w trening funkcji poznawczych.

Prowadząca zaznaczyła, że powszechne są placówki, które pracują na modelu więzienia, skupionego na zadaniach, a nie na potrzebach pensjonariuszy. Człowiek chory musi się wpasować w elementy często szpitalne, gdzie wielką uwagę przywiązuje się do historii choroby i diagnozy, a nie do samego człowieka i jego potrzeb. Po diagnozie wszystko zmienia się w terapię i leczenie, nawet normalne życie. W sposób oczywisty więc ogranicza się możliwości rozwojowe seniorów.

Prelegentka przywołała słowa Marii Montessori – „zamknięty w swoich ograniczeniach, nie zdoła się dowartościować i nie uda mu się dostosować do otaczającego świata”. Dlatego nie można zamykać człowieka w diagnozie i spowodowanych z tego tytułu ograniczeniach. Naszym celem jest spotęgowanie i umożliwienie możliwości rozwojowych każdego seniora, niezależnie od stadiów deficytów poznawczych.

Monika Stroińska podkreśliła, że nie powinno się podkreślać tego, czego człowiek już nie potrafi, albo z czym sobie już nie radzi. Także wykonywanie za kogoś pewnych czynności, uniemożliwia mu rozwój i samodzielność. Podejście Marii Montessori jest więc tutaj bardzo trafne, bo pozwala skupić się na możliwościach rozwojowych.

Główną zasadą jest pomoc w robieniu czegoś samodzielnie, a tym samym rozwijanie wewnętrznych możliwości.

Następnie prelegentka przedstawiła historię pracy Marii Montessori z dziećmi w dziecięcym ośrodku psychiatrycznym. Montessori dostrzegła, że problem z funkcjonowaniem tych dzieci jest bardziej natury pedagogicznej, a nie psychicznej, ponieważ to otoczenie nie wspiera możliwości rozwoju tych dzieci. Maria Montessori wypracowała więc koncepcję normalizacji, a mówiąc o wspomaganiu seniorów w życiu codziennym, należy skupić się na tym, jak stworzyć warunki, aby senior mógł być

zaangażowany. Podobnie jak w podejściu do dzieci - to otoczenie powinno być dostosowane do etapów rozwoju dziecka, a nie odwrotnie.

Maria Montessori stworzyła własną wizję społeczeństwa, praw człowieka, kobiet, które dotyczą tego, że każdemu należy się szacunek, godność, równość i zaufanie, ponieważ, niezależnie od tego, w jakim jesteśmy stanie, czy chorzy, czy zdrowi, to jesteśmy tacy sami i mamy takie same potrzeby. Jej dewizą było „pomóż mi zrobić to samodzielnie”. Takim podejściem do edukacji zainspirował się dr Cameron Camp, psycholog i badacz, który poszukiwał klucza do wspierania ludzi z deficytami.

W 1995 r opracował on metodę, skupiającą się na walce ze stygmatyzacją i zmianą podejścia i spojrzenia na osoby starsze z deficytami. Głównymi założeniami tej metody, jest wsparcie aktywnego udziału seniorów tym, co ich faktycznie interesuje. Nie powinno się więc naciskać na te elementy, które nie działają i z którymi seniorzy sobie nie radzą - choć seniorzy są tak naprawdę w stanie się jeszcze uczyć. Zgodnie z tą metodą, należy się skupić na usprawnianiu życia codziennego, a nie na kartce papieru, zadaniach i robienia z seniorami tego, z czym już sobie nie radzą.

Prelegentka zaznaczyła też, że w swoich działaniach, powinniśmy skupić się na przywróceniu seniorom roli wewnątrz wspólnoty, a nie trzymać ich w zamknięciu. Doktor Camp przejął od Marii Montessori model normalizacji, aby używając metod neuropsychologicznych i psychologicznych, uprościć modele uczenia się i rehabilitacji, co pozwoli na rozwój potencjału osoby z deficytami. Takie działania umożliwiają seniorom, odnaleźć siebie, pomimo towarzyszących im deficytów.

Monika Stroińska powiedziała, że taką wielką ideą jest stworzenie Domu Starszyny, czyli wspólnego domu dla przebywających tam seniorów. Nikt z nas nie chce mieszkać do końca życia w szpitalu, więzieniu czy hotelu. Dlatego powinno się stworzyć taki system opieki, którego głównym celem byłoby wspieranie seniorów w rozwoju ich potencjału. Także konieczna jest zmiana perspektywy i postrzegania osób chorych na demencję, jako normalnych ludzi, którzy mają po prostu symptomy choroby, zupełnie tak jak każdy, gdy jest chory i nie zmienia to faktu, że nadal jest sobą i jest człowiekiem.

Obecnie społeczeństwo nie postrzega demencji jako niepełnosprawności poznawczej, a tak jak w innych przypadkach niepełnosprawności, powinno się oferować, tak zwane protezy poznawcze dostosowane do otoczenia i możliwości postrzegania seniora. Prelegentka podkreśliła, że tak, jak Maria Montessori dostosowała edukację do możliwości rozwojowych dzieci, tak i my powinniśmy dostosować do możliwości poznawczych seniorów ich codzienny świat.

