

# REMINISCENCE

Práce se vzpomínkami seniorů



# CÍLE SEMINÁŘE

1. Získat teoretické znalosti o významu vzpomínek pro seniory a o možnostech využití životního příběhu pro lepší péči o seniory
2. Získat teoretické znalosti o reminiscenci a jejích metodách, získat základní přehled o validaci
3. Nacvičit praktické dovednosti relevantní pro úspěšnou realizaci reminiscenčních aktivit
4. Prakticky realizovat konkrétní reminiscenční aktivitu
5. Vykonanou aktivitu teoreticky zpracovat, zhodnotit a prezentovat v rámci semináře

# ORGANIZACE ZIMNÍHO SEMESTRU

18. září	Organizační informace, Úvod do reminiscence
25. září	Reminiscence (senioři s demencí, kreativní metody)
2. října	Příprava na reminiscenční práci
6. listopadu	Exkurze do DS Slunečnice
20. listopadu	Skupinová reminiscence, reflexe práce
27. listopadu	Validace, reflexe práce
18. prosince	Závěrečné prezentace
15. ledna	Závěrečné prezentace

# PODMÍNKY UDĚLENÍ ZÁPOČTU:

1. Účast na seminářích alespoň 80%
2. Individuální reminiscence s klientem (tak, aby počet hodin za 1 semestr naplnil spolu s účastní na seminářích požadovaných 20 vyučovacích hodin)
3. Dokumentace
  - Časová a životní osa klienta
  - Zprávy z jednotlivých reminiscencí
  - Konečný výstup z individuální reminiscence (např. kniha života, kreativní aktivita, životní příběh sepsaný studentem, databáze možných stimulů)
4. Závěrečná prezentace ve skupině

# REMINISCENCE



## *TERMINOLOGIE:*

- *reminiscenční terapie, reminiscenční aktivity, reminiscence*

Soubor interaktivních, tvořivých a výrazových aktivit, jejichž společným jmenovatelem je zájem o minulé životní zkušenosti lidí, kteří se jich účastní.

Proces, ve kterém je podporováno vzpomínání na minulé události za účelem zlepšení kvality života seniorů.

# VZPOMÍNKY

- Oživující minulé zážitky
- Nejsou přesným zachycením reality
- Jsou přetvářeny vlivem zapomínání
- Pojí se s citovým (emočním) doprovodem v okamžiku prožitku i vybavení
- Tvoří životní příběh každého z nás, naši identitu

# STIMULY VZPOMÍNEK

- Hudba
- Fotografie, obrázky
- Předměty denní potřeby
- Vůně
- Pohyb
- Doteky

*Většina lidí preferuje jeden smysl  
(možno zjistit z rozhovoru).*



# MINULOST, PŘÍTOMNOST, BUDOUCNOST

## *aneb odbočka do filosofie*

- „Přítomnost, která nás stále provází a v níž jsme, není žádný „bod“, ale složitá struktura zatížená minulostí a těhotná budoucností“ (*Leibnitz*)
- „Z minulého je přítomna vzpomínka, z přítomného bezprostřední vidění, z budoucího očekávání.“ (*Augustin*)
- „Minulost je také ještě druh bytí – snad nejjistější“ (*Frankl*)



# SENIOŘI A VZPOMÍNÁNÍ



**Senioři vzpomínají hodně a rádi  
(přirozená potřeba vzpomínat)**

**PROČ?**

- přítomnost a budoucnost méně důležité (to podstatné se událo v minulosti)
- oslabení fyzických možností a smyslů - vzpomínání jako dostupná aktivita
- integrace životních událostí

# FUNKCE VZPOMÍNÁNÍ VE STÁŘÍ

- Integrační funkce (Erikson)
- Terapeutická funkce (Butler)
- Validací funkce (Feil)
- Sociální funkce



