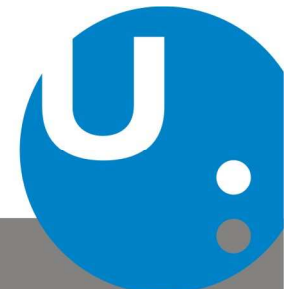


# Využití stimulačních technik u lidí s demencí

Mgr. Marie Holubová, Ph.D.

Fakulta zdravotnických studií

Univerzita Pardubice



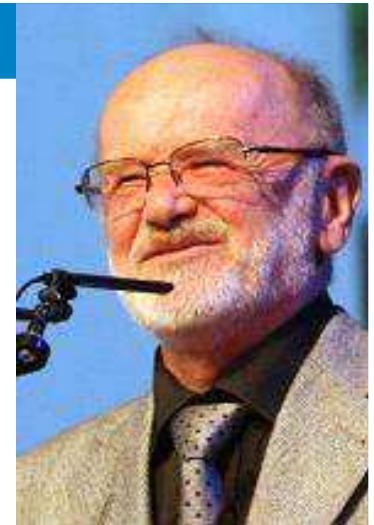
# Psychobiografický model prof. E. Böhma

- Srdce má své důvody, o nichž rozum nic neví.

# Psychobiografický model prof. Ervina Böhma

- Je mezinárodně uznávaný ošetrovatelský model využívaný v oblasti gerontopsychiatrické péče
- Je zaměřen na podporu schopností **sebepéče** starých a zmatených lidí a na způsoby jak nejlépe tuto schopnost navrátit a uchovat principem **oživení zájmu seniora**

# Zakladatel



- Ervin Böhm (1940 Vídeň)
  - profesor ošetrovatelství Hamburk
  - v geriatrici a pacientům s demencí věnuje veškerý výzkum
  - 1985 první vydání knihy: Ošetrovatelská péče jako most ke všednímu dni
  - 2001 založil Evropskou síť pro psychobiografický ošetrovatelský výzkum

- Lektorka: PhDr. Eva Procházková, Ph.D.



# Biografie

- Práce s biografií staví mosty mezi minulostí a přítomností, po kterých je možné profesionálně doprovázet osobu postiženou demencí

# Biografie

= popis života osoby v souvislostech

- Biografie = komunikační instrument pro navázání přímé, individuální péče
  - pomáhá zdravotníkům k zachování respektu vůči starým lidem.
- Aktivní biografie
- Pasivní biografie
- Individuální biografie
  - Autobiografie
    - Pacient vypráví vzpomínky ze života

# Cíle EB modelu

- Znovuoživení psychiky klienta
  - Pokud člověk nemá motiv proč dále žít neboli „**elan vital**“ nemá ani chuť pohybovat se, chodit, umýt se, ...
  - Z důvodu nedostatku životní energie a motivace dochází k deficitu sebepéče.
- Oživení profesního zájmu zdravotníků
  - Oše. personál má možnost poskytovat terapeutickou péči
- Rozšířit vnímání společenské **normality**
  - I starý člověk má právo na psychickou RHB, ne jen na fyzickou = etická dimenze tohoto přístupu

# Princip normality

- Je biograficky definovaná individualita P.
- Je ovlivněn vším, co člověk za život prožil
  - Odlišný princip normality u P. a u zdravotníka
- **Navodit pocit domova** – co nejvíce se přiblížit principu normality seniora – zklidnění, ....
  - Strava
  - Časový harmonogram
  - Vlastní nábytek a oblečení
- Výpočet principu normality – k roku narození přičíst 25 let – dostaneme rok, kdy osoba žila aktivní život
  - $1930 + 25 = 1955$



