

Szabó Orsolya

A foglalkoztatás, mint terápia szerepe az ember életében

Ádvent a bálványi idősök otthonában



Magiszteri egyetemi tanulmányaimat az 5. évfolyamon folytatom a komáromi Selye János Egyetem Református Teológia Karának missziológia, diakónia és szociális gondoskodás szakán.

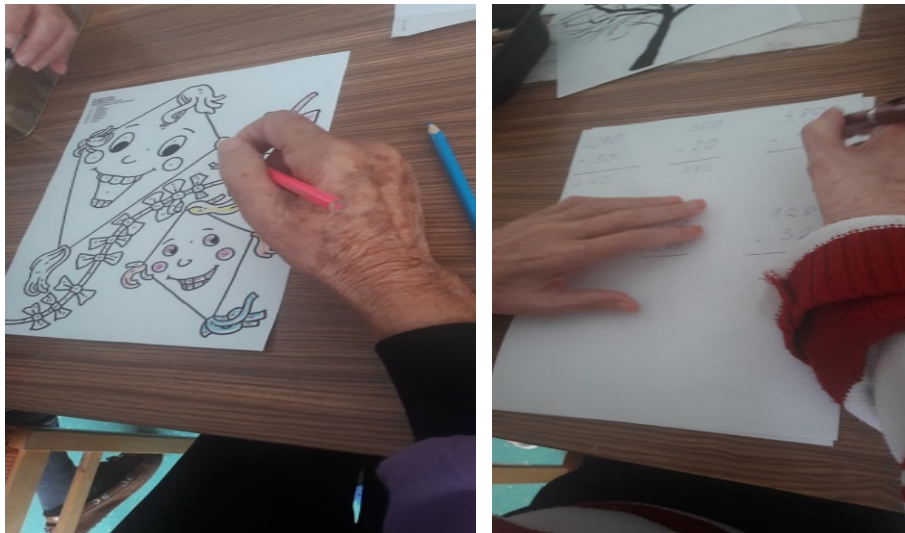
Már végzős hallgatóként megérett bennem a gondolat, hogy milyen területen szeretnék a jövőben elhelyezkedni. Az egyetem első pár évében pedig megfogalmazódott, hogy az embereknek, amiben tudok, segíteni szeretnék. Éppen ez a cél ösztönzött engem arra, hogy elvégezzem a *munkaterapeuta* tanfolyamot az egyetemi tanulmányaim mellett. Természetesen tudom, ez nem elég ahhoz, hogy valaki megfelelő szakember legyen. **Szükséges hozzá az együttérzés, szeretet, odafigyelés a másik ember iránt.** Ezek mellé elengedhetetlenül fontos a *szakmai tudás*, minden területen. Mindenhez nem érthetünk, ám mindenbe lehet egy kis belevetésünk. *Így van ez az idős emberekkel is.*

Ennek a segítő szakmának a legszebb része az, amikor látványos javulást tudunk elérni egy végtelenségig elkeseredett idős embernél. A foglalkoztatások által, boldogabbá, elviselhetőbbé tudjuk tenni az idős kor sokszor nehéz időszakait.

A mai rohanó világban a legnagyobb probléma, hogy az embereknek nincs idejük egymásra. Nincs időnk a szeretteinkkel foglalkozni. Sokan kényszerülnek arra, hogy az elmagányosodott idős családtagot idősök otthonába helyezték el. Ez sokszor a család részéről büntudatot, az idős részéről pedig csalódottságot ébreszt. Amikor az idősök bekerülnek egy idősök otthonába, sokszor félelem öleli körül őket, hogy mi lesz velük, és attól félnek, még inkább elmagányosodnak.

Egy emberrel csak akkor és annyira tudunk megfelelően foglalkozni, amennyiben megismertük őt. Amikor már tudjuk, hogy mi az, amit szeret és mi az, amit nem. A foglalkoztatásoknál fontos, hogy soha nem kényszeríthetjük az idős embert. Mindig olyan foglalkoztatást/terápiát választunk, ami számukra elfogadható. Ezért nagyon fontosak az egyéni foglalkoztatások. Ez lehet akár egy egyszerű beszélgetés is, ahol az idős ember kiöntheti a szívét. Ezáltal nem érzi magát elhanyagolva, és kell, hogy érezze azt, hogy ő is fontos, és igenis van aki meghallgatja.

A foglalkoztatási terápiáknak jelentős szerepe van az idősök életében. A foglalkoztatások által a terapeuta megpróbálja visszaadni a már meggyengült képességeket, csoportos, illetve egyéni formában. Ezáltal javul az idős ember testi – lelki jólléte és növekszik az önállósága. A terapeuta a foglalkoztatások során olyan „feladatokat” alkalmaz, amivel fejleszteni tudja a mindennapi élettevékenységeket. Egy jó terapeutának ismernie kell, hogy az egyes személynek hol van a teljesítőképességének a határa, mi az, amit még el tudnak, és szívesen végeznek. Sem sürgetni, sem siettetni, sem erőltetni nem szabad az idős embereket a foglalkoztatások során. Csak így lehet hatékonyan együtt dolgozni.



i.

