Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Zdravotně sociální fakulta

Smyslová aktivizace pro seniory

Bakalářská práce

Autor práce: Eliška Zichová

Studijní program: Rehabilitace

Studijní obor: Rehabilitační-psychosociální péče o postižené děti, dospělé a seniory

Vedoucí práce: PhDr. Lenka Maťhová

Datum odevzdání práce: 13. 8. 2014

Abstrakt

Ke smyslové aktivizaci seniorů je využívána řada přístupů, mezi něž patří i multisensorická aktivizace poskytovaná formou obohaceného prostoru Snoezelen či Montessori technik. Existují údaje o pozitivním vlivu těchto technik na psychický a emoční stav seniorů a to i v případech senilní demence Alzheimerova typu. Důležitou složkou multisensorické stimulace je i lidský kontakt mezi seniorem a osobou provádějící s ním aktivizační činnost.

Cílem teoretické části bakalářské práce bylo popsat smyslovou aktivizaci, její jednotlivé techniky a využití, způsoby práce a přínos smyslové aktivizace při práci se seniory. Cílem praktické části bakalářské práce bylo najít nejvhodnějších formy smyslové aktivizace orientované na využití jednotlivých smyslů pro obyvatele Domova pro seniory Bethesda v Praze 9 – Horních Počernicích. Dále byla hodnocena spokojenost seniorů s jednotlivými formami smyslové aktivizace.

Kvalitativní výzkum byl prováděn v Domově pro seniory Bethesda od dubna do července 2014 u devíti seniorů (8 žen, 1 muž, ve věku 65-93 let). Z jejich zdravotní a sociální dokumentace bylo zjištěno, že hodnoty jejich orientační diagnostický test (Mini-Mental State Examination, MMSE) se pohybovaly mezi 12 - 27 body. U každého seniora bylo provedeno celkem 10 aktivizačních sezení. V každém sezení byly čtyři různé úlohy zaměřené na využití zraku, sluchu, hmatu, chuti a čichu.

Z výzkumu vyplynulo, že všechny použité úlohy (kromě rozpoznání typu textu) byly vhodné pro smyslovou aktivizaci seniorů a to jak při skupinové, tak individuální aktivizaci. U seniorů s nižším MMSE však bylo nutné opakované vysvětlení úloh a obrázková nápověda. Úlohy zaměřené na využití hmatu byly u seniorů úspěšnější než úlohy orientované na další smysly. Jako složitější se ukázaly úlohy vyžadující hledání souvislostí mezi zobrazenými předměty a úlohy posuzující typ reprodukovaného textu, či znalost písně. Tyto úlohy byly obtížné zejména pro seniory s nižším MMSE. Určité obtíže jsem také pozorovala u úloh využívajících čichu a chuti, neboť tyto smysly byly u některých seniorů oslabené. Když jsem použila multisensorické stimulace v podobě přípravy desertu, byla jsem překvapena dobrým výkonem všech seniorů bez ohledu na

případné poruchy smyslů či snížené MMSE. Proto je nutné při vytváření aktivizačního programu usilovat o jeho pestrost a přizpůsobit jeho náročnost schopnostem seniorů.

Získané poznatky o smyslové aktivizaci mohou být využity v domovech pro seniory v rámci péče o seniory tak, aby se zlepšilo nejen využití volného času seniorů, ale i jejich integrace do nového životního a společenského prostředí. To vše by mělo napomoci k co nejdelšímu zachování osobní, sociální i věcné integrity seniorů.

Klíčová slova:

Potřeby seniorů
Smyslová aktivizace
Domov pro seniory
Montessori techniky
Snoezelen

Abstract

Numerous approaches are used for sensory activation of seniors, including multisensoric activation performed by enriched space of Snoezelen rooms or by Montessori techniques. Positive effects of multisensoric activation on the psychic and emotional state of seniors were reported and this is also true for seniors with Alzheimer dementia. An important component of multisensoric stimulation is the interpersonal contact between the senior and the person performing activation program.

The theoretical part of my bachelor thesis was aimed to describe particular techniques of sensory activation and their use and benefits for seniors. The aim of the practical part was to find the most appropriate forms of sensory activation (focused to particular senses) which can be used for the seniors living in the Nursing Home for Seniors Bethesda in Prague. The satisfaction of seniors with various forms of sensory activation was also evaluated.

Qualitative research was performed in nine seniors (eight women and one man aged 65-93 years) between April and July 2014. The health and social documentation available in Bethesda senior home revealed that the values of Mini-Mental Sate Examination (MMSE) found in these seniors were in the range between 12-27 points. Each senior participated in 10 activation sessions, each consisting of four different tasks focused on particular senses (sight, hearing, touch, smell and taste).

It was evident from my research that most of the tasks (except of text type recognition) were found to be appropriate for sensory activation of seniors in both individual or group activation programs. However, repeated task explanation, assistance of graphical clues and increased patience were necessary preconditions for the success of seniors with lower MMSE values. The tasks oriented on the touch were better evaluated by seniors than the tasks directed to other senses. It was evident that the tasks requiring the search of the links between presented objects as well as the tasks considering the type of reproduced text or song names were found to be rather complicated. These tasks were especially difficult for seniors with lower MMSE. I have also seen some difficulties in the tasks related to the taste and/or smell because these

senses were attenuated in certain seniors. However, when I examined the tasks based upon a multisensoric stimulation (sweet dessert preparation), I was surprised by a good performance of all seniors irrespective of their sense defects or lower MMSE. Therefore it is necessary to care about the broad variety of the tasks included into the activation program and to adapt the demands of such programs to capabilities of participating seniors.

Obtained results about sensory activation might be utilized in the care of seniors in nursing homes to improve their free time utilization. It might also facilitate the integration of seniors into their new living and social environment. This could support the maintenance of their personal, social and factual integrity.

Key words

Senior requirements
Sensory activation
Senior care homes
Montessori techniques
Snoezelen

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne .....

Eliška Zichová

Poděkování

Touto cestou bych chtěla poděkovat vedoucí mé bakalářské práce paní PhDr. Lence Maťhové za odborné vedení práce, cenné připomínky, rady a trpělivost, kterou mi věnovala při zpracování. Ráda bych také poděkovala Domovu pro seniory Bethesda a jejím zaměstnancům a především seniorkám a seniorovi, kteří mi vstřícně pomáhali při vzniku této bakalářské práce. V neposlední řadě chci poděkovat své rodině za podporu při studiu.