# Princip normality



# Princip normality



# Princip normality





Elán vital = motivace k životu

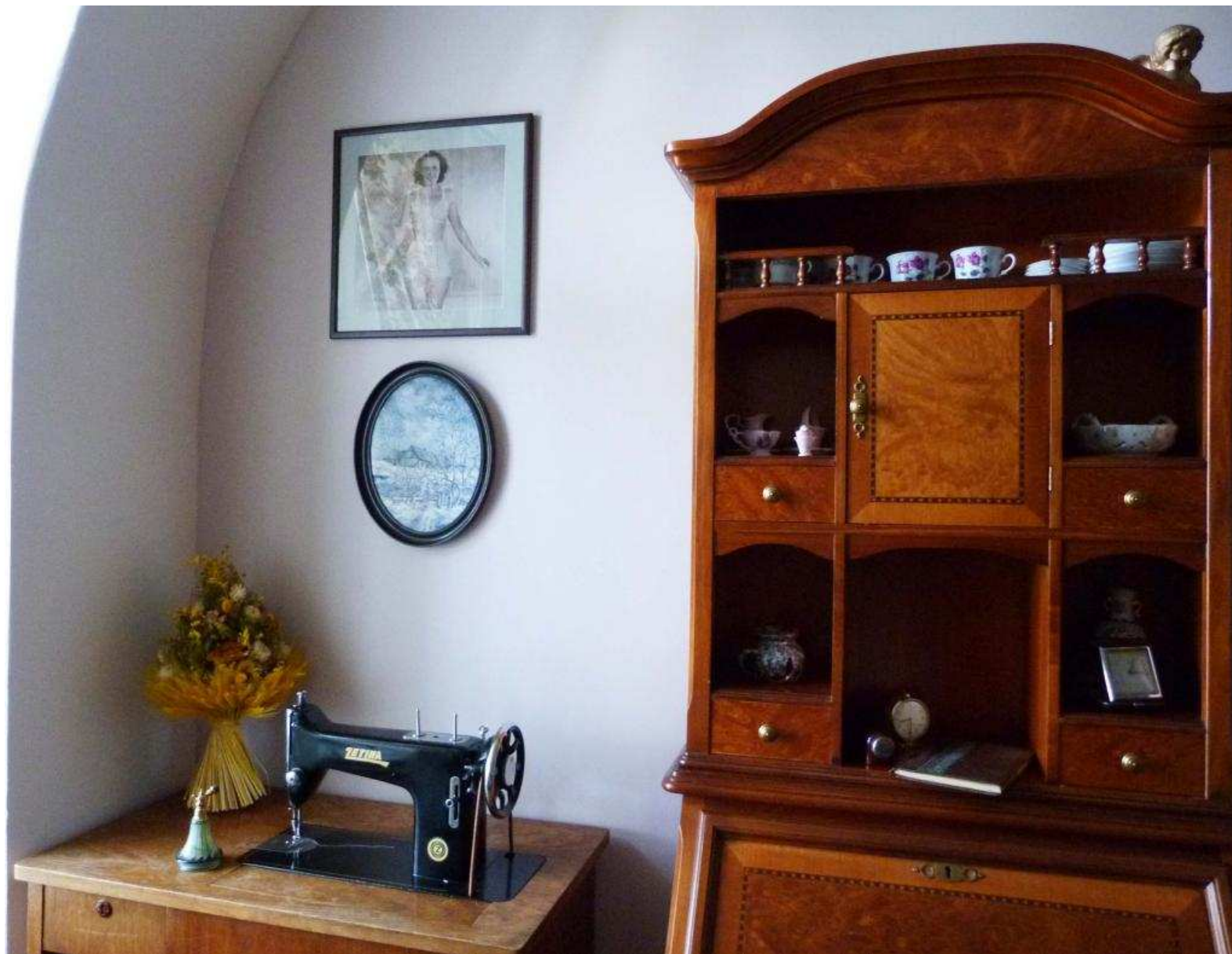


# Vybavení místností - prostředí













# Metody práce

- Aktivizační metody
  - Orientované na komunikaci
    - Rozhovory a diskuze na daná témata
  - Orientované na aktivity
    - Společné vaření, malování, hry, oslavy, výlety, ...
  - Orientované na tvorbu dokumentu
    - **Kniha biografie** – je výsledkem kreativní tvorby klienta s využitím fotografií a dobových dokumentů
- Prakticky:
  - Odůvodnit oslovení klienta, muž s kočárkem na odd., žena ustrojená a čekající na zastávce





# Smysl a účel práce

- Kognitivní
  - Podpora koncentrace, komunikačních schopností
  - Cvičení paměti
  - Oživení zapomenutých témat
- Emocionální
  - Oživení pozitivních pocitů – radost z pěkných starých časů
  - Nové zpracování konfliktních situací
  - Posílení pocitu sebehodnoty a osobní identity
- Sociální
  - Práce ve skupinách důležitá pro pocit, že někam patřím
  - Seznámení se s ostatními klienty

## Příklady využití biografie:

- Dnes jsou všechny nápoje zdarma!!
- Dnes má službu vysoká bruneta – bude vše dobré, mohu být klidný.

