

香港中文大學那打素護理學院  
「流金頌」培訓計劃  
CTP004: 老人痴呆症之預防及照顧  
非正規及家庭照顧者訓練工作坊

# 活動秘笈

2009 6/8, 13/8, **20/8**, 27/8, 3/9

2013年流金頌培訓計劃版權所有



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 內容大綱

- 內容重溫
- 溝通基本法—有效的溝通方式
- 帶領活動的態度與技巧
- 活動傳真機—常見的問題
- 角色扮演
- 活動教材準備

# 內容重溫

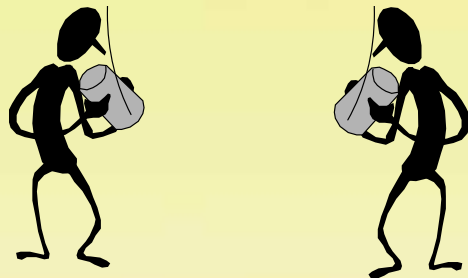
- 活動的種類
- 活動前評估
- 活動的檢討方法

# 活動一

## 有口難言

# 玩法

把參加者分為兩人一組，每人各抽一張謎語，每一個組員不許說話，盡量用手勢、身體語言或任何物件表達謎底，另一位組員則要盡量理解對方的手勢來猜答案，然後對調角色。



# 討論

- 當你是做動作的一方時，你有什麼感受？特別是對方不明白你的意思而你又無法找其他方式來表達時，你的心情如何？
- 作為估答案的一方時，你又有何感受？當對方做出一些模糊的動作時，你覺得氣憤嗎？

# 痴呆症患者的溝通問題

- 早及中期的患者，就像做動作的一方，心中知道答案，却不能表達自己，詞不達意、口不對心
- 身為照顧者，與痴呆症患者溝通時要有耐性，更要多留意他/她們的身體語言

# 老人痴呆症患者的溝通問題

- 患者無法明白他人及別人明白他/她
- 使用不恰當的句語或不斷重覆某些說話
- 患者不自制地不停說話
- 患者整天不說話及不理會別人
- 患者經常轉換話題
- 患者在談話中，找不到合適的字眼而停頓



# 溝通的問題成因

- 記憶力衰退
- 感官退化
- 情緒困擾
- 環境障礙
- 溝通的內容太多、太快及不恰當語調

# 與視障痴呆症患者的溝通技巧

- 多使用其他感官輔助溝通
- 多了解患者的個性、特徵及能力來輔助溝通
- 多從正面方向與患者溝通，不要突然接觸患者
- 多注意用詞，患者對語氣及態度較敏感

# 與早期痴呆症患者溝通基本法

我經常忘記常用的詞彙

彙

我十分善忘

我說話較負面



# 與中期痴呆症患者溝通基本法

你剛剛說了什麼？  
不能理解別人說什麼..  
用代名詞代替物件  
重覆說話  
句子鬆散、表達不清



# 與晚期痴呆症患者溝通基本法

我...我...,你...,你...,  
不能表達身體的需要及  
不適



# 與早期痴呆症患者溝通基本法



1. 多以實物及大圖畫作輔助溝通工具
2. 答對了便多讚賞患者
3. 使用選擇題形式提示他們
4. 爭取時間多關懷、問候患者
5. 多灌輸正面的思想

# 與中期痴呆症患者溝通基本法

1. 利用實物與患者溝通
2. 懷緬物品輔助溝通
3. 直接及重複內容的重點
4. 盡量協助患者說出物件的名稱
5. 盡量給予患者有足夠的時間去表達
6. 先肯定患者才引導說別的話題



# 與晚期痴呆症患者溝通基本法

1. 多運用直接、簡單及重複的表達方法
2. 多運用音樂或按摩為溝通媒介
3. 細心觀察患者的身體、行為及情緒變化





# 帶領活動的技巧

每位參加者說出一種  
帶領活動必備的技巧

# 帶領活動的技巧

趣味性

鼓勵互動

適中的幽默

指導性

利用視覺提示

彈性

輕鬆及愉快

提供選擇

輔以面部表情、手勢

即時作出正面的回應

與患者一同參加

清楚及簡單步驟



# 帶領活動的技巧



直接喝令患者  
與患者爭辯  
令患者有挫敗感

# 帶領活動的技巧

## 活動環境及氣氛

活動環境	活動氣氛
熟悉的佈置(產生懷緬作用)	正面的期望
避免太多的刺激	鼓勵患者表達情緒
避免使用抽象混淆的設計	營造一個輕鬆的氣氛
安全的環境	有耐心、親切及接納的態度
提供環境提示	促進人與人的接觸