Úvod

1.	**Současný stav**	**11**
1.1	**Stárnutí a stáří**	**11**
1.1.1	Fyzické změny	11
1.1.2	Psychické změny	12
1.1.3	Sociální změny	14
1.2	**Potřeby seniorů v pobytových zařízeních**	**14**
1.2.1	Potřeba stimulace správnými podněty	16
1.2.2	Potřeba smysluplného světa	16
1.2.3	Potřeba jistoty sociální role a pozice ve společnosti	17
1.2.4	Potřeba vlastní identity a jejího uznání	18
1.2.5	Potřeba naděje a perspektivy	19
1.3	**Smyslová aktivizace seniorů**	**19**
1.3.1	Základní předpoklady úspěšné aktivizace	19
1.3.2	Působení na jednotlivé smysly	20
1.3.3	Multisensorické aktivizace	21
1.3.3.1	Prostor pro multisensorickou stimulaci Snoezelen	22
1.3.3.2	Činnosti založené na principech Maria Montessori	25
1.4	**Pobytové zařízení pro seniory**	**30**
1.4.1	Domov pro seniory Bethesda	32
2.	**Cíle práce a výzkumné otázky**	**33**
2.1	Cíle práce	33
2.2	Výzkumné otázky	33
3.	**Metodika**	**34**
3.1	Použité metody a techniky sběru dat	34
3.2	Výzkumný soubor	34
3.3	Realizace výzkumu	36
3.4	Popis úloh v jednotlivých aktivizačních sezeních	38
4.	**Výsledky**	**42**
4.1	Skupinová aktivizace	42
4.1.1	Průběh aktivizace skupinovou formou	43
4.2	Individuální aktivizace	46
4.3	Vhodnost různých úloh zaměřených na jednotlivé smysly	56
4.3.1	Které úlohy zaměřené na zrak jsou vhodné pro seniory?	56
4.3.2	Které úlohy zaměřené na sluch jsou vhodné pro seniory?	57
4.3.3	Které úlohy zaměřené na čich a chuť jsou vhodné pro seniory?	57
4.3.4	Které úlohy zaměřené na hmat jsou vhodné pro seniory?	57
4.4	Posouzení optimální formy smyslové aktivizace	58
5.	**Diskuse**	**59**
6.	**Závěr**	**63**
7.	**Seznam použitých zdrojů**	**65**
8.	**Klíčová slova**	**70**
9.	**Přílohy**	**71**

Úvod

Stárnutí je provázeno úbytkem fyzických sil a psychických schopností. Řada seniorů je odkázána na péči v zařízeních pro dlouhodobý pobyt. Přechod seniora do takového zařízení může být stresující nejen ztrátou prostředí, sociálních kontaktů, na které je zvyklý, ale i vystavením novým podnětům. Navíc se musí podřizovat pravidlům pečovatelského zařízení. Tím může být do značné míry omezená jeho autonomie. Současně se snižuje samostatnost seniora, neboť většina jeho dosavadních činností je nahrazena službami poskytovanými zařízeními.

Koncept smyslové aktivizace seniorů předpokládá, že pravidelně opakovaná krátkodobá individuální aktivizace obohacuje život seniora v pobytovém zařízení, přispívá pozitivnímu náhledu na vlastní osobu, zlepšuje vztah mezi seniorem a pečující osobou. Smyslová aktivizace se často používá u seniorů s výraznými kognitivními poruchami. Existuje představa, že zvýšená stimulace mozkové činnosti může zpomalit úbytek psychických schopností. Jisté však je z chování, že senioři zapojeni do smyslové aktivizace, jsou klidnější s menším výkyvem neočekávaných rušivých událostí, které představují značnou zátěž pro ošetřující personál.

Základním předpokladem úspěšné smyslové aktivizace je dobrý kontakt mezi seniorem a pečovatelským personálem, založený na důvěře a respektování schopností a zájmů seniora. Velmi důležité je motivovat seniora k této činnosti tak, aby v ní viděl určitou šanci pro zlepšení svého pobytu v pobytovém zařízení. Podmínkou úspěchu je vstřícnost vztahu zařízení, které by mělo pro tuto aktivitu zajistit vhodné prostředí a pomůcky. Velmi podstatným faktorem je zkušenost, vnímavost a kreativita pečující osoby, který by měla vytvořit přijatelnou náplň aktivizačního individuálního programu

Ke smyslové aktivizaci se používá několik přístupů. Jedním z nich je využití pro multisensorickou stimulaci typu Snoezelen. V uklidňujícím relaxačním prostředí je senior vystaven různým příjemným podnětům. Druhým, aktivnějším přístupem, je

využití činností založených na principech italské lékařky Marie Montessori, které vypracovala původně pro děti z dětských domovů. Úprava těchto programů pro seniory umožňuje orientovat seniory na smyslovou činnost důležitou pro každodenní život. Cílem je povzbudit důvěru ve vlastní schopnost, zlepšení kontaktu s okolím, vyrovnání se z vlastní schopnost.

Téma *Smyslová aktivizace seniorů* jsem si zvolila poté, co jsem vyslechla přednášku paní PhDr. Lenky Maťhové, v níž se zmínila o aktivizačních programech, které jsou používány v Domově seniorů Mistra Křišťana v Prachaticích. Krátce poté vyšla kniha Smyslová aktivizace seniorů od zakladatelek tohoto konceptu (Wehner a Schwinghammer 2013). Tyto informace mne silně oslovily, protože v době středoškolských studií jsem pracovala jako ošetřovatelka v přímé péči o seniory v Domově pro seniory Bethesda. Proto jsem se také rozhodla zpracovat toto téma právě v tomto domově.

Teoretická část bakalářské práce obsahuje přehled změn nastávajících v rámci stárnutí, potřeb seniorů v pobytových zařízeních a přístupů k smyslové aktivizaci seniorů. Kapitola o smyslové aktivizaci seniorů se zabývá především multisensorickou aktivizací typu Snoezelen a Montessori, o jejichž užití u seniorů existuje rozsáhlá literatura. Další kapitola se zabývá pobytovými zařízeními pro seniory, se zvláštním zřetelem k Domovu pro seniory Bethesda v Praze Horních Počernicích.

Praktická část práce začíná stanovením cílů a výzkumných otázek. Následuje přehled užitých výzkumných metod včetně podrobného popisu praktického provádění jednotlivých aktivizačních úloh. Výsledková část začíná charakteristikami seniorů a přehledem průběhu aktivizačních sezení, kterých se účastnili. Poté jsou posouzeny výsledky jednotlivých skupin úloh orientovaných na různé smysly. V diskusi se zabývám klady a zápory jednotlivých aktivizačních úloh a možností využít je v dlouhodobém aktivizačním programu v Domově pro seniory Bethesda.

1. Současný stav

1.1 Stárnutí a stáří

Periodizace lidského života i přesná definice stáří jsou velmi obtížné, neboť dosud vytvořené systémy mají platnost v daných geografických a kulturních podmínkách. Podle WHO je stáří definováno následovně: 45 – 59 let: střední věk, 60 – 74 let: časné stáří, 75 – 89 let: vlastní stáří, 90 a více let: dlouhověkost. Zvyšující věk je provázen charakteristickými involučními změnami, které mění fyzické a psychické schopnosti člověka. Tyto změny mohou být kombinovány s řadou dalších změn vyvolaných chorobami, nebo změnou životního stylu a s dopadem změn sociálně ekonomických (Kalvach 2004).