## Formy péče dle E. B.:

- Aktivizační forma péče
- Reaktivizační forma péče
  - Znovuoživení psychiky na základě biografie, principu normality
- Bazálně stimulační forma péče
  
- **Syndrom zapadajícího slunce**
- **Péče s rukama v kapsách**

# Kolik je v prostoru orientačních bodů?





# Literatura – Psychobiografický model péče

- Články – časopis Sociální služby
- Procházková Eva, Práce s biografií a plány péče, mladá Fronta, edice Sestra, 2014
- <http://ebin.cz/>

# Využívání terapeutických panenek



# Využívání terapeutických panenek

- Maximálně navozují dojem živého dítěte
- Do levé ruky – tlukot srdce – většina žen
  - Kouká z leva doprava
- Neutrální výraz, lze vyprat
- Práce s třemi okruhy lidí
  - Klient, personál, rodina
  - Nejde o infantilizaci
- Prostředek pro interakci a komunikaci
- Objekt péče, stimulace vzpomínek
- Má pro co žít

dií



# Reminiscence



# Reminiscence

- Z lat. *reminiscere* – **vzpomenout si, rozpomenout se**, obnovit v paměti)
- Vzpomínka, vzpomínání
- memory (memoria) – vzpomínka
- memory box (memobox) – vzpomínková bedna
- = R. Woods definuje jako hlasité nebo tiché (skryté, vnitřní) vybavování událostí ze života člověka, které se uskutečňuje buď o samotě nebo s jinou osobou či skupinou lidí.

# Potřeba vzpomínat

- Přirozená duševní činnost člověka – vybavování starých paměťových stop
- Individuální potřeba vzpomínat
  - Potvrzení vlastní identity – pořád jsem to „já“
  - Životní bilancování – měl život smysl
  - Osobní přesah – předávání zkušeností
  - Uvolnění energie a emocí
  - Sociální začlenění – společné vzpomínání
  - Hledání toho, co nebylo v životě vyřešené

# Reminiscenční terapie

- = rozhovor terapeuta se starším člověkem (nebo skupinou seniorů)
  - o jeho dosavadním životě
  - jeho dřívějších aktivitách
  - prožitých událostech a zkušenostech
  - s využitím vhodných pomůcek (fotografie, staré předměty, ...)
  - Strukturovaná x spontánní
  - Využití u osob s demencí (významné události – svatba)
  - Lze využít uměleckého projevu: kresba, tanec, zpěv, ...













## Fakulta zdravotnických studií











# Vzpomínání

- Vzpomínání je velmi subjektivní, každý má právo na vzpomínku
  - jednu událost mohou různí lidé vnímat jinak
  - Člověk s demencí ztrácí kontrolu nad vzpomínkami
  - Pozor na složení reminiscenční skupiny – politické postoje
  - Sdělení negativních vzpomínek
  - Pečující – umění naslouchat a pamatovat si sdělené

# Vliv reminiscence na vnímání jedince

- Navozuje pocit pohody, dobrého pocitu, sebeuspokojení, radosti, potěšení, kognitivní stimulace.
- Vyrovnání se s traumatickými zkušenostmi života (války) – psychoterapeutický proces
- Vliv reminiscence:
  - Zlepšení kognice, komunikačních dovedností a schopnosti si vybavovat
  - Zlepšení pocitu identity
  - Začlenění osob s demencí mezi ostatní uživatele služeb, připojením se k jejich aktivitám
  - Zlepšení nálady a spokojenosti
  - Stimulování vzpomínek
  - Zlepšení individuálního přístupu ze strany pečujících – zvýšení znalostí pečujících



