

# Razgovarajmo

Dobri komunikacijski savjeti  
za razgovor s osobama s  
demencijom.



Ovaj resurs je izradio Savjetodavni odbor za demenciju Australije (Dementia Australia Advisory Committee - DAAC). To je nacionalna reprezentativna skupina koju čine osobe koje žive s demencijom.

**Evo nekoliko načina na koje osobe s demencijom kažu da bi im dobra komunikacija poboljšala život.**

“

**Ponašajte se prema meni s poštovanjem i razumijevanjem”**

## **Pričaj sa mnom**

- Molim vas, razgovarajte sa mnom, a ne s mojim skrbnikom, članom obitelji ili prijateljem.
- Nemojte prejudicirati moju razinu razumijevanja.

## **Pobrinite se da privučete moju pozornost**

- Uspostavite vezu sa mnom.
- Gledajte me u oči.
- Oslovljavajte me imenom da znam da se meni obraćate.
- Uvjerite se da slušam.

## Govorite jasno

- Koristite kratke rečenice, s jednom idejom u isto vrijeme.
- Izbjegavajte korištenje riječi iz žargona, jer bih vas mogao krivo razumjeti.
- Osjećajno mi postavljajte jednostavna pitanja i/ili ih osjećajno ponavljajte.
- Lakše mi je odgovarati na izravna pitanja koja sadrže određene informacije. Umjesto pitanja: „Nije li nam bilo lijepo jučer?“, pitajte: „Nije li bilo lijepo kad smo jučer izašli u park?“.

## Ponašajte se prema meni s poštovanjem i razumijevanjem

- Još uvijek sam osoba, pa se prema meni nemojte ponašati drugačije nego s bilo kim drugim.
- Poštovanje i empatija su svima važni, uključujući i osobe s demencijom.
- Ako postupam drugačije, to može biti zato što imam poteškoća u komunikaciji ili zbog demencije.

# Ne dovodite u pitanje moju dijagnozu

- Svatko drugačije doživljava demenciju, a simptomi demencije nisu uvijek očiti.
- Slušajte me i razmislite o mojim osjećanjima.

## Smetnje uzroče zbunjenost

- Manje buke i manje ometanja, poput jakih svjetala, pomoći će mi da se usredotočim.
- Budite strpljivi i puni razumijevanja.
- Ponekad mi treba malo više vremena da obradim informacije i pronađem pravi odgovor.
- Nemojte me požurivati. Dajte mi više vremena da odgovorim. Dajte mi vremena da postavljam pitanja.

## Znakovi

- Molimo koristite jasne i jednostavne znakove.

# Što je demencija?

Demencija je riječ koja opisuje skup simptoma koje uzroče poremećaji koji zahvaćaju mozak. To nije jedna specifična bolest. Možete imati jednu ili više vrsta demencije. Demencija utječe na razmišljanje, ponašanje i sposobnost obavljanja svakodnevnih poslova, te vremenom ometa normalan, društveni i radni život osobe.

Svatko s demencijom je jedinstven. Postoji mnogo različitih tipova demencije i simptomi se kod različitih ljudi mogu različito ispoljavati.

## Demencija u Australiji

Svake tri sekunde netko na svijetu oboli od demencije. U Australiji trenutno ima više od 400 tisuće<sup>1</sup> oboljelih od demencije i mnogi od njih žive i aktivno sudjeluju u životu svoje zajednice. Demencija je jedno od najčešćih, ali pogrešno shvaćenih stanja u zemlji.

---

<sup>1</sup> u veljači 2023.

Svakodnevni čini podrške i razumijevanja mogu napraviti veliku razliku u životima osoba koje žive s demencijom. Postoji nekoliko jednostavnih koraka koje možete poduzeti kako biste svoju lokalnu zajednicu, tvrtku ili organizaciju učinili ugodnijom za osobe koje imaju demenciju.

Da biste saznali što možete učiniti kako biste doprinijeli naciji koja je prijateljski raspoložena prema oboljelima od demencije, posjetite **[dementia.org.au/dfc](https://dementia.org.au/dfc)**

Ako imate pitanja ili želite dobiti više informacija, slobodno nas kontaktirajte.

**Nacionalna telefonska služba za pomoć osobama s demencijom (National Dementia Helpline)**

**1800 100 500**

Za pomoć tumača, nazovite **131 450.**

**[dementia.org.au](https://dementia.org.au)**

Za daljnje informacije o komunikaciji, pročitajte informacijski list za pomoć organizacije Dementia Australia pod naslovom „Skrb o osobi s demencijom” na

**[dementia.org.au/languages](https://dementia.org.au/languages)**

Nacionalna telefonska  
služba za pomoć osobama  
s demencijom (National  
Dementia Helpline)

**1800 100 500**



Za pomoć tumača,  
nazovite **131 450**

---

Nadite nas preko interneta  
**dementia.org.au**



Nacionalnu telefonsku službu za pomoć osobama s demencijom  
(Nation-al Dementia Helpline) financira Australaska vlada

Croatian translation: Let's talk. Updated August 2024

©DementiaAustralia2023.,21003,ožujak2023.