1.1.1 Fyzické změny

Fyzické změny ve stáří souvisejí s zhoršením celkového metabolismu, hormonálními změnami, úbytkem svalové hmoty a síly, poklesem výkonnosti oběhového systému a ledvin. Klesá maximální dechová kapacita, snížena je i maximální práce, přičemž pokles je větší u krátkodobé než u dlouhodobé zátěže (Kalvach 2004). U seniorů se často vyskytují velmi závažné poruchy udržování rovnováhy, změny postoje a chůze a je narušena jemná i hrubá motorika.

„Pro komunikaci a existenci seniorů jsou mimořádně významné involuční změny smyslového vnímání“ (Kalvach 2004). Týká se to všech smyslů. **Zrak** u seniorů je komplikován změnami akomodace, zhoršuje se zrak při sníženém osvětlení, přibývá dalekozrakosti a snižuje se zraková ostrost. V řadě případů se zhoršuje barvocit při nedostatečném osvětlení (Kalvach 2004). Tyto involuční změny jsou u seniorů často provázeny očními onemocněními jako jsou šedý zákal (katarakta), zelený zákal (glaukom), degenerace makuly, postižení sítnice nebo optického nervu (Hicl 2004).

Jedna ze skupin poruch **sluchu** u seniorů jsou defekty převodního aparátu ve středouší, kdy sluchová ztráta je větší pro hluboké tóny. Oproti tomu presbyakuze je specifickou percepční poruchu sluchu, spojenou se stárnutím sluchového ústrojí na periferii (hlemýžď, sluchový nerv) nebo na vyšších etáží (sluchové dráhy v centrálním nervovém systému). Sluch je v tomto případě postižen především úbytkem vnímání vysokých tónů, což ztěžuje vnímání řeči. Při závažnějším postižení sluchové dráhy může unikat nejen smysl slov, ale i obecných zvuků (akustická agnózie) (Kluk 2004).

Ve stáří se také zhoršuje **hmat** (díky úbytku Meisnerových hmatových tělísek v konečcích prstů), zhoršuje se **čich** (atrofie čichových vláken) a dochází k poruchám **chuti** (úbytek chuťových pohárků). Ubývá i receptorů umožňujících vnímat polohu a pohyb těla, pocity síly, tlaku, tepla a chladu (Klevetová a Dlabalová 2008).

1.1.2 Psychické změny

Ve stáří dochází k různě rychlému procesu psychické involuce, která snižuje jednotlivé základní psychické funkce (kognitivní a emoční funkce včetně schopnosti jejich integrace). Projevuje se to poruchami chování seniora i snížením jeho funkčních schopností (běžných denních aktivit) (Jirák 2004).

Starý člověk může čelit dílčím deficitům svých psychických schopností pomocí tří základních technik – optimalizace (procvičování svých schopností a posilování svého fyzického i mentálního potenciálu včetně paměti i učení), selekce (orientace na užší okruh životních a pracovních podmínek) a kompenzace (překlenutí s věkem spojených deficitů pomocí různých interních a externích technik) (Švancara 2004).

Kognitivní (poznávací) funkce umožňují výběr a zpracování informací, tak, abychom se přizpůsobili svému okolí a prostředí. Patří sem příjem informací, jejich třídění a integrace, paměť a učení i expresivní funkce jako jsou řeč, kreslení a mimika. Porucha kognitivních funkcí vede k poruše výkonných funkcí do kterých patří motivace a vůle,

plánování činností a provádění úkonů (jednání). U části seniorů se objevují závažnější kognitivní poruchy, které předcházejí rozvoj demence. Jde o poruchy paměti, kde je poškozena vštípivost paměti, což je zapamatování si nových skutečností a událostí. Může být také porušeno vybavování paměťového obsahu ze zásobní paměti. Dále se vyskytují poruchy myšlení, především v oblasti abstrakce a logického uvažování, ztrácí se soudnost vlastních možností. Dochází k poruchám řečových funkcí projevujících se z počátku poruchami ve vyjadřování, později dochází k rozvoji fatických poruch (komolení slov až nesrozumitelnost řeči). S defekty paměti a myšlení souvisí poruchy orientace, v prostoru, v čase a nakonec i ve vlastní osobě. Porucha exekutivních (výkonných) funkcí se projevuje porušenou schopností naplánovat a vykonat složitější úkony. Změny kognitivních funkcí lze hodnotit podle různých testů jako je například test kreslení hodin nebo Folsteinův test (Mini Mental State Examination, MMSE). Schopnosti vyšetření denních aktivit (Activity of Daily Living, ADL) sleduje schopnost vykonávat rutinní aktivity. Při prostém stárnutí zůstává tato schopnost zachovaná, i když jsou aktivity vykonávány pomaleji než dříve. V případě poruch kognitivních funkcí dochází k výraznějšímu zpomalení denních aktivit a při nastávající demenci k rozpadu složitějších činností. V ADL testu jsou hodnoceny jednodušší schopnosti jako jsou jídlo, toaleta, oblékání, péče o vlastní vzhled, schopnost pohybu po okolí. V instrumentální variantě tohoto testu, která zachycuje i lehčí poruchy, je hodnoceno nakupování, příprava jídla, údržba domácnosti, praní, používání telefonu, zacházení s penězi, užívání léků atd. (Jirák 2004).

Emoční funkce lze rozdělit do tří skupin – krátkodobé emoční odpovědi na zevní i vnější stimuly (afekty), delší vyladění k afektům jednoho typu (nálady) a trvalé emoční nastavení (vyšší city). Ve stáří dochází často k nahromadění afektů a jejich nezvládání, projevují se často afekty zlosti, lítosti, smutku i radosti. U seniorů se častěji vyskytují depresivní a úzkostné nálady, které mohou podstatně snižovat kvalitu jejich života. Je velmi důležité odlišit léčitelnou depresi od nastupující demence, čemuž se používá Geriatrická škála deprese podle Yassavage (Jirák 2004).

U seniorů postižených organickými mozkovými poruchami spojenými se syndromem demence, se mohou vyskytovat poruchy chování, které sahají od společensky nevhodného chování až po chování agresivní.

1.1.3 Sociální změny

Během stárnutí dochází k řadě sociálních změn, které souvisí s odchodem do důchodu (ztráta pracovní role), s odchodem dětí z domova (syndrom prázdného hnízda, který může být kompenzován rolí prarodičů), se ztrátou společenské role (sociální izolace), s nemocí či smrtí partnera (osamělost) a se ztrátou domova a soukromí (odchod do pobytového zařízení pro seniory) (Tab. 1). Existují dva přístupy k řešení těchto problémů, jeden vychází z názoru, že starší člověk má zůstat plně aktivní, druhý názor naopak říká, že stárnoucí člověk se má v předstihu připravovat do odchodu do důchodu. Při odchodu do důchodu se mění životní styl, objevuje se nadbytek volného času, mění se prožívání vnímání i chování. Pokud není senior na tuto změnu připraven, představuje to pro něj velké riziko. Jednou z charakteristik zralé osobnosti je nejen vyrovnání s minulostí a přítomností, ale i realistický výhled do budoucnosti. Stárnoucí lidé žijící doma v rodině, mají více plánů do budoucnosti než senioři v pobytových zařízení, kteří často upadají do letargie, nezájmu a sociální izolace (Dvořáčková 2012).