# Metody a techniky vzpomínání

- Verbální
  - Vyprávění, psaní autobiografie, skupinové vzpomínání
- Kreativní techniky
  - Pracovní aktivity (šití, ..)
  - Krášlení, dívání do zrcadla, Hra nápodobou
  - Hra divadla – dramatizace vzpomínek (svatba)
  - Slavení svátků, taneční zábavy
  - Sportovní zápasy, prohlížení fotografií, promítání starých filmů
  - **Výroba krabic, kufrů, koláží**

# Základní témata vzpomínání

- Připomínají životní cyklus
  - Představení se – kdo jsem, odkud pocházím
  - Dětství, rodinný život, škola
  - Pracovní život
  - Zábava
  - Svatba
  - Domov, zahrada, zvířata
  - Nová generace – děti
  - Co je vařilo, jedlo
  - Prázdniny, dovolené, cestování
  - Svátky, oslavy

# Spouštěče vzpomínek

- Vizuální
  - fotografie, filmy, dokumenty – oddací list
- Zvukové
  - Písně, básně, příroda
- Vůně, chutě
  - Koření, bylinky,
- Doteky a pohyby
  - Houpání, chůze, tanec

# Vzpomínkové krabice

- Druhy
  - Sběrka osobních předmětů vytvořená samostatně nebo s rodinou
  - Individuální výtvarné dílo – koláž – vytvořená s terapeutem
  - Společně vytvořený prostor povzbuzující vzpomínky
    - tematická výstavka

# Příklady práce s biografií

- Nakreslit oblíbené místo z dětství

Hana Janečková  
Marie Vacková

# Reminiscence

Využití vzpomínek  
při práci se seniory

# Smyslová aktivizace dle Lore Wehner



# Smyslová aktivizace

- Lektorka Ing. Bc. Hana Vojtová
  - Ředitelka domova seniorů Prachatice
- Aktivizace
  - vést někoho k pohybu, k činnosti, ....
  - Smyslová aktivizace
    - Uvedení do pohybu za účasti veškerých smyslů
    - Výsledek: vytvoření motorické, kognitivní, verbální – komplexní činnosti
  - Aktivizace má být pozitivní, má přinášet potěšení, zábavu, radost, oživení
  - **Jestliže P. s demencí nemá nic smysluplného na práci – vzdá se a JDE DO REGRESE**



# Sestavení jednotky

## 1. Pozdrav

- Kontakt kůže na kůži, z očí do očí (emoční a verbální sblížení)

## 2. Interakce – komunikace

- prohlížení fotografií, hovoření o předmětu v ruce

## 3. Otázky na povzbuzení vzpomínání a paměti – z jeho minulosti

## 4. Poděkování P. za jeho slova a rozloučení pomocí 4 pilířů

- oční kontakt, tělesný kontakt, ...

# Příklad krátkodobé aktivizace

- POZDRAV
  - Zaklepat, vstoupit, pozdravit + 4 pilíře
- HLAVNÍ SLOŽKA A
  - Fotografie z nočního stolku a klademe otázky na cílené vzpomínání
- HLAVNÍ SLOŽKA B
  - Životopisná práce – aktivizační krabice
  - Společně mohou být příbuzní
  - Otázky na cílené vzpomínání
- ZAKONČENÍ
  - Poděkování, zapojení do reality .....

# Smyslová aktivizace



# Smyslová aktivizace

- Využívá Montessori pedagogiku
  - Povzbudit samostatnost ve zkoumání nového jednoduchými pracemi, předměty, ...
  - Zavedení odpočinkové doby, společná jídla – učení sociálních kontaktů
  - **Pomoz mi, abych to udělal sám!**
    - Pozorovatelský přístup vychovatelů
- Maria Montessori (1870 – 1952)
  - Lékařka, děti s mentální retardací, Řím
    - Prvky pedagogiky: náboženství, činnosti a cvičení všedního dny, smyslová oblast, řeč, matematika, kosmická výchova, hudba



# Rozdělení úkonů a cvičení

- Pro vznik sociálních vztahů
  - Kontakt, ochota k rozhovoru
- Pro péči o vlastní osobu
  - Mytí rukou, česání .....
- Pro péči o okolí
  - Zahrada, květiny, mytí oken, ...
- Pohybová cvičení
  - Koordinace pohybu, podpora zručnosti, hrubé a jemné motoriky, prevence pádů