# 帶領活動的技巧

## 活動帶領者的態度

- 有耐性
- 積極的思想
- 處事要有彈性
- 敏銳的觸覺
- 留意活動的安全
- 勇於嘗試
- 留意小組動力

# 活動傳真機

試分組討論以下各情況，你作為活動帶領員，會如何處理呢？

然後每組派兩名組員出來，在不同的處境下，解決余伯的問題

# 余伯不願參加任何活動，怎麼辦？

余伯是一名中期痴呆症患者，在日間中心喜歡到處游蕩，溝通障礙，專注力很差，有妄想被害、導向困難，拒絕參與中心的活動，喜歡食東西，你邀請他參與現實導向小組.....

# 余伯不願參加任何活動，怎麼辦？

- 量力而為
- 投其所好
- 簡單提示
- 家人同行
- 輕鬆音樂
- 活動預告



# 余伯在中途放棄活動，怎麼辦？

余伯是中期痴呆症患者，平時喜歡參與活動，今早參加讀報小組時，忽然起身，嚷著要回家……

# 余伯在中途放棄活動，怎麼辦？

- 了解因由
- 積極鼓勵
- 不斷讚賞
- 分散注意
- 旁觀活動
- 時間適中

# 余伯在活動中途不合作，怎麼辦？

- 余伯住在安老院已三個月，是一名中期痴呆症患者，每星期兒子及孫兒都探望他，他亦喜歡與職員談話，有時亦協助院舍當義工，對別人亦十分有禮。
- 職員今天邀請他參加卡拉ok活動，他突然不合作，講粗口，並將卡拉ok碟隨處亂放.....

# 余伯在活動中途不合作，怎麼辦？

- 小休片刻
- 嘗試別的活動
- 協助完成困難的部份
- 不斷鼓勵

# 余伯不願意做運動，怎麼辦？

余伯是一名中期痴呆症患者，住在院舍已多年了。平時身體好，他亦會參與早操，今天，他不願意做早操，最後由職員鼓勵下做了數分鐘，他便停下來回到房間....

# 余伯不願意做運動，怎麼辦？

- 多做示範
- 多仗做大肌肉運動
- 結伴同行
- 有節奏感的音樂
- 不責備
- 寓運動於遊戲
- 多觀察

# 道具設計小貼士

- 合宜的活動工具可以增加活動的效率及氣氛，提升患者參與的動力及投入感
- 道具的安全性
- 配合長者的感官退化，道具宜顏色鮮明、質料輕身
- 搜羅坊間的遊戲道具、如大紙牌、手工藝的材料等

# 道具設計小貼士

## 道具的製作

- 從坊間的製成品選取靈感，了解物件的大小呎吋
- 自行製作
- 選取易找到的東西作材料
- 在正式使用前測試道具是否合格
- 不停改良



# 道具設計小貼士

## 個人才藝的道具

- 書法活動可用較大、較明顯的字帖，可以到書局找尋或利用電腦編印出來
- 選擇書寫一些與日常生活相關的字詞，如年節應景的吉祥語、菜單及出席組員名單

# 道具設計小貼士

## 現實導向活動

- 索取公共交通工具的單張、利用電腦製作含年、月、日、季節、星期及天氣等現實導向資料板
- 避免用反光物料
- 利用購買的報紙或雜誌作為素材

# 道具設計小貼士

## 感官刺激活動

- 就地取材和尋找患者熟悉的物品，如廚房的調味料、生果、不同氣味的肥皂、牙刷、牙膏、化妝品等
- 到網絡上收集不同的聲音檔案、不同質料的衣服及圖片等

# 道具設計小貼士

## 社交活動

- 找尋大字型的麻將或紙牌
- 兒童玩具的構想，如疊疊樂

# 道具設計小貼士

## 認知活動

- 到兒童玩具天地購買適合的益知教材如拼字遊戲、講故事、數獨
- 按照患者的能力及肢體功能將活動由簡單至複雜，摺紙及拼圖等

# 道具設計小貼士

## 懷緬活動

- 網絡上很多懷舊的圖片及資源可以利用
- 到博物館進行資料搜集
- 書局有不同的書籍介紹香港的歷史及明信片等
- 含懷緬元素的遊戲、網上或電腦遊戲
- 不同非政府機構出版的懷緬活動套

# 下回預告： 個別活動DIY



- 本節完 -