1.2. Potřeby seniorů v pobytových zařízeních

Základní lidské potřeby mají několik kategorií – fyziologické, psychologické a sociální, které se navzájem překrývají. Mezi fyziologické potřeby patří potřeba nasycení a ukojení žízně, potřeba pohybu, potřeba vyměšování a osobní hygieny, potřeba dostatku spánku a odpočinku, potřeba vyhýbání se bolesti i potřeba sexuality. Psychosociální potřeby zahrnují potřebu jistoty a bezpečí, vzájemnosti, blízkosti a lásky, potřebu zázemí, autonomie, svobody, komunikace a informací a dále potřeby kulturní a spirituální (Holmerová 2006, Motlová 2007). Podle Matouška (2008) lze lidské potřeby rozdělit na okruhy vztahující se k tělesné pohodě, psychické rovnováze a bezpečí, dále

okruhy vztahů k blízkým lidem, ke společenskému uplatnění a duševním potřebám. Neuspokojení některé z těchto potřeb vede k deprivaci a strádání (Matoušek 2008). Podle vývojové psychologie se struktura lidských potřeb mění v závislosti na věku. Vágnerová (2000) rozděluje vývojové potřeby do šesti oblastí, jejichž náplň je vesměs závislá na věku jedince. Tyto oblasti jsou: potřeba stimulace správnými podněty, potřeba smysluplného světa, potřeba plánovité činnosti, potřeba sociální jistoty, potřeba vlastní identity, potřeba osobní perspektivy.

Psychosociální potřeby seniorů se do jisté míry odlišují od potřeb lidí v aktivním věku. S postupujícím věkem dochází k řadě změn dosavadního života. S odchodem do důchodu se mění pracovní i společenská role, protože dochází nejen ke ztrátě pracovního kolektivu a pracovní činnosti, ale často i k určitému stupni sociální izolace. Zvláště se to týká lidí, kteří žijí osaměle nebo nemají dostatečné rodinné zázemí. Senior potřebuje mít pocit jistoty a bezpečí (fyzického, psychického i ekonomického), touží po důvěře, stabilitě, jistotě a spolehlivosti při zachování dostatečného stupně své nezávislosti (Pichaud, Thareauová 1998, Motlová 2007, Klevetová a Dlabalová 2008).

S přechodem seniora do pobytového zařízení dochází k podstatným změnám struktury jeho potřeb. K tomuto kroku ho často nutí úbytek fyzických a psychických sil, vedoucí ke snížení soběstačnosti, ke zvýšené závislosti na pomoci okolí, až k neschopnosti péče o vlastní osobu. Tak senior ztrácí domov, na který byl zvyklý, vlastní soukromí, možnost oblíbených činností atd. V pobytovém zařízení jsou sice zajištěny jeho biologické potřeby i pocit bezpečí, ale dochází k omezení jeho zálib, zvyků a sociálních kontaktů. Musí se přizpůsobit podmínkám a řádu zařízení, ošetřujícímu personálu i kolektivu spolubydlících, což může být pro některé seniory velmi náročné. Dobře fungující pobytové zařízení by mělo usilovat o zajištění dostatečného stupně autonomie, seberealizace a zájmové činnosti seniorů. Podle Motlové (2007), která se zabývala hodnocením autonomie, nezávislosti a uspokojování potřeb seniorů v domově důchodců (domov pro seniory), v domě-penzionu a v domácím prostředí, je evidentní, že ve vybraných zařízeních sociální péče lze dosáhnout dostatečného stupně autonomie a

seberealizace, pokud tomu nebrání zdravotní důvody. Individuální péče o seniory postižené demencí, která může zahrnovat i smyslovou aktivizaci, by mohla přispět k naplnění některých oblastí potřeb, čímž by se mohla zlepšit kvalita života a spokojenost seniora v pobytovém zařízení.

1.2.1 Potřeba stimulace správnými podněty

Základním požadavkem lidského organismu po celou dobu jeho existence, je dostávat správné podněty, na správném místě, ve správný čas a v přiměřeném množství a kvalitě. Nedostatečný přísun těchto podnětů může vést k narušení činnost centrálního nervového systému a tím k poruchám řízením celého organismu. Dostatečný přísun smyslových podnětů je podmíněn nejen bohatostí prostředí, které nás obklopuje, ale i schopností našich smyslů je vnímat. Ve stáří jsou často smyslové funkce narušeny (viz 1.1.1). Proto je nutné se postarat, podle možností, o vhodnou korekci těch poruch, které lze napravit (brýle, čtecí lupa, naslouchátko), a upravit činnosti podle zdravotního stavu seniora s ohledem na poruchy rovnováhy a chůze.

1.2.2 Potřeba smysluplného světa

Naše jednání je směřováno k budoucnosti, k cílům, které si stanovíme, k tomu, o co se snažíme a co očekáváme. Problematika smysluplnosti života je v pozadí naší motivace – oč nám v životě jde a oč nám v životě nejde, o co usilujeme, nač si v životě troufáme. Naše pojetí smysluplnosti života má vliv na tvorbu hierarchie našich hodnot i na případné změny našeho žebříčku životních hodnot. Na základě těchto hodnot posuzujeme spokojenost s vlastním životem, naplnění našich cílů, představ a snů. To se odráží v tom, jak zvládáme stresy, jak moc se hněváme, jak se chováme v obtížných situacích (Křivohlavý 2007, : http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii).

Smysluplnost světa má své místo i v celoživotním vývoji osobnosti včetně stárnutí a adaptace na životní změny a obtíže. Smysluplnost života seniora v pobytovém zařízení má řadu zvláštních rysů, které vyplývají z jeho věku, zdravotního stavu, schopnostem

přizpůsobit se novému prostředí atd. Udržení hluboce zakořeněných ustálených zvyklostí představuje pro seniora určitou jistotu i po přechodu do pobytového zařízení. Vznikající ztráty by měly být citlivě nahrazeny novou činností, novými zálibami a novými mezilidskými kontakty, aby senior neupadal do příliš hluboké beznaděje. Jde především o pocity užitečnosti či potřebnosti pro okolí, které mohou zvyšovat vůli seniora k životu a zlepšovat jeho subjektivní hodnocení smysluplnosti života v pobytovém zařízení.

1.2.3 Potřeba jistoty sociální role a pozice ve společnosti

Každý člověk potřebuje někam patřit, mít svou roli v rodině, práci, a ve společnosti. Ve stáří přibývá mnoho sociálních změn a ztrát (Tab1).

