

# IDEA! 戦略

## IDEA! STRATEGY

介護される人の行動がなぜ起こるのか、その行動にどう対処するかを見つけるための取り組み

### 行動を見極める

- その行動がどうして対応しにくいのか。具体的に考えること。
- 目に見える行動か。それが周りに迷惑なのか。その行動はいつ起こるか。行動の際、周りには誰がいたか。

### 行動を引き起こす原因を探る

#### 行動の原因を理解する

- 健康: 新しい薬の服用を始めたか、病気に罹っているか、痛みを感じているか。
- 環境: 周りがうるさくないか、暑すぎではないか、不慣れな環境ではないか。
- 活動: 困難な活動ではないか、方法が複雑すぎるのではないか、新しい活動ではないか。
- コミュニケーション: 話す内容が難しすぎではないか。

#### 行動が持つ意味合いを理解する

- 混乱、恐怖、緊張、不快な思い、退屈さを感じているか。
- 子供扱いされていると感じているのではないか。
- 若い頃によくしたこと(出勤や学校に行った子供の迎えなど)を思い出させるものではないか。

### できるだけ相手に合わせる

人は変わることができないので、あなたが変わる必要がある。違うことを試してみよう。感情に注目しよう。優しく穏やかでいること、安心させることを心がけよう。

- 行動の原因となる問題に対処する
  - 作業や活動はできるだけ簡単にする。
  - 家をできるだけ静かな状態に保つ。
  - ゆっくり、優しく声をかけて、一気に話すぎないようにする。
  - 議論しない — 正しいか間違っているかを議論せず、意見に同意してあげ、気持ちを落ち着かせる。
  - 退屈にならないよう意味のある、簡単な活動を見つける。
- 気晴らし、気分転換
  - 好きな食べ物を渡す。
  - テレビ番組を見せる、音楽を流す。
  - 助けを求め、簡単な作業を手伝ってもらう。
  - 違う部屋に連れて行く。
- 行動を受け入れる
  - 行動によっては、変えるより認める必要がある。
  - 安全面に問題がなく、周りに迷惑がかからない限り、それを受け入れることも考える。



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2022 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL  
(#90AL0002-01-00 & 90ADP10049)