# 8 VÝVOJOVÝCH STADIÍ ERIKA ERIKSONA

1. základní důvěra x základní nedůvěře (*svět je dobrý, důvěryhodný ...*)
2. sebedůvěra, autonomie a vůle x zahanbení, studu a pochybám (*dělám správnou věc ve správný čas ...*)
3. iniciativa, ochota riskovat x pocitům viny, rozvíjí se svědomí (*podívej jak jsem šikovný ...*)
4. poznávání světa, získávání kompetence, snaživost x lhostejnosti a pocitu méněcennosti
5. nalezení identity a věrnosti, převzetí role svého pohlaví x difúznosti rolí při zařazování do společnosti a strachu ze zavržení (*potřeba vzepřít se, odpoutat a nalézt sám sebe ...*)
6. intimita, sblížení, láska x izolaci, samotářství (*jsem schopný se odevzdat ...*)
7. sociální zralost, plodnost, vyvrcholení života, produktivita a péče o druhé x stagnaci, prázdnotě, chudosti vztahů (*můžu být užitečný, jsem k něčemu ...*)
8. Úspěšné bilancování, sebeúcta, integrita „já“

X

zoufalství, že už nic nejde vrátit zpět, zahořklosti, depresi

# INTEGRACE ŽIVOTNÍCH UDÁLOSTÍ

## VÝVOJOVÁ PSYCHOLOGIE: E. H. ERIKSON

8. poslední vývojové stadium - BILANCOVÁNÍ

integrace životních událostí (dobrých i špatných)



INTEGRITA „JÁ“ x ZOUFALSTVÍ

Ctnost: MOUDROST

**Vzpomínání jako prostředek k dosažení integrity JÁ“.**



# VZPOMÍNÁNÍ JAKO TERAPIE

## ROBERT N. BUTLER (1927 - 2010)

*Vzpomínky tvoří „životní příběh“, který může být konstruován, utvářen a přetvářen.*

### VÝCHODISKO:

- Životní bilancování a vzpomínání ve stáří je zdravé a přirozené, je známkou pracovitosti, kontinuity

### METODA „LIFE REVIEW“

- Vzpomínání jako terapeutický nástroj, strukturovaná aktivita
- přeformulování traumatických vzpomínek
- Cíl: hledat smysl života, smíření, odpuštění křivd

### AUTOR POJMU „AGEISMUS“

- senioři vnímání okolím jako „jiní lidé“, ale oni jsou pořád titíž jako byli dříve



# VALIDACE

## Naomi FEIL (\*1932)

- posilování aktuálního vnímání hodnoty seniora skrze životní příběh (senior i personál)
- akceptace emocí a chování seniora
- Východisko: i senioři s demencí potřebují integrovat události života, rozdílný je jen způsob jejich vyjádření (vzpomínky spojeny s emocemi, vyjádření skrze emoce)
- Metody: vyladění, kontakt, orientace ve světě seniora (ne v realitě), zrcadlení, respekt

# SOCIÁLNÍ FUNKCE VZPOMÍNÁNÍ

- sociální síť (vzpomínání jako pomůcka při budování vztahů)
- mezigenerační předávání zkušeností (x ztrátě generací)
- posilování rodinných vazeb
- vzpomínání jako „interpretace dějin“ (*Paměť národa*)

# VZPOMÍNÁJÍCÍ (typologie dle P. G. Colemana)

- 1. Vzpomínají ČASTO A RÁDI**
- 2. Vzpomínají ČASTO, ALE VZPOMÍNKY JE TRÁPÍ**  
(nespokojenost s prožitým životem, negativní přístup k přítomnosti)
- 3. Vzpomínají MÁLO, PROTOŽE VE VZPOMÍNÁNÍ NEVIDÍ SMYSL**  
(zaměření na přítomnost, spokojenost se současným životem)
- 1. Vzpomínají NERÁDI, VZPOMÍNKY JIM PŘIPOMÍNÁJÍ UTRPĚNÉ ZTRÁTY**  
(deprese, negativní postoj k životu)



# VZPOMÍNÁNÍ (klasifikace dle L.M.Wattové a P.T.P. Wonga)

## **INTEGRATIVNÍ VZPOMÍNÁNÍ**

- bilancování, rekapitulace, vypořádání se

## **INSTRUMENTÁLNÍ VZPOMÍNÁNÍ**

- Vzpomínání jako strategie zvládnání určitých situací
- „*Co mi tenkrát pomohlo?*“