# Les, chalupa





# Cvičení – plán smyslové aktivizace

- Název (podzim)
- Aktivita (uvařit kompot)
- Cíle (aktivizace, čeho chci dosáhnout ...)
- Materiál, Příprava
- Uvítání
- Úvod– téma, poslat předmět, příběh, ...
- Práce se vzpomínkami – trénink paměti
- Aktivita průběh – motorika
- Závěr
- Další náměty – na příště

# Smyslová aktivizace podle Lore

## Wehner

- Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí
- Lore Wehner, Ylva Schwinghammer
- 2013, Grada
- Na ČT1 – SAMA DOMA

<http://www.smyslovaaktivizace.cz/index.php?nid=10683&lid=CZ&oid=3152934>

Grada

Lore Wehner, Ylva Schwinghammer

## Smyslová aktivizace

v péči o seniory a klienty  
s demencí



# Validace dle Naomi Feil

- Validace **potvrzení hodnoty člověka**
- Přijetí projevů člověka v demenci
- **Komunikace s člověkem na jeho témata – nikoli korigovat terapeutem**
- Orientace ve světě nemocného
- Přijmout svět člověka – přijetí momentální emoce, či myšlenky
- **Obout si boty blízkého člověka – vžít se do člověka s demencí**

# Fáze dezorientace podle Naomi Feil

- 1 – špatná orientace v prostoru, částečná orientace, smutek, deprese
- 2 – dezorientace v čase – ztráta kognitivních schopností
- 3 - opakující se pohyby – nahrazují verbální komunikaci
- 4 – úplné uzavření do sebe

# Proces validace

- **Vytvoření atmosféry bezpečí, snížený užívání chemických a fyzických donucovacích prostředků**
- Vytvoření a upevnění důvěry, zkoumání osobní reality dezorientovaného člověka
- Empatický vztah dovoluje uvolnění emocí, motivace klienta zlepšovat verbální a neverbální komunikaci
- Doprovázení klienta ve zpracování nevyřešených témat ze života, podpora jeho sebevědomí



# Verbální techniky validace

- Centrování
  - Jít v botách druhého (vcítění se bez svých emocí)
  - Naladit se na stejnou emoční vlnu
- Používání jednoduchých a nekomplikovaných slov a otázek
  - Kdy, kdo, co, kde ?
  - Nepoužívat proč
- Technika přeformulování
  - Kde je moje máma? – Nevíte kde máte mámu?
- Technika polarity
  - Pomáhá k podpoře převrácené emoce
  - Všechno mě bolí. Často Vás to bolí? Co je na tom nejhorší?

# Verbální techniky validace

- Technika představy opaku
  - To je hnus, ten kuchař vůbec neumí vařit. - Stává se, že uvaří i dobře?
- Technika vzpomínání
  - I minule tady byla a ukradla mi ze skříně věci. – Už se Vám někdy stalo, že jste věci neměla, tam kde jste je položila? Co jde potom dělala?
- Technika oslovení dominantního smyslového orgánu
  - A jak to vypadalo? Co jste tam viděla?

# Neverbální techniky validace

- Technika stálého přímého očního kontaktu
  - Navození pocitu bezpečí
- Technika kontaktu s nenaplněnými emocemi
  - Paní volá Pomoc., pohlazení, bližší kontakt
- Technika nastavení hlasu
  - **Hovořit jemně, laskavě, hlubší tóny – může vyvolat vzpomínku na blízké osoby**
  - **Trojdotyk – oslovení, fyzický dotyk, oční kontakt**
  - **Nikdy neoslovujeme zezadu, ke shrbené osobě se skrčíme**

# Neverbální techniky validace

- Sledování a zrcadlení pohybů a pocitů
  - Dělat stejné pohyby jako dezorientovaná osoba
- Používání dotyku
  - Běžné dotyky – používané při komunikaci – ruce, rameno
  - **Zakotvené dotyky** – vyvolávají vzpomínky na konkrétní osobu – jsou spojeny s pozitivní emocí – poskytují pocit bezpečí a jistoty
  - **Dotyk matky, otce, partnera, dítěte**
- Používání hudby – vyjádření vhodné emoce
  - Písně se smutnou, veselou tematikou

