

## A „Szégyenérzet” videó összefoglalása

### Szituáció:

Christine (83) és Fritz (86) házaspár, otthon élnek. Hannelore asszony a személyi gondozó. Ebben a részben Fritz úr az Alzheimer-dementia előrehaladott stádiumában van. Ennek ellenére szívesen lapozgatja az újságot, még akkor is, ha már nem érti a tartalmát. Az utóbbi időben egyre gyakrabban fordul elő, hogy a WC-n kívül vizek. Christine asszony már többször próbált neki inkontinencia nadrágot adni (ő úgy mondta, hogy „pelenkát”), de a férfi dühösen visszautasította. Ennek kezelésére 2 videoklip formájában 2 módszert mutatunk be.

### Az 1. videoklip tartalma:

A házaspár az asztalnál ül, mindketten újságot lapozgatnak. Hannelore asszony teát hoz. Ránéz a férfi nadrágjára, és megállapítja, hogy az nedves. „Hát itt meg mi történt?” - kérdezi teljesen nyugodtan. „Menj már! Hisz mindig mondom neked, hogy szólj időben, ha végre kell menned!” - reagál azonnal a felesége. De a férfi azt mondja: „Valaki biztos idelocsolta... Ez nem én voltam...” Hannelore asszony: „Semmi baj, egyszerűen csak elmegyünk átöltözni...”

### A 2. videoklip tartalma:

Ugyanaz a szituáció, mint fent. Hannelore asszonnak ismét feltűnik, hogy a férfi nadrágja nedves. De ezúttal azt mondja, hogy hoz neki egy kis friss vizet. Amikor odaér hozzá, (állítólagos) figyelmetlenségéből ráönti a vizet a férfi nadrágjára. Azonnal bocsánatot kér tőle, ekkor pedig Christine asszony NEKI tesz szemrehányást, hogy jobban oda kellene figyelnie. A gondozó azt mondja neki, hogy öltözzön át, és ő majd elővesz neki egy új nadrágot.

### Elemzés:

Annak ellenére, hogy Hannelore asszony nagyon kedvesen hívja fel Fritz úr figyelmét arra, hogy nedves a nadrágja („Hát itt meg mi történt?”), ezzel azonnal felhívja rá Christine asszony figyelmét, aki szemrehányást tesz a férjének. Ezzel felhívja a férj figyelmét a hiányosságára (az asztalnál történő bevizelésre) - sőt, ezzel azonnal felszólítja őt arra, hogy ismerje be a hibáját. A legtöbb ember szégyenkezik egy ilyen helyzetben. Lehet, hogy addig nem is vette észre, vagy rögtön el is felejtette, de most az asszony felhívja rá a figyelmét. Aztán következik a felesége szemrehányása: Mintha kontrollálhatta volna a dolgot. Ez ebben a stádiumban megesik, és Christine asszonnak tudnia kellene, hogy ez a betegség tünete...

Jól látható, hogy milyen erős tud lenni ilyenkor a szégyenérzet: Minden logika ellenére tagadja, hogy ő tette, mondván, valaki biztos idelocsolta... Természetesen nem tudjuk, hogy tudatában

**van-e, vagy** talán csak rövid ideig **volt tudatában**, hogy **ő maga vizelt oda**, vagy csak a támadás ellen védekezik-e, vagy esetleg maga sem tudja, miért nedves a nadrágja. Frau Hannelore meg akarja nyugtatni: „Semmi baj...”. De gyakran éppen az **ilyen kijelentések** miatt válnak **bajj** a megtörténtek, mert a baj szónak az agyunkban sok kapcsolata van más kellemetlen élményekkel. És amikor azt mondja: „...elmegyÜNK átöltözni”, a többes szám nem helyénvaló.

Tehát amikor valakinek **felhívjuk a figyelmét egy kínos helyzetre**, az **megszégyenítés**.

A **2. klipben is észreveszi**, hogy a **nadrág nedves**, de nagyon **kreatívan** reagál. Azért, hogy **megkímélje a férfit a megszégyenítéstől**, először egyáltalán nem reagál semmit (hogy ne hívja fel Christine asszony figyelmét), **hoz neki vizet és úgy tesz, mintha az ügyetlensége miatt ráöntené a vizet a már nedves nadrágra**. A férfinak most már **NEM** kell szégyenkeznie, hiszen Hannelore asszony áztatta el. Amikor azt mondja, semmi gond, az azt mutatja, hogy közben tudatában volt annak, hogy ez a **FÉRFI** hibája volt (amit enyhíteni akar), de ezt senki sem veszi észre. A többes számot itt is használja, de rögtön korigál, és azt mondja, hogy előkeres neki egy új nadrágot.

A megoldás természetesen nem alkalmas arra, hogy minden nap így járjunk el, de jó példa arra, hogy miről is van szó: A megszégyenítés és a szemrehányás kerülendő. És ha elég erősek vagyunk, akkor időnként a haragot magunkra irányíthatjuk ahelyett, hogy arra a személyre irányítanánk, akit valószínűleg nagyon gyakran ér harag.

## **Reflexió:**

Itt a felnőttek körében - zavartság esetén különösen - gyakran előforduló megszégyenítésre utalunk.

Egyes hozzátartozók elmesélik a többi látogatóba érkező embernek, hogy a zavart személy miatt milyen szörnyűségeket kellett kiállniuk. Például egy anya elmondja a lányának, hogy mit tett már megint a (zavart) apja - annak ellenére, hogy a férje ott áll mellette, és fültanúja, hogy róla beszélnek. A zavart személyek nem biztos, hogy értik a részleteket, de gyakran érzik, hogy az adott helyzetben érintettek, és ezt megszégyenülésként élik meg anélkül, hogy tudnák, mi rosszat tettek már megint.

A demens betegeket gyakran „infantilizálják” is - vagyis úgy bánnak velük, mint a gyerekekkel. Ők felnőtt emberek, és úgy is kell kezelni őket (még akkor is, ha kognitív teljesítményük vagy viselkedésük néha a gyermekekéhez hasonlít).

Nem szabad halkán beszélgetni a szomszédos szobákban tartózkodó más emberek jelenlétében (még akkor sem, ha annak **SEMMI** köze sincs a zavart személyhez), mert egyes zavart emberek azt hiszik, hogy róluk beszélünk. Azért sem suttogunk zavart emberek jelenlétében, hogy **NE** kelljen attól tartaniuk, hogy róluk beszélünk. És amikor együtt ülünk az asztalnál, mindig vonjuk be a

zavart embereket is a beszélgetésbe. Egyes családtagok úgy gondolják, hogy az érintett ügysem ért már semmit - mindegy is. Ennek ellenére próbáljuk meg elmagyarázni, hogy mi a beszélgetés témája.

A nedves nadrág esetében Hannelore asszony megvárhatná, amíg Christine asszony kimegy a szobából, és akkor próbálhatná meg Fritz urat arra bátorítani, hogy frissítse fel magát. Esetleg kitalálhat rá egy okot, hogy miért kellene nadrágot cserélnie (mert látogatót várnak, mert el kell menni otthonról, vagy mert éppen mosni készül, és a nadrágot is ki szeretné mosni).

Már a vizelési inger megjelenése ELŐTT is fontos, hogy olyan ruhákat válasszunk, amelyeket a WC-n könnyen le lehet venni, például gumis derekú nadrágot.

### **Tanulságok:**

Ha vannak is hiányosságok, segítsünk az érintetteknek anélkül, hogy megszégyenítsük őket.

### **Továbbvezető anyagok:**

Lásd még a „Memóriarendszerek” című videónkat (priming, avagy előfeszítés)