Nem utolsó sorban nagyon *fontos a megfelelő kommunikáció.* A kommunikáció hozzájárul ahhoz, hogy ösztönözni tudjunk, biztatást és támogatás nyújtunk. A beszélgetés során ismerjük meg az idős embereket. Fontos szerepet tölt be a nem-verbális kommunikáció is. Mint minden élethelyzetben, természetesen itt is. Sokszor a jelek azok, amelyekből leszűrjük a lényegét. *Ilyen jel lehet, egy sóhajlás, legyintés, vagy akár egy kézmozdítás.* Egy terapeutának meg kell tanulnia ezekből a különböző jelekből összerakni egy képet a személyről, és általa formálni egy foglalkoztatást.

Ebben az évben lehetőséget kaptam arra, hogy pár napot eltöltsék a Gútához közeli bálványi idősek otthonában. *Nagy öröm volt ez számomra,* hiszen eddig csak a szakirodalom volt előttem, és azt tanulmányoztam, ám most betekintést nyerhettem a való életbe. *Öröm volt érezni és látni számomra azt, hogy az otthon munkaterapeutája mekkora odaadással foglalkozik az idős emberekkel.*

A látogatásom során készítettem egy interjút, melyben megtudtam, hogy a foglalkoztatások alatt a finom motorikát gyakorolják, mint például az ujjak, kezek mozgása és ezeknek erősítése. Az idős beteg embereknél erre is szükség van. Minden hétfőn grafomotorikáznak, ami azt jelenti, hogy *írnak, olvasnak, számolnak*. Ez az agy karbantartását segíti elő.

Az otthon vezetősége, az egészségügyi állapotra is nagy figyelmet fordít. Ezért szobát, relaxációs helyiséget is létrehoztak a lakók számára. A lakók ezeket a lehetőségeket kedvük szerint bármikor igénybe vehetik. Az otthon falai között élnek olyan nagyon idős emberek, akik már nem szeretnék részt venni a foglalkoztatásokon, illetve már az egészségügyi állapotuk sajnos nem engedi meg. A terapeuta elmondása szerint ezt a kérést tiszteletben kell tartani. Velük egyéni foglalkoztatást folytatnak, sokat beszélgetnek.

Azok az idősek, akiknek egészségügyi állapota megengedi, szívesen működnek együtt, legyen szó bármilyen foglalkoztatásról. Szívesen néznek filmet a mozi teremben, felolvasnak a Bibliából egy – egy részt, majd elemzik azt. Az idős embereknek fontos a Biblia közelsége. Éppen ezért minden héten Megyerics kis falujából jár hozzájuk a lelkész istentiszteletet tartani. Minden héten nagy örömmel fogadják, hiszen így még közelebb kerülnek Istenhez. Közösen imádkozhatnak, énekelhetnek, és amennyiben valami bántja őket, egyénileg is beszélhetnek a lelkésszel, aki szívesen meghallgatja, és tanáccsal látja el őket.



Advent jegyében járunk, az otthon falai között nagy a készülődés. Ebben az időszakban a több hektáros területen elhelyezkedő otthon egy csodás karácsonyi hangulatú, irigylésre méltó otthonná változik.

A lakók szívesen készítenek karácsonyi díszeket, természetesen a terapeuta segítségével. Különböző koszorúkat, karácsonyfa díszeket alkotnak. Örömmel teszik ezt, hiszen minden éven együtt díszítik fel a karácsonyfát, így várják a szeretet ünnepét. Természetesen a sütés – főzés sem maradhat ki. Az együtt elkészített mézeskalácsok mérhetetlen boldogsággal töltik meg az idős emberek szívét.



Ez az otthon bizonyíték arra, hogy az idős kornak mennyi szépsége van. Boldogsággal töltött el ez a pár nap, amit az otthonban tölthettem. Ráébredtem arra, hogy bár az idős embereknek eleinte nehéz az otthonhoz való hozzászokás, ám amikor már egy jó csapathoz tartoznak, barátságokat kötnek megváltozik a véleményük. Bízom benne hogy a tanulmányaim befejezése után én is legalább ennyi odaadással, becsülettel tudok majd az időseknek segíteni és fejleszteni őket, mint az otthon terapeutája.

Reményik Sándor: Béke

Valami furcsa összehangolódás,
Valami ritka rend –
Széthúzó erők erős egyensúlya,
Mély belső bizonyosság idebent –
Bizonyosság arról, hogy élni jó,
Szenvedni elkerülhetetlen,
Szeretni tisztán: megistenülés,
Meghalni szép –
S a Kifejezést megadni mindezekhez,
Megtalálni a felséges Igét:
Az Igét mindezekhez:
A Béke ez.
Orkán ordíthat aztán odakünt,
Robbanhat ezer bomba: kárbament,
De kárt nem okozott.
Bent:
Csend.
A Béke itt kezdődik.
Bent:
Csend.
Isten hozott.