

Общение – это не всегда передача информации, это эмоции. Самое важное в общении «я рад тебя видеть» — «ты рад меня видеть». Постараться передать это, постараться почувствовать - залог эффективного общения. И то, с чем мы часто сталкиваемся, что человек, может быть, после тяжелых болезней, после инсульта, просто очень стар и вроде физической возможности общаться у него мало, и при этом все равно мы удивляемся, что человек может выразить, что он рад вас видеть, что он понимает, что мы пришли, что ему с нами приятно. И это очень здорово. И постараться, конечно, ему тоже это сказать:

«Мы вам рады!»

Контакт становится оптимальным, если при общении используется **«зеркало отношений»** - улыбка, заинтересованное выражение лица, спокойные жесты, ободряющая мимика. Полезно включать и такой прием, как **«золотые слова»** — комплимент, который также позволяет расположить пожилого человека к беседе, диалогу, выяснению проблемы и поиску путей ее решения.



Ведущий психолог:
Пашкова Марина Викторовна.
т. 8-47467-7-74-11

**ОБУ «ЦСЗН ПО
ЕЛЕЦКОМУ РАЙОНУ»**

Отделение психолого-педагогической помощи семье

Правила общения с пожилым человеком



2016 год

1. Избегайте споров, конфликтов, резкой критики в разговоре с пожилым человеком.
2. Относитесь к пожилому, как к трудному ребенку: если он бунтует, значит, ему плохо. Выясните подлинную причину его поведения.
3. Относитесь серьезно к страхам и тревогам старого человека. Помогите ему озвучить свои страхи, рассказать о них. Это частично снимет психическое напряжение и будет служить толчком к поиску решения проблемы, вызвавшей страх.
4. Нередко тревога пожилого человека связана с ухудшением состояния здоровья. Его пугают мысли о том, что медицинская помощь не будет оказана вовремя.
5. Выслушивайте пожилого человека при любых обстоятельствах до конца; если это невозможно, мягко остановите разговор, пообещайте продолжить его при первой же возможности.
6. Всегда обращайтесь к человеку в годах с уважением, произносите слова медленно, достаточно громко; отложите разговор, если он находится в состоянии раздражения, гнева, обиды.
7. Никогда не заставляйте пожилого человека что-либо делать насильно.
8. При общении - смотрите в глаза человеку, касайтесь рукой, садитесь рядом. Часто престарелые люди, особенно плохо видящие и слышащие, нуждаются в тактильном контакте.
9. Поощряйте стремление пожилого человека к самостоятельному уходу за собой, чистоте, опрятности, обеспечьте возможности для этого: подберите удобную одежду, легко снимающуюся и гигиеничную, укрепите вспомогательные приспособления в ванной комнате и туалете.
10. Если пожилой человек не в состоянии обслуживать себя самостоятельно, пригласите к нему сестру-сиделку. Очень важно, чтобы пожилой человек доверял специалисту, который будет ему помогать.
11. Спокойно реагируйте на обвинения о пропаже денег или вещей и, вооружившись терпением, помогайте найти их.
12. Не препятствуйте общению пожилого по телефону с друзьями, помогайте ему выходить на улицу для общения, прогулки, посещения магазина и т.д.
13. Найдите старые журналы, фотографии, книги, безделушки периода его молодости и музыкальные записи. Посмотрите и послушайте их вместе. Это заметно сблизит вас.
14. Для установления психологического контакта, всегда будьте тактичны. Помните, что неподдельное участие и любовь могут преодолеть все трудности в общении с престарелым человеком.
15. Никогда не навязывайте насильно своего общения пожилому человеку, но и не отказывайте ему