# Video validace

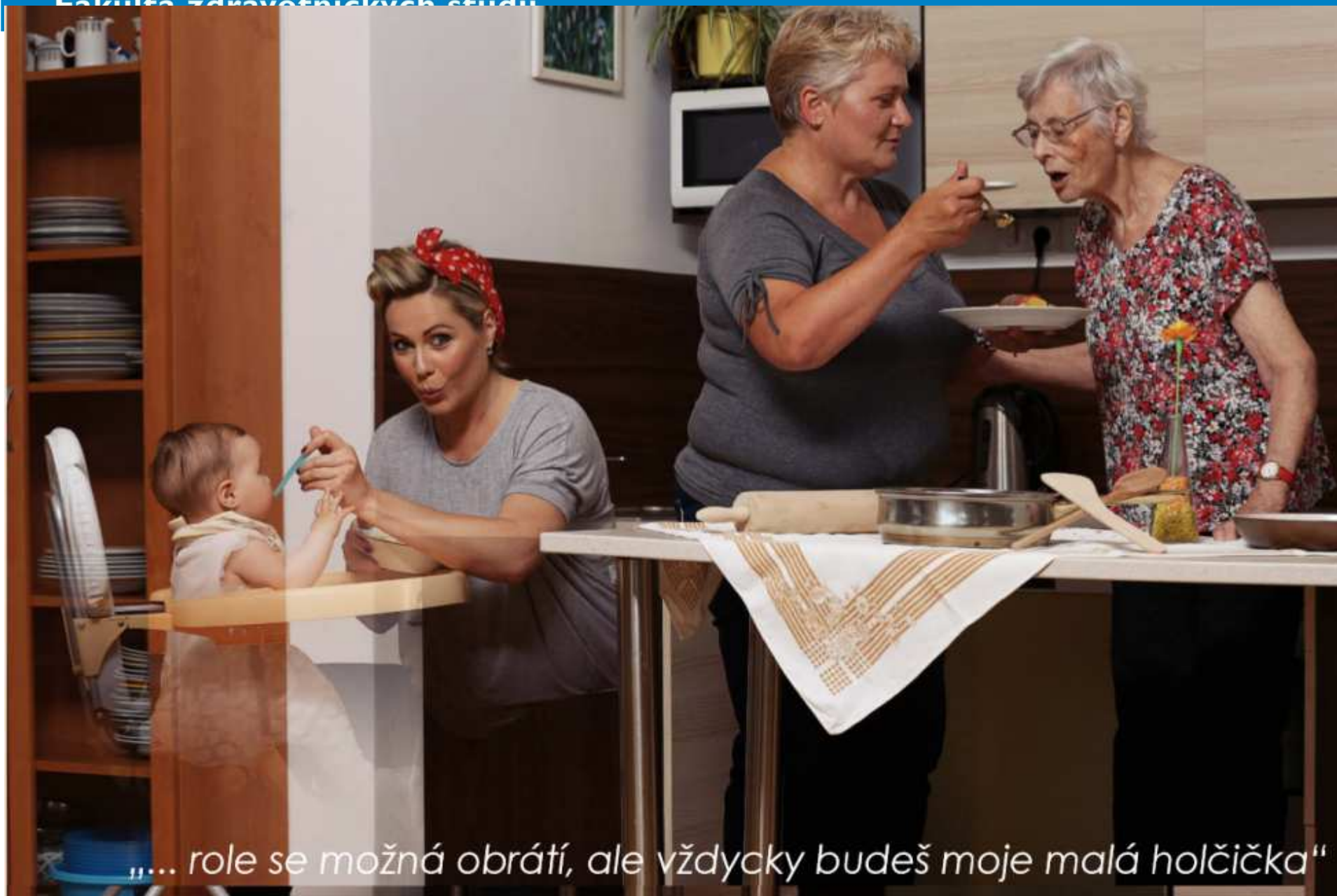
- [https://www.youtube.com/watch?v=6\\_bdsScDd3w&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=6_bdsScDd3w&feature=youtu.be)



# Literatura

- [www.alzheimer-validacia.sk](http://www.alzheimer-validacia.sk)
- Feil, N.; Klerk Rubin V. Validácia. Cesta ako porozumieť starým dezorientovaným ľuďom. Bratislava, 2015





„... role se možná obrátí, ale vždycky budeš moje malá holčička“



Děkuji za pozornost