## **TRANSMISIVNÍ VZPOMÍNÁNÍ**

- mezigenerační vazby, kulturní kontinuita

## **NARATIVNÍ VZPOMÍNÁNÍ**

- autobiografické vzpomínání

## **UHÝBAVÉ VZPOMÍNÁNÍ**

- únik před přítomností – „*staré zlaté časy*“

## **OBSESIVNÍ VZPOMÍNÁNÍ**

- neodbytné vrácení k bolestné vzpomínce - destruktivní, maladaptivní

# VZPOMÍNKY a ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH

Psychobiografický model péče Erwina  
Böhma

Reminiscence

Validace

Individuální plánování

# ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH

## **ČASOVÁ OSA**

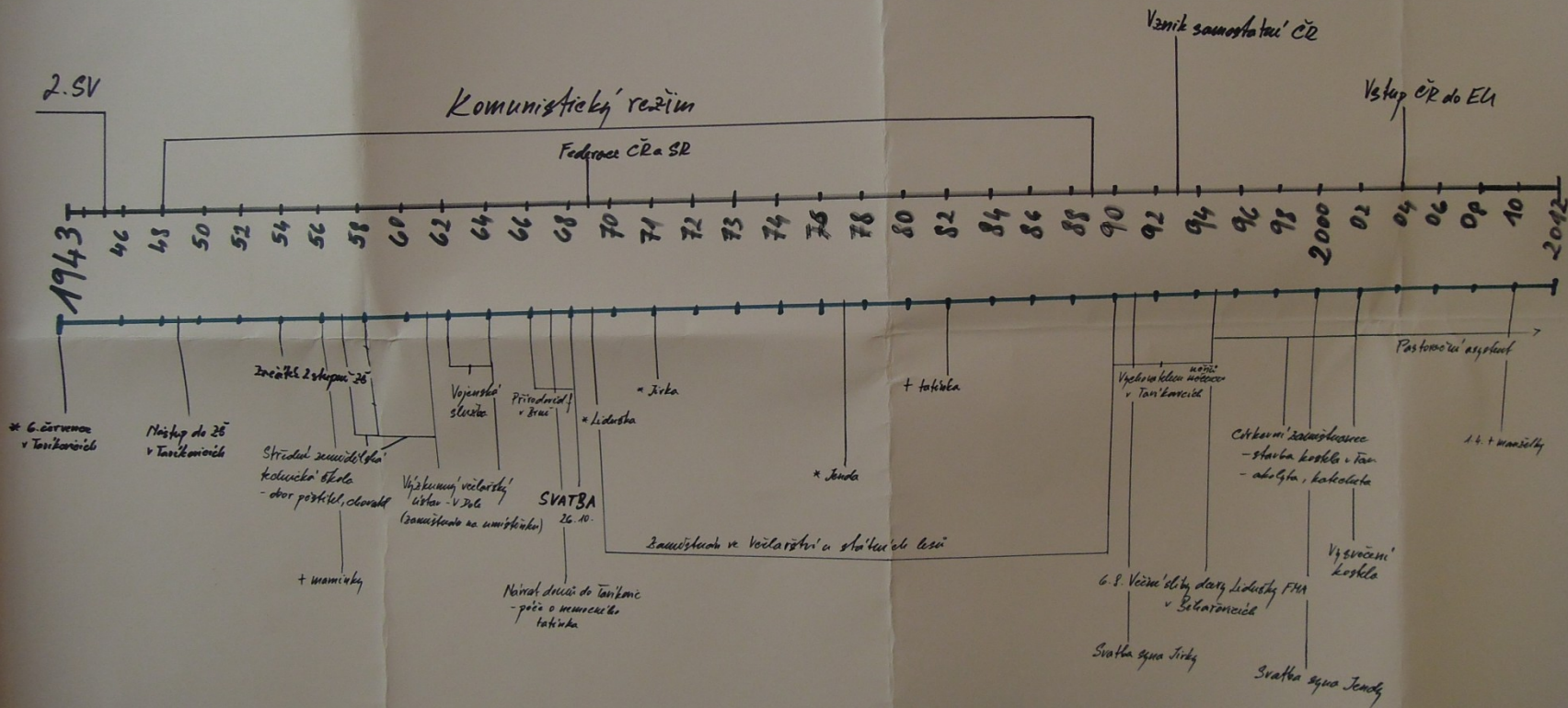
Zaznamenané důležité historické a místní události