Tab.1 Sociální změny a ztráty u seniorů

Změny	**Ztráty**
pracovní role	ztráta pracovního kolektivu a navyklých pracovních činností v závislosti na čase
role otec – matka – prázdné hnízdo	odchod dětí
společenská role – odchod do důchodu	sociální izolace
rozvod – nemoc – smrt partnera	osamělost vs. samota
bydlení – odchod do nemocnice, domova pro seniory	soukromí, vlastní domov
snížení fyzických sil	neschopnost sebepéče – závislost na druhých
změna fyzických sil	ochota něco nového si koupit, zkrášlit svůj obličej i tělo, jít do společnosti
smyslové funkce	okamžitá orientace a jednání

Zdroj: Klevetová a Dlabalová 2008, str. 69

Každý člověk potřebuje ke svému životu kontakt a komunikaci s druhými lidmi. Sociální potřeby zahrnují potřebu lásky, náležení k nějaké skupině, potřebu informovanosti a potřebu vyjadřovat a být vyslechnut. Tyto potřeby vystupují do popředí u osamocených seniorů, kteří nemají nebo již ztratili rodinu, jejichž vrstevníci zemřeli nebo se přestěhovali nebo kteří nemohou již vycházet ven (Motlová 2007). Proto je důležité podporovat všechny sociální kontakty uvnitř pobytového zařízení i kontakty s vnějším světem. Potřebu s někým komunikovat, hovořit o svých problémech, sdělit své myšlenky a být vyslechnut druhým člověkem. Nelze toto nahradit informacemi prostřednictvím televize nebo rozhlasu. Neformální kontakt s pečovatelským personálem či dobrovolníkem je jistě velkou pomocí, přestože nemůže zcela nahradit komunikaci s osobou, která zná seniora důvěrně. Velmi užitečná komunikace může probíhat při skupinových aktivitách, v rámci pobytového zařízení ať už jde o zájmovou činnost nebo při náboženských setkáních. Každý člověk potřebuje, aby jeho život měl nějaký smysl (Pichaud, Thareuová 1998, Motlová 2007).

1.2.4 Potřeba vlastní identity a jejího uznání

Potřeba autonomie, pojímané jako svoboda rozhodování o sobě samém a svém životě, zahrnuje potřebu úcty, sebeúcty, užitečnosti, uznání a vážnosti. Mnoho seniorů se cítí být zbytečnými a neužitečnými. Nemoc, životní ztráty a sociální omezení tyto pocity ještě prohlubují. Podle Klevetové a Dlabalové (2008) je seniorovo „já“ vystaveno naléhavým otázkám typu „Kdo jsem?“, „Co ještě umím a dovedu?“, „Co mám, na co se mohu spolehnout?“, „Co ještě mohu rozhodnout?“. Senior si musí uvědomit, že díky omezenému pohybu a soběstačnosti se stal závislým na cizí pomoci. Klade si otázku, jak na jeho stav a schopnosti nahlížejí zdravotníci a pečovatelský personál. Je v situaci, kdy ztratil kontrolu nad tím, co vlastně potřebuje. Protože sám neví, co mu v životě chybí, nedokáže své potřeby jasně sdělit a tak zakouší zklamání a bolest. Čím hlubší je jeho nespokojenost, tím silnější je jeho pocit bezmoci a nejistoty. Jak má sám sebe ctít, když k němu nikdo nepromlouvá, když jeho tělo ošetřují, jako by v něm nežil. Kdo je mu v této situaci oporou, když čas utíká a nikdo nepřichází. V takové situaci může jen

velmi silná osobnost si zachovat vlastní identitu a vydobýt si uznání okolí (Klevetová a Dlabalová 2008).

1.2.5 Potřeba naděje a perspektivy

Senior by měl mít svá přání, své naděje, své bezprostřední cíle. Měl by se vždy na něco těšit, i když by to měly být jen maličkosti všedního dne. Měl by si podržet víru ve své vlastní schopnosti a naději, že jeho lidské kontakty nikdy neselžou. Měl by mít lidskou bytost, se kterou by sdílel své smutky, postoje, ztráty, přání a radosti. Úcta a respekt je největším projevem lidské podpory seniora (Dvořáčková 2012).

1.3 Smyslová aktivizace seniorů

Smyslové aktivizace patří mezi postupy, které využívají změn fyzického a sociálního prostředí obklopujícího ovlivňovanou osobu (Roley a kol. 2008). Tyto přístupy předpokládají, že učení je závislé na schopnosti přijímat, zpracovávat a integrovat smyslové informace a na tomto základě organizovat chování. V takovém případě nedostatek smyslových informací může vést k poruchám k poruchám chování. Zvýšený přísun smyslových informací může posílit schopnost centrálního nervového systému zpracovávat tyto informace s uspokojovat vnitřní snahu o jejich integraci (Padilla 2011).

1.3.1 Základní předpoklady úspěšné aktivizace

Mezi základní předpoklady úspěšné smyslové aktivizace patří dostatečná motivace seniora k účasti na aktivizačních programech. Toho lze dosáhnout vstřícným přístupem personálu, který vysvětlí seniorům přínos programu pro jejich život v domově. Další podmínkou je odborné školení personálu v problematice aktivizačních programů. Velmi důležitý je přístup zařízení k aktivizačním programů a možnost připravit vhodné podmínky pro dlouhodobé provádění aktivizace.

Zdá se, že multisensorická stimulace má větší efekty než aktivizace jednotlivých smyslů nebo další postupy. Jedním z důvodu této úspěšnosti je kontakt vyškolené moderující osoby (pracovník v sociálních službách, rodinný příslušník či dobrovolník nebo spoluobyvatel domova) se seniorem, který může orientovat jeho pozornost určitým směrem. Úspěšnost multisensorické stimulace je podmíněna důvěrou a dobrou komunikací mezi seniorem a moderující osobou.

1.3.2 Působení na jednotlivé smysly

Existuje široké spektrum zásahů do prostředí, které využívají stimulace jednotlivých smyslů. Patří sem sluchová stimulace pomocí hudby nebo přírodních zvuků (muzikoterapie), čichová stimulace (aromaterapie) nebo optická stimulace, pomocí zvýšení intenzity světel během dne. Vizuální stimulace světlem má za cíl ovlivnit poruchy cirkadiáních rytmů a tím poruchy spánku a bdění. Sluchová a čichová stimulace vedou k navození pocitu uvolnění, odvedení pozornosti od bolesti nebo jiných obtíží, snižuje úzkost a depresi ovlivňovaných osob (Kong a kol. 2009, Padilla 2011).

