

사람 중심의 의사소통

2019년 11월 16일 KADC 한국치매협회 치매 케어 컨퍼런스
서울아산병원 정신건강의학과 김 성윤

결론부터...

- **치매를 앓고 계신 분과 의사소통하기**
 - 비 언어적 의사소통의 중요성
 - 경험 공유하기
 - “지금, 여기”에 집중
 - 여러가지 실용적 Tip
- **노인을 위한 나라는 있다.**

자기 소개

- 의사소통의 첫 단추는 서로를 아는 것
- “저는 *** 입니다.”
- “당신은 누구신가요?”

TOM

Theory of Mind



“공감”은 함께 보낸 시간이 많을수록 늘어납니다.



공감의 기회를 흘려 보내지 마세요.

만나서 이야기하자.

전화 해.

이메일

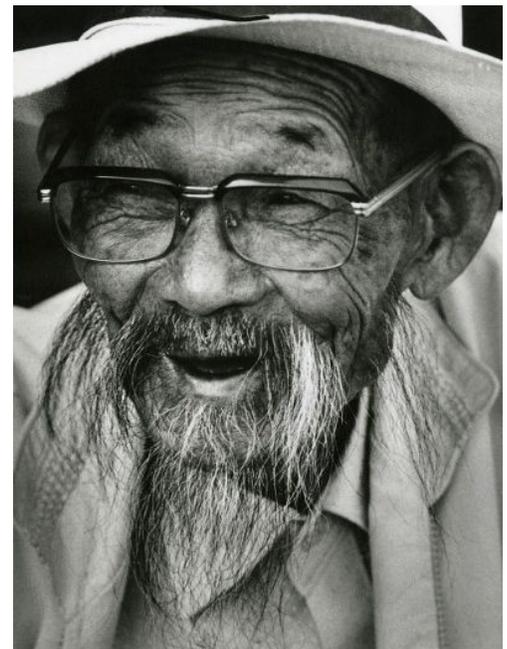
SMS

숨겨진 메시지 읽기



바로 지금, 이 순간에 산다.

- 당신은 지금 어느 해에 살고 계신가요?
- 과거에 계신 분을 현재로 모셔오려 애쓰지 마세요.



치매를 갖고 살아가는 분과의 대화

- “기억 상자” 채우기
- 옛 사진 이용하여 대화 시작하기
- 모아가는 과정이 또 하나의 즐거움



어르신과의 대화. 실용적 팁.

- 쉽게, 짧게 이야기 하기
- 직설적으로 이야기 하기
- 최신 유행어, 은어 피하기
- 결정의 기회 드리기
 - 차 마십시다. → 차 드실래요?



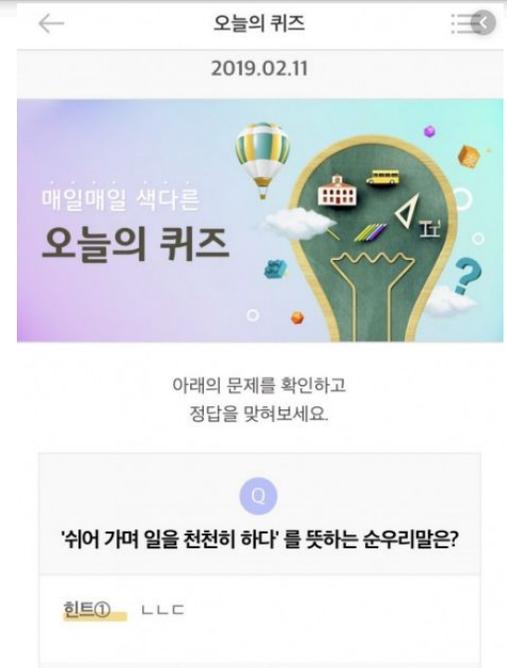
편안한 대화를 위한 여섯 가지 제안

1. 여럿이 있을 때 공동 대화 보다는 1:1 대화에 집중
2. 같은 이야기 반복하더라도 매번 새로 듣는 것 같이 반응
3. 한 번에 한가지 이야기 하기. 여러가지 이야기는 부담.



편안한 대화를 위한 여섯 가지 제안

4. 의사 표현에 천천히, 충분한 시간 제공
5. 이해가 잘 안되는 이야기 의미 찾기.
6. 간단히, 직접적으로, 예 아니오로 대답하기 쉽게 질문하기



요양기관에 계신 환자분 방문하기

- 피곤한 저녁 시간 피하기
- 미리 연락하고 가기
- 직원분들과 그분의 예전에 대해 많은 이야기 나누기
- 조용한 환경에서 대화하기
- 애완동물 데려가기
- 밖으로 나가기. 산책.



아이들을 데리고 방문하는 경우

- 미리 연락하기
- 장난감, 읽을 거리 가지고 가기
- 간식 가지고 가기
- 할아버지, 할머니께 드릴 것 가져가기
- 정원으로 나가기



시각, 청각, 촉각, 미각 자극 활용하기

- 매일 같은 음악 틀어주기
- 식사 준비하는 소리
- 노래하기
- 손 잡아주기
- 향기와 맛의 효과



다시 결론...

- **치매를 앓고 계신 분과 의사소통하기**
 - 비 언어적 의사소통의 중요성
 - 경험 공유하기
 - “지금, 여기”에 집중
 - 여러가지 실용적 Tip
- **노인을 위한 나라는 있다.**