Następnie przedstawiła jak działa metoda Montessori Senior. Jako punkt wyjścia, w tej metodzie w pracy z osobą starszą, uznano skupienie się na osobie, a nie na diagnozie (która powinna nam służyć tylko jako pomoc). W codziennej pracy powinniśmy szukać odpowiedzi na to: kim jest ten człowiek?, co lubi robić?, jaką ma osobowość?, jakie ma zwyczaje? itp., nie postrzegając przy tym osoby wyłącznie przez pryzmat choroby. Działania powinny opierać się na budowaniu interakcji, sprzyjających budowaniu kontroli nad własnymi potrzebami seniorów. Jak coś jest nam narzucane, to wywołuje to u nas

sprzeciw. A stawiając seniorom diagnozę, pozbawia się ich tym samym kontroli. Wystarczą proste pytania umożliwiające im decyzyjność dotyczącą ich samych, np. co chciała by Pani dziś ubrać? co chciała by Pani dziś robić? Dostosowując do stanu poznawczego seniora, przedstawienie propozycji w dwóch konkretnych opcjach, pozwoli mu o sobie decydować. W związku z tym powinniśmy skupiać się na zachowaniu umiejętności, które jeszcze są, zamiast koncentrowaniu się tylko na tym, czego już nie ma. Jak można zatem zaangażować seniora w życie codzienne, nie narażając go na poczucie bezradności, stresu, stanów lękowych i poczucie porażki? Ponieważ każdy ma pamięć proceduralną, utajoną, a rozumiemy przez nią nawyki i rutyny, to robienie postępów przez praktykę nawet u seniorów z deficytem, jest w znacznym stopniu ułatwione. Efektywność pamięci proceduralnej jest ważnym elementem wspomagającym wspieranie wewnętrznego potencjału seniorów. Samo dostosowanie otoczenia do potrzeb osoby starszej, żeby czuła się w nowym środowisku bezpiecznie, jak w domu, żeby nie czuła, że trafiła do szpitala, placówki opiekuńczej czy więzienia. Do miejsca stworzonego dla choroby, a nie dla człowieka...

Pokazanych zostało kilka przykładów takich dostosowań w placówkach, stosujących metodę Montessori Senior. W tych miejscach z założenia przestrzeń opiera się na umożliwieniu zrozumienia otoczenia osobom starszym, aby wspomagać ich samodzielność i rozwój. Zajęcia traktuje się jako podstawową potrzebę życiową człowieka, jako element codzienności, a nie jako terapię. Brak równowagi podczas codziennych zajęć, zwiększa ryzyko występowania zachowań takich, jak agresywność, wędrowanie itp., symptomów depresyjnych, zaburzeń snu, szybszej utraty funkcji poznawczych, a także obniża się poziom samodzielności.

Prelegentka zaznaczyła, że wielką wartość mają zajęcia dostosowane do potrzeb seniorów - tylko takie zajęcia, które będą miały sens dla seniorów, nie wywołają w nich frustracji, co prowadziłoby do zachowań trudnych. Zadania powinny być dostosowane do możliwości poznawczych seniora w taki sposób, aby było to dla niego instynktowne i łatwe w wykonaniu. Na przykład, aby uniknąć zapomnienia przez seniorów umiejętności czytania, stworzono książki, które dostosowane są tak, aby im to ułatwić. Litery są napisane dużą czcionką, tekstu nie jest zbyt wiele, a treść na każdej stronie dotyczy innego tematu, więc nie jest tu tak bardzo istotne, czy ktoś zapomniał, czego dotyczył tekst na poprzedniej stronie. Poprzez aktywne uczestniczenie seniorów, w życiu codziennym placówki, wzmacnia się ich rolę we wspólnocie.

Podczas wykładu wyświetlony został krótki film promujący ideę Montessori Senior, z jednej z placówek we Francji, gdzie pensjonariuszki zaprezentowały swoje życie codzienne. W ośrodku seniorzy sami dobierają sobie interesujące ich zajęcia. Panuje solidarność i wzajemna pomoc. Zajęcia dostosowane są do zachowanych umiejętności. Kolejnym przykładem skuteczności Metody Montessori Senior jest zastosowanie jej przy projekcie dotyczącym przywrócenia autonomii seniorom nad kontrolą glikemii i wstrzykiwaniem insuliny. Pozwoliło to na rozwiązanie sytuacji konfliktowych, które tworzyły się wskutek tych czynności.

Jako kolejny przykład zmiany spojrzenia na seniora posłużył film, który pozwala dostrzec osobę seniora z innego punktu widzenia - m.in. tego kim on jest, kim był i co robił kiedyś, ograniczając przy tym perspektywę samej choroby.

Na zakończenie prelegentka zaznaczyła, jak wiele można osiągnąć zmieniając tylko same podejście. Możliwości jest mnóstwo w każdym wieku. Wszystko zależy tylko od tego, co seniorom damy, albo czego im nie damy.