Velmi často se využívá hudby, kterou lze použít různými způsoby. Patří sem muzikoterapie (individuální, skupinová, hromadná), která může být pasivní (poslech hudby) nebo aktivní (hudební improvizace, zpěv). Další variantou využití hudby je zvuková kulisa při různých aktivitách. Opie a kol. (1999) zjistili, že použití hudby v pobytových zařízeních snižuje agresivitu chování, neklid a úzkost seniorů, pokud oblíbená hudba zní během nějaké aktivizační činnosti, ale hudba nemá dlouhodobé účinky přetrvávající po skončení aktivizačního sezení. Ke stejnému názoru dospěli i Livingston a kol. (2005). Třetí možností využití hudby je její reprodukce v prostorách pobytového zařízení během dne, nebo alespoň v době oběda či svačin. Je otázkou, do jaké míry takto aplikovaná hudba může ovlivnit náladu a chování seniorů v pobytovém zařízení.

Aromaterapie (vonné oleje, silice) je velmi často využívaná jako doplňková terapie u seniorů. Podobně jako u hudby, je působení aromaterapie závislé na okolnostech jejího použití. Pasivní aromaterapie může navozovat relaxaci a snižovat neklid (Opie a kol. 1999, Robinson a kol. 2007).

Použití intenzivního světla je založeno na představě, že jasné světlo aplikované během dne může obnovit narušený rytmus spánku a bdění, neboť u seniorů často dochází k fragmentaci spánku vedoucí k denní ospalosti a nočnímu neklidu (Wu a Swaab 2007). Kombinace intenzivního světla a podávání spánkového hormonu melatoninu významně snižuje denní ospalost, zvyšuje denní aktivitu a obnovuje spánkový rytmus (Dowling a kol. 2008).

1.3.3 Multisensorické aktivizace

Vzhledem k tomu, že izolovaná stimulace jednotlivých smyslů (viz 1.3.2) nepřináší příliš velké zlepšení chování s nálad seniorů, úsilí pečovatelských zařízení se upírá k multisensorické stimulaci typu Snoezelen a Montessori. První z těchto přístupů je založen na speciálně vybaveném prostoru umožňujícím jemnou smyslovou stimulaci. Jedinec může volně zkoumat tento prostor a odpovídat na podněty, aniž by jeho reakce musela mít nějaký určitý smysl nebo cíl. Smyslové podněty mohou být cíleně ovlivněny, aby se blížily potřebám a zájmům jedince. Druhý z těchto přístupů (Montessori) využívá učení pomocí her a účelových materiálů, které jsou přizpůsobeny schopnostem a zájmům seniora. Úspěch postupů Montessori u dětí vedl ke zkoumání možnosti použití tuto techniku u dospělých osob s různým typem postižení (Camp 2007). Oba přístupy se liší mírou aktivního zapojení pečovatelského personálu, vztahem seniora k tvorbě programu, benefitem pro seniora a vlivem na jeho chování. Nezanedbatelné rozdíly se týkají nároků na vybavenost a personální zajištění pobytového zařízení i finančních nákladů na provoz těchto programů (Tab. 2).

Tab. 2 Srovnání přístupů Snoezelen a Montessori

	Snoezelen	Montessori
úloha personálu	pečovatel dohlíží a pomáhá seniorovi při volbě program	pečovatel aktivně zapojuje seniora do různých aktivit
seniorův vztah k programu	senior si program volí sám	seniorovi je program nabízen
přínos pro seniora	- smyslová stimulace - změna prostředí pro komunikaci - relaxace, zklidnění	- smyslová stimulace - trénink dovedností paměti, motoriky, kreativity - rozvoj komunikace a sociálních kontaktů - zvyšování sebedůvěry
vliv na chování seniora	- snížení neklidu a úzkosti - zlepšení nálady - snížení agresivity a rebélie	- snížení apatie, pasivity - zlepšení sebeobsluhy - zlepšení koncentrace a pozornosti

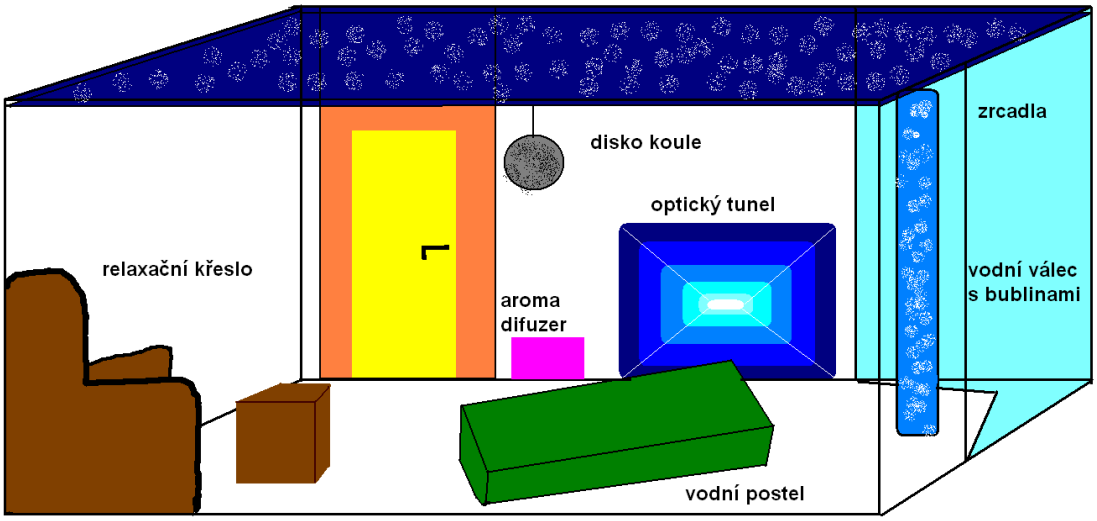
Zdroje: Padilla (2011), Ball a Haight (2005), Livingston a kol. (2005), Verkaik a kol. (2005)

1.3.3.1 Prostor pro multisensorickou stimulaci Snoezelen

Účelem multisensorických prostor typu Snoezelen je vytvořit atmosféru důvěry a uvolnění, umožněnou přítomností a nedirektivním přístupen trénované osoby, která umožní příjemné smyslové zážitky, které stimulují sluch, zrak, čich, hmat a chuť, bez snahy dojít k určitému výsledku. Nejsou zde žádné požadavky na intelektuální aktivitu, které by mohly způsobit pocity selhání či nedostatečnosti. Snoezelen lze považovat za nástroj proti psychické deprivaci a pocitům nudy u seniorů v pobytovém zařízení (Ball a Haight 2005) .

