

## 4 . 認知症の人への接し方

認知症の症状が進行しても感情やその人らしさは、残っています。介護者が認知症の人の気持ちに寄り添って、尊厳を保ち不安や苦しみ、孤独感などをやわらげるかわり方や環境づくりができれば、症状も軽減すると言われています。

### 「本人は、なにもわかっていない」は誤りです。

認知症の人は、「何もわかっていない」と介護者は思いがちですが、それは、間違いです。もの忘れが増えたり、今までできていたことができなくなったりする変化に誰よりも本人が驚き、混乱しているのです。まず、その気持ちを思いやりましょう。

認知症の症状が進行して、言葉で自分の意思を表現できなくなってからも年長者としての誇り、子供や小動物、植物などを慈しむ気持ちなど豊かな感情は保たれています。

こうした言葉にできない認知症の人の気持ちを介護者が推し量り、それに寄り添う姿勢が必要です。「どうせ本人はわからないのだから」と乱暴なものの言い方や態度、子ども扱いなどは、認知症の人の自尊心傷つけ、感情が不安定になり、攻撃的な行動へのきっかけになることがあります。

### 「その人らしさ」を大切にしましょう

「認知症だからこうに違いない」などと接し方を決めつけるのは避けましょう。誰もがそうであるように認知症の人にもそれぞれ「個性」や長く生きて積みあげてきた「歴史」があります。

人は、「自分らしさ」が尊重されていると感じられる環境であれば、安心して過ごすことができるものです。「認知症の人」としてではなく、「その人らしさ」を大切にして接しましょう。

### 「否定よりも肯定」の気持ちで接しましょう。

介護者は、認知症の人の思わぬ言動に戸惑うことがあります。そのなかで誤りや失敗があったときに強い口調で否定や叱責をしたり、理屈に任せた説得を試みたりすると認知症の人の罪悪感や孤独感を募らせてしまうことが多いようです。

まずは、誤りや失敗に対して、大丈夫と肯定する気持ちを示しましょう。認知症の人を受け入れられることで罪悪感や孤独感はやわらぎ、失敗にめげずに「自分のことは、自分でしよう」「なにか役割をもちたい」といった意欲

を再び奮いたたせることができます。

認知症の人が失敗を恐れずに暮らせる環境づくりが必要です。介護が1人であれば負担が増えます。周囲の人たちと協力して心の余裕を保ちましょう。

### 関わり方のポイント

- 1 その人の自尊心や個性を尊重する
- 2 言葉になりづらい気持ちを推量する
- 3 間違いや失敗を「大丈夫」と受け入れる
- 4 何か役割が果たせるように支援する
- 5 言葉だけでなく笑顔やスキンシップもこころがける
- 6 一人でなく複数の人で支える。

