

# REKOMENDACJE I ZALECENIA WYNIKAJĄCE Z PRACY Z SENIOREM / SENIORKĄ

---

- Dostosuj komunikat do możliwości poznawczych seniora/rki (nie używaj „branżowego” słownictwa; formułuj krótkie komunikaty).
- Buduj atmosferę wsparcia (zadawaj pytania dotyczących aktywności własnej; wzmacniaj słowem; stosuj komplementowanie).
- W momencie stosowanie psychoedukacji dotyczącej procesu starzenia się lub procesu chorobowego stosuj przykłady oparte na szczególe nie ogóle.
- Zagospodaruj więcej czasu w celu wysłuchania tematów pobocznych ważnych dla seniora/rki (np. trudności zdrowotne, rodzinne) oczywiście mając na uwadze cel główny spotkania, ofiarowanie zainteresowania w relacji wzmacni ją i zbuduje porozumienie.
- Buduj plan pracy indywidualnej zgodnie z oczekiwaniami i możliwościami seniora/rki, uwzględnij czas wykonywania czynności, poziom męczliwości czy skupienia uwagi.
- Dostosowuj spotkania do możliwości czasowych i zdrowotnych seniora/rki, zdarzają się momenty odwoływania umówionego spotkania z uwagi na zły stan zdrowia, przygotuj się na taką możliwość.
- Wykaż ZAINTERESOWANIE, dopytuj o rodzinę, relacje, sąsiadów, przeszłość.
- Nie umniejszaj poczucia wartości seniora/rki, wzmacniaj słowem, doceniaj, wysłuchaj, nie krytykuj, nie oceniaj, nie przyspieszaj w wykonywaniu czynności itp.
- Zapytaj rodzinę i osoby bliskie o potrzeby seniora/rki –wysłuchiwanie ich stanowiska pomoże w zweryfikowaniu kierunku pracy, grupa projektowa ma tendencje do „nie potrzebowania pomocy” i czasem potrzeby są zakamuflowane poczuciem wstydu.
- Pozwól aby to senior/rka wybrał drogę pomocy – oferowany sprzęt, sugeruj oczywiście swoją wizję w sposób profesjonalny i tak poprowadź rozmowę aby finał końcowy był satysfakcjonujący dla obu stron.
- Pokaż jak korzystać z udogodnień wprowadzonych w domu, naucz i przeszkól seniorów, to wzmacni w nich poczucie sprawczości.
- W trakcie kolejnych spotkań sprawdź czy zaproponowane zmiany są adekwatne, przydatne, sprawdź sposób korzystania ze sprzętu, w momencie pomyłek zweryfikuj je i wprowadź sprostowanie.

## PAMIĘTAJ O 4 KROKACH W TRAKCIE SPOTKAŃ:

---

- 1. PYTAJ**
- 2. OKAŻ CIERPLIWOŚĆ I ZROZUMIENIE**
- 3. NIE OCENIAJ**
- 4. DAJ CZAS**