Snoezelen je termín pro prostor určený k multismyslové stimulaci, která navozuje pocit klidu a relaxace. Tento fenomén vznikal v 70. letech po celém světě. V Americe jej vytvořili dva psychologové Cleland a Clark (1966) s názvem „Sensory cafeteria“ (Smyslová samoobsluha). Byl to prostor pro osoby s vývojovými vadami, mentální retardací a autismem. Jeho cílem byla podpora a rozvoj komunikačních schopností a změna chování v reakci na bohaté smyslové podněty. Hlavními tvůrci snoezelenu jsou Holanďané Ad Verheul a Jan Hulsegge, kteří čerpali z různých činností využívaných v ústavní péči. Tito odborníci vytvořili tzv. „sensorický stan“, ve kterém probíhala relaxace pro osoby s těžším mentálním a kombinovaným postižením. Hlavní myšlenkou a cílem bylo zlepšení komunikace a chování klientů ústavní péče. Název snoezelen pochází ze dvou nizozemských slov *snuffelen* (čichat, sdílet) a *doezelen* (dřímat) (Juračka 2014, http://www.snoezelen-koncept.cz/o-snoezelenu/historie-snoezelenu).

Obr. 1. Příklad Snoezelen prostoru (modifikováno podle Ball a Haight 2005).



Snoezelen je místo, kde se prolíná relaxace s výchovou (Obr. 1). Relaxace, uklidnění a navození pocitu klidu je jednou z hlavních myšlenek, na nichž je tento projekt založen. Klasický interiér Snoezelen využívá prostor, ve kterém jsou světla rozeseta po stropě, kde tvoří hvězdnou oblohu a často bývá uprostřed disko koule, která rozjasňuje celou oblohu jako měsíc. Po stranách bývají závěsy, které navozují pocit bezpečí a tepla, po

celé místnosti je koberec, aby se mohlo sedět i na zemi, na vacích nebo v kuličkovém bazénku. Mezi pomůcky patří dotykové předměty, plyšové hračky a jiné. V místnosti jsou zrcadla, která zvětšují prostor, uprostřed bývá vodní válec, ve kterém tryskají bublinky – tento válec je velmi uklidňující. Někdy bývá k dispozici i vodní postel, kterou lze využít na rozehřátí kloubů a relaxování při dobré hudbě. Každý Snoezelen má své vlastní vybavení a uspořádání. Cílem Snoezelenu je vytvořit místo pro radost a setkávání v prostředí, ve kterém jsou všechny smysly naladěny do pocitu odpočinku a relaxace. Místnost navozuje klid pro řešení různých problémů a podporuje nápaditost pro vytvořeních nových podnětů (Juračka 2014 http://www.snoezelen-koncept.cz/o-snoezelenu/historie-snoezelenu).

Pro seniory v pobytovém zařízení se jedná o místnost, která jim navozuje pocit bezpečí, kde mohou relaxovat v novém prostředí a mohou se odpoutat od reality domova, závisí na možnostech pobytového zařízení, jak velký prostor, kolik místností a jaké vybavení poskytne programům Snoezelen. Holandsko je příkladem, kde můžeme nalézt vhodné příklady pro uplatnění Snoezelenu v praxi. Ve významném Senior centru Bernardus v Amsterdamu vytvořili Snoezelen hned v několika typech, kdy senior může navštěvovat různé místnosti, pokaždé s jinou náplní (Valentová 2012, http://snoezelen.sk/cz/geriatricti-klienti-osoby-s-demenci-senior-centrum-bernardus-v-amsterdamu). Kromě klasického Snoezelen interiéru tam mají i Snoezelen exteriér, což je prostor chodby, ve kterém se nacházejí lavičky a stolečky a vše působí jako byste byli na procházce v parku. Tento prostor lze využít jako kavárnu, místo setkávání a posezení. Je zde i specifická Snoezelen místnost, kde je veškerý nábytek ve stylu 40. – 50. let včetně zařízení, doplňků, nádobí, atd. Senior má v takové místnosti dojem, jako by se vrátil zpět do dětství. V této místnosti lze skvěle trénovat dlouhodobou paměť při vybavování vzpomínek (reminiscence). Tuto specifickou místnost lze použít také k činnostem typu Montessori (viz dále) (Achterberg a Messbauer http://www.worldwidesnoezelen.nl /en/home-en/item/413-the-latest-pictures-of-snoezelen-in-practise-at-bernardus-amsterdam) .

Sensorická deprivace má neblahé účinky i na normální osoby. Existuje představa, že část problematického chování seniorů může být dána poruchami ve zpracování sensorických podnětů. Program Snoezelen je zaměřen na současnou aplikaci více různých sensorických stimulů (Botts a kol 2008). Dostupná literatura týkající se seniorů s různým stupněm demence (Baillon a kol. 2004, Livingstone a kol. 2005, Robinson a kol. 2007, Klages a kol. 2011, van Weert a kol. 2005a) ukazuje, že Snoezelen, má krátkodobý pozitivní vliv na jejich náladu, neklid, apatii a agresivitu. Účinky tohoto programu nejsou příliš velké a dlouhodobé. Současně je zřejmé, že podobný efekt jako Snoezelen má také využití zahradního prostředí jako přírodního zdroje multisensorické aktivizace (Baillon a kol. 2004, Cox a kol. 2004) nebo návštěvy dobrovolníků (Klages a kol. 2011). V porovnání účinků Snoezelenu s jinými psychosociálními přístupy (Verkaik a kol. 2005) vychází, že Snoezelen má větší účinky na apatii, zatímco jeho účinky na depresi jsou menší než u reminiscenční či psychomotorické a behaviorální terapie. Snoezelen nemá pozitivní efekt na výkonnost seniorů v rámci ergoterapie (Letts a kol. 2011).

Chronické používání multisensorické stimulace v rámci programu Snoezelen zlepšuje chování pečovatelského personálu vůči seniorům, což se odráží v lepším osobním přístupu k seniorům během ranní péče v pobytovém zařízení (van Weert a kol. 2006). To se projevovalo větší společenskou konverzací, zlepšením neverbálního chování personálu i seniorů, větší autonomií seniorů a jejich menším negativismem atd. (van Weert a kol. 2005b). Osobně zaměřená péče o seniory přináší větší pracovní uspokojení pečovatelského personálu, což platí i v případě Snoezelen (Pol-Grevelink a kol. 2012).

1.3.3.2 Činnosti založené na principech Maria Montessori

Terapeutické programy typu Montessori také využívají prostředí bohaté na manipulační materiál, který je, narozdíl od Snoezelen, využíván k učení pomocí her. Materiály používané v programech Montessori zřetelně signalizují způsob a účel svého použití. Jedná se o pomůcky, které jsou seniorům známé jako je kuchyňské nádobí, základní

suroviny k přípravě pokrmů. Jejich současná přítomnost v místnosti se seniorem může vzbudit zájem o jejich použití a smysluplnou činnost. Aktivity Montessori se snaží přitáhnout zájem seniorů pomocí rozdělení úkolů na jednoduché úkony, opakování těchto úkonů, postupné zvyšování náročnosti těchto úkonů při pečlivém vyvážení požadavků na seniora a jeho schopností. Protože tyto aktivity mohou být přizpůsobeny zájmům a schopnostem i seniorů s pokročilým úbytkem kognitivním schopností, mohou být tyto programy použity za účelem socializace a smysluplné aktivity těchto znevýhodněných seniorů. Montessori aktivity používají spíše procedurální než verbální paměť, takže minimalizují požadavky na vyjadřování a poskytují externí klíče na překonání kognitivních defektů.

