

การให้คำปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุในระยะพึ่งพิง

อ.สุรินทร์ มีลาภสัน

พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการพิเศษ

บทนำ

ปัจจุบันสังคมไทยเป็นสังคมของผู้สูงอายุที่สมบูรณ์แล้ว ในครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอยู่ร่วมด้วยจะมีบุคคลหลายวัยอยู่ร่วมกัน ตั้งแต่วัย เด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ ภาระในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวส่วนมากจะเป็นภาระของวัยผู้ใหญ่ในครอบครัว แต่บุคคลในครอบครัวที่จะช่วยแบ่งเบาภาระของวัยผู้ใหญ่ในครอบครัวได้ดีคือ วัยรุ่น เพราะเป็นวัยที่มีวุฒิภาวะทางร่างกายพร้อมที่จะทำงานนอกเหนือจากภาระในวัยของตนเองได้ดี แต่จะทำอย่างไรให้วัยรุ่นหันมาสนใจผู้สูงวัยให้มากขึ้น เข้าใจความต้องการของผู้สูงวัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ผู้เขียนเห็นว่า การให้คำปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุเป็นแนวทางหนึ่งที่มีความสำคัญกับผู้สูงอายุมากขึ้นโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัวของตนเอง

แนวทางการให้คำปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุ ยึดตามหลักการให้คำปรึกษา 4 ขั้นตอน คือ

1. สร้างแรงจูงใจให้กับผู้ดูแลในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุ
2. ให้ผู้ดูแลเกิดความเข้าใจและเห็นปัญหาของผู้สูงอายุ
3. อยากแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาตนเอง เพื่อดูแลผู้สูงอายุ
4. ดำเนินการแก้ไขปัญหาให้กับผู้สูงอายุ หรือพัฒนาตนเองเพื่อดูแลผู้สูงอายุ

วิธีการให้คำปรึกษา

1. สร้างแรงจูงใจโดยการสร้างสัมพันธภาพ และให้ข้อมูลกับผู้ดูแลในเรื่องของการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับคนในวัยสูงอายุ เช่น การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความคิด และด้านเศรษฐกิจ เพื่อสร้างแรงจูงใจให้ผู้ดูแลมองเห็นปัญหาของวัยผู้สูงอายุ
2. ให้คำปรึกษากับผู้ดูแลถึงแนวทางในการทำความเข้าใจและมองเห็นปัญหาของวัยสูงอายุ
3. สร้างแรงจูงใจให้ผู้ดูแลอยากแก้ไขปัญหาหรือช่วยเหลือผู้สูงอายุในสิ่งที่ผู้ดูแลสามารถทำได้และไม่มีผลกระทบต่อตนเอง
4. ดำเนินการแก้ไขปัญหาหรือช่วยเหลือผู้สูงอายุร่วมกัน

สรุป การให้คำปรึกษาเป็นแนวทางหนึ่งในการแก้ไขปัญหาช่องว่างระหว่างผู้ดูแล คนในครอบครัวกับวัยสูงอายุได้ แต่ผลสำเร็จจะเกิดขึ้นหรือไม่ขึ้นอยู่กับตัวผู้ดูแลที่รับการศึกษา การอบรมเลี้ยงดู และสายสัมพันธ์ในครอบครัว เป็นส่วนช่วยเหลือ