## **ŽIVOTNÍ OSA**

Zaznamenané důležité osobní události

- tvorba časové a životní osy klienta je užitečnou pomůckou před vlastní reminiscenční aktivitou
- může ji dělat pomáhající pracovník sám nebo s klientem

# ČASOVÁ OSA



# ŽIVOTNÍ OSA

# HISTORIE REMINISCENCE

## EVROPA

- 60. léta 20. století – Velká Británie – uznán význam vzpomínání pro lepší kvalitu života
- 70. léta 20. století – série reminiscenčních pomůcek → stimulace seniorů, interakce s okolním světem – *osvědčilo se*
- organizace Help the Aged – série Recall (dobové diapozitivy s komentáři)
- výzkumy
- 80. léta 20. století – rozvoj reminiscence v pobytových, denních zařízeních, v komunitách (Reminiscenční centrum v Londýně)



PAM SCHWEIZER



REMINISCENČNÍ CENTRUM V LONDÝNĚ

# HISTORIE REMINISCENCE

Česká republika

výzkumný projekt – skupinová reminiscence v pobytových zařízeních

Diakonie ČCE, CESMED, Reminiscenční centrum, o.p.s.

Zapojení do Evropské reminiscenční sítě

- projekt „Making Memories Matter“ – „Živé vzpomínky“ – reminiscenční bedny
- projekt „Reminiscing Together“ podpora rodin pečujících o seniora s demencí
- projekt „RYCTT“ – „Vzpomínejme, když pečujeme“ – podpora rodin pečujících o seniora s demencí + výcvik reminiscenčních pracovníků

# METODY REMINISCENCE

## 1. Vzpomínky

- podpůrný prostředek v rámci jiné činnosti

## 2. Vzpomínání jako cílená aktivita

- **Skupinová reminiscence** (*vzpomínání ve skupině na dané téma, divadlo, výlety*)
- **Individuální reminiscence** (*rozhovor, naslouchání, prohlížení fotografií, tvorba knihy života, kreativní tvorba*)



# SKUPINOVÁ REMINISCENCE V PRAXI

## REMINISCENČNÍ SKUPINY

- vytváření sociální sítě v ústavních zařízeních (x fenoménu totální instituce)
- adaptace v ústavním zařízení
- posilování vztahů ve skupině
- aktivizace
- mezigenerační aktivity

# SKUPINOVÁ REMINISCENCE V PRAXI

- Vytvoření skupiny (výběr účastníků)
- Senior ve skupině
- Práce se skupinou (cíle reminiscence)
- Rizikové situace ve skupině (specifické potřeby seniora, antipatie, ...)
- Pravidla skupiny
- Facilitátor skupiny (reminiscence x psychoterapie, vlastní zapojení, ...)

# INDIVIDUÁLNÍ REMINISCENCE

Vychází vždy z potřeb klienta

→ JAKÉ JSOU POTŘEBY KLIENTA?

*Např.:*

- potřeba vztahu, blízkosti
- předávání informací
- stimulace vzpomínek
- potřeba někoho, kdo naslouchá

# PŘÍPRAVA NA REMINISCENCI

- Faktografická příprava (životní osa, historické události, místo, kde klient žil)
- Reminiscenční pomůcky
- Vhodné prostředí, situace
- Informovaný souhlas
- Být otevřený potřebám klienta – naslouchání, empatie

- <http://www.youtube.com/watch?v=SB2tYYYIwMc>
- [http://www.youtube.com/watch?v=cJpB\\_AEZf6U&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=cJpB_AEZf6U&feature=related)
- <http://www.youtube.com/watch?v=FtBAQIyi4O8&feature=related>
- [http://www.youtube.com/watch?v=\\_NFCdVhO02w](http://www.youtube.com/watch?v=_NFCdVhO02w)
- [http://www.youtube.com/watch?v=K0O\\_OtbphuA&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=K0O_OtbphuA&feature=related)
- <http://www.youtube.com/watch?v=JmIBBzcC894>