

認知症になったら、価値観を **doing** から **being** に見直す

doing は、目標を持って達成すること、自己実現に重点を置く生き方ですが、**being** は何もできなくても、存在そのものに重点を置く生きかたです。

認知症になるとできなくなることが多くなり、**doing** の生き方では、目標を達成する能力が著しく損なわれます。**doing** の価値観のままでは自分は無価値の底辺の人間だと自他ともに認めることとなります。認知症になったら **being** の価値観へと見直すことが重要です。なぜならば **being** の価値観なら、何もできなくても、存在そのものが素晴らしいことなので、できなくても自分を卑下したりすることなく、ありのまま自分を受けることになり、認知症になっても、楽しく生きるために **being** の価値観で生きることが大切です。

認知症は生活障害が進行する状態なので、できなくなることが多くなります。症状も進行するので、できなくなっても卑下することがなく当たり前だと現状を受け入れることが大切です。できなくなった事はできないと割り切り、人の力を借りて賢く楽しく生活しましょう。そして、何かやる気が起きることを待つことも必要です。