

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

TERMÍNY a ROZSAH SETKÁNÍ

40 vyučovacích hodin (TEORIE + VLASTNÍ PRÁCE) – 4 kredity

5 x čtvrtek 13.45 – 18.00

15. listopadu, 29. listopadu + tři termíny v letním semestru

Exkurze

PODMÍNKY UDĚLENÍ ZÁPOČTU:

1. Účast na seminářích
2. Individuální reminiscence s klientem (tak, aby počet hodin naplnil spolu s účastní na seminářích požadovaných 40 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

ZÁKLADNÍ LITERATURA

GIBSON, Faith . *Reminiscence and recall: A guide to good practice* (3rd edition) London: Age Concern, 2006.

JANEČKOVÁ, Hana; VACKOVÁ, Marie. *Reminiscence : využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha : Portál, 2010. 151 s. ISBN 978-80-7367-581-3.

JANEČKOVÁ, Hana a kol. *Úloha vzpomínek při práci se seniory a možnosti jejich terapeutického využití* [online]. [cit. 2011-03-08]. Dostupné z WWW: <<http://www.rezidencnipece.cz/archiv/casopis/0801.pdf> >.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda; BOLOMSKÁ, Barbora. *Reminiscenční terapie*. Praha : Galén, 2011. 112 s. ISBN 978-80-7262-711-0.

SCHWEITZER, Pam. *About reminiscence work* [online]. [cit. 2011-03-09]. Dostupné z WWW: <<http://www.pamschweitzer.com/pdf/about-reminiscence-work.pdf> >.

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 s cílem zlepšit současnou kvalitu života seniorů a jejich blízkých.

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

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).*



FUNKCE VZPOMÍNÁNÍ VE STÁŘÍ

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

STÁŘÍ – SOUČÁST ŽIVOTNÍHO CYKLU



ERIK ERIKSON (1902 – 1994)

„**Osm věků člověka**“

V každém období života člověk plní určité vývojové úkoly

1. Základní důvěra vůči světu → svět je dobrý (do 1 roku)
2. Sebedůvěra, autonomie → dělám správnou věc ve správný čas (1-3)
3. Iniciativa, ochota riskovat → jsem šikovný (4-5)
-
8. **Bilancování vlastního života, integrace všech životních událostí → MŮJ ŽIVOT BYL DOBRÝ**



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

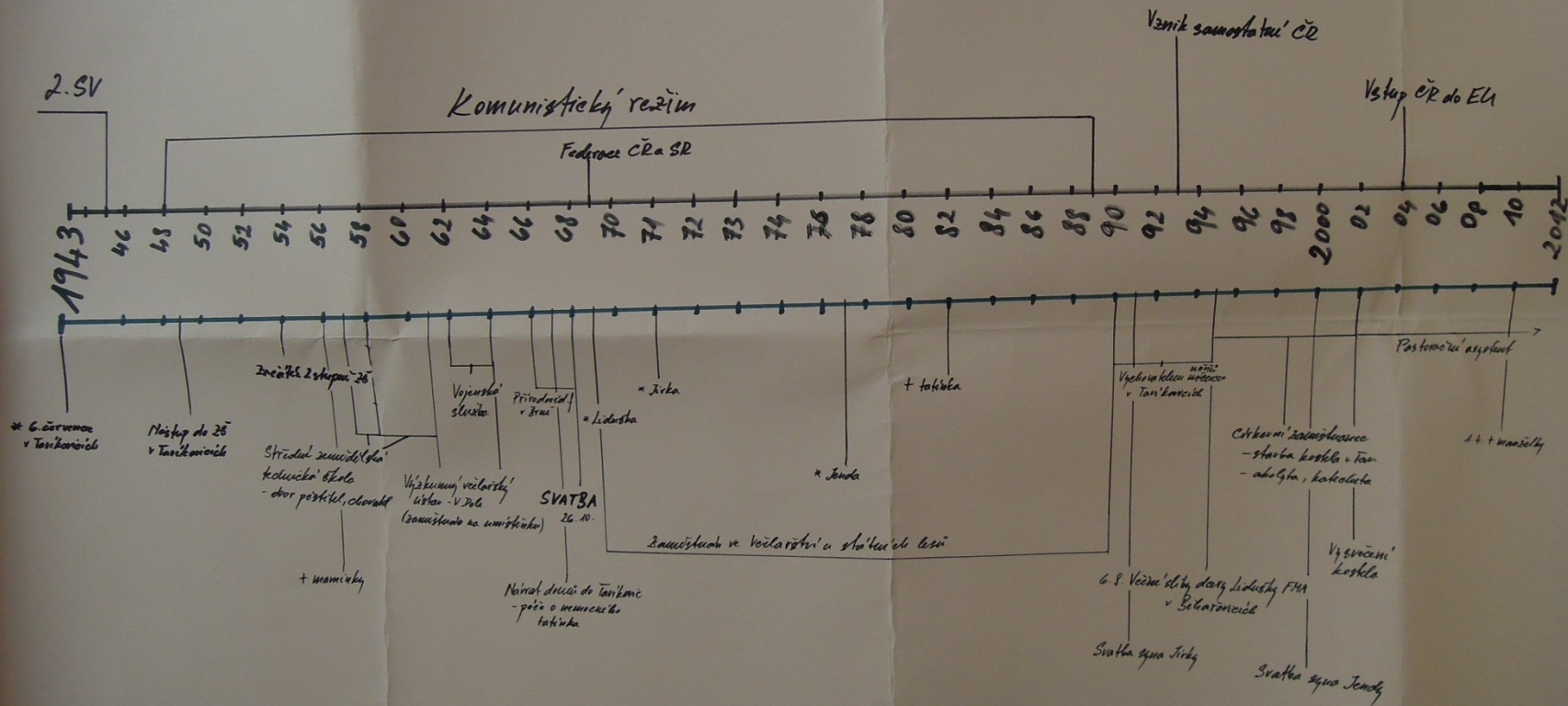
Zaznamenané důležité historické a místní události

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, CESMES, Reminiscenční centrum, z. 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