Maria Montessori (1870-1952) byla italskou lékařkou a pedagožkou, která položila první základy nové techniky pro výchovu dětí. Tento systém vzdělávání dětí byl vytvořen pro Dům dětí určených pro chudé děti předškolního věku (založený roku 1907), kde vytvořila systém vzdělávání dětí. Později na těchto principech vznikly Montessori programy pro seniory (Camp 2010, Wehner a Schwinghammer 2013).

Vzdělávání dětí podle Montessori principů je založeno na učení činností důležitých pro praktický život, kdy cílem je péče o vlastní osobu a své tělo, péče o okolí a společnost, cvičení sociálních vztahů a cvičení kontroly pohybu. Tak se dítě naučí používat své ruce, které jsou nástrojem svého uskutečnění. Naučí se zapínat si knoflíky, zavazování tkaniček, mytí rukou či čištění bot, atd. V rámci péče o okolí a společnost se dítě učí prostírání stolu, úklid, péči o květiny, práci na zahradě. Poté se jedinec učí sociálním vztahům – poprosit, poděkovat, pozdravit, naslouchat, pomáhat. Všechny tyto úkony jsou nezbytné pro prosazení se ve světě. Dále se dítě učí vnímat pestrou paletu smyslových materiálů a v rámci jazykové vybavenosti se učí číst a psát. A nakonec se učí základnímu pochopení vlastního bytí a zakořenění v tomto světě, učí se o své minulosti a o možné změně své budoucnosti. V učení pedagog přichází k dítěti jako partner a průvodce tak, aby se dítě učilo pomocí svých dovedností a zálib. Cokoliv dítě udělá dobře či špatně, není striktně pochváleno ani pokáráno, všechno hodnocení je

uspořádáno klidně, s cílem napravit případné chyby. Jednou z hlavních myšlenek Maria Montessori je „*Pomoz mi, abych to dokázal sám*“ – cílem je, aby jedinec zvládnul veškeré činnosti sám, ale od pedagoga se očekává, že mu ukáže, jakým způsobem to má zvládnout (Wehner a Schwinghammer 2013).

V péči o seniory v pobytových zařízeních se používají principy Montessori trochu jinak, protože jde spíše o obnovení dřívějších schopností a znalostí, než jen o učení nového. Je nutné vzít v úvahu, že po přechodu do pobytového zařízení je senior vystaven nejen ztrátě svých dosavadních zvyklostí, ale je nucen se vyrovnat s novým prostředím, novými lidmi a novým uspořádáním dne. Přitom se snižuje jejich sebedůvěra a sebevědomí, mnoho lidí ztrácí motivaci a vůli k životu, vzniká výrazný pocit závislosti. Ztráta samostatnosti i ochoty spolupracovat s pečovateli, může vést k nadbytečnému zatížení ošetřovatelského personálu. Soustavné a pravidelné provádění činností každodenního života může tomuto negativnímu vývoji bránit. Aktivizátor pomáhá seniorovi obnovit činnosti a schopnosti, které již uměl, tj. pomocí jednoduchých pomůcek a nástrojů je znovu aktivizovat (Principy Montessori pedagogiky http://www.montessoricr.cz/principy-montessori-pedagogiky/).

Montessori programy pro seniory lze rovněž rozdělit do několika oblastí. Jedná se o vznik sociálních vztahů (schopnost a ochota kontaktu, tolerance k ostatním), péči o vlastní osobu (mytí rukou, hygiena, česání), péči o okolí (péče o květiny v zahradě, zametení podlahy po programu, umytí nádobí) a pohybová cvičení (ranní cvičení, prevence pádů, koordinace pohybů a podporovaní zručnosti, hrubé a jemné motoriky). Cílem všech těchto cvičení je udržet kvalitu života seniora, povzbudit jeho sebedůvěru, zachovat určitou samostatnost seniora, navodit jeho vnitřní spokojenost a vyrovnanost. Tímto přístupem se nejen podporuje zachování schopností a dovedností, ale posiluje se vytrvalost a soustředěnost a trénuje se paměť působení smyslových vjemů (Wehner a Schwinghammer 2013).

Smyslová stimulace není jen okamžitou aktivizací smyslů (čich, chuť, zrak, sluch, hmat), ale vyvoláním vzpomínek na smyslové vjemy dochází i k tréninku paměti. Na základě těchto vzpomínek může dojít ke komunikaci a oživení sociálních kontaktů ve skupině seniorů. K tomuto účelu se využívá řady materiálů a pomůcek, které jsou zaměřeny na rozlišení vůní, barev a tvarů, vlastností povrchů, velikostí, počtu atd. Pomůcky Montessori jsou velmi různorodé, založené na vlastní improvizaci organizátora programu až po komerčně dostupné (http://www.montessoricr.cz/principy-montessori-pedagogiky/).

Pro stimulaci čichu se používají čichové nádoby, ve kterých se nacházejí různé vůně např. koření (skořice, pepř, kmín, zázvor, badyán, muškátové koření), vůně lesa (vůně smůly, jehličí, houby, trouchnivé dřevo) nebo bylinky (petržel, kopr, máta, mateřídouška, bazalka). Nádobka se dá přivonět seniorovi a on se snaží poznat, o jakou vůni se jedná a co mu připomíná (Montessori pomůcky a dřevěné hračky za dostupné ceny http://montessorihracky.cz/6-smyslova-vychova).

Pro stimulaci hmatu se dají použít různé typy látek (satén, bavlna, len, vlna) a materiálu (sklo, kámen, dřevo, papír, látka, umělá hmota), kdy je úkolem seniora roztřídit materiál od nejjemnějšího po nejhrubší nebo podle váhy od nejlehčího po nejtěžší. Tuto variantu lze provádět jednoduše bez zavázaných očí, nebo s očima zavázanými šátkem, kdy se senior musí soustředit na danou činnost a rozeznat oč se jedná. Další možností pro zlepšení hmatu lze využít poznání předmětu, kdy se seniorovi zavážou oči a on musí poznat předmět (kniha, PET lahev, bonbon, propiska, hrneček, solnička, TV ovladač). Pro jemnou motoriku, vizuální schopnosti a trénování sebeobsluhy s vytrvalostí, se používají zapínací rámy, na kterých senior provádí zapínání knoflíků, přezkových spon, zipů, zavazování tkaniček a mašliček (http://montessorihracky.cz/).

Pro stimulaci zraku se používají barevné destičky, kdy se senior snaží dát dvě destičky stejné barvy k sobě, různé formy pexesa. Při malování se trénuje souhra pohybu očí a ruky. Pokud se nalezne vhodná činnost, která bude mít vyšší cíl pro seniora, bude

považovat veškeré činnosti za užitečné světu a zároveň sobě (http://montessorihracky.cz/6-smyslova-vychova).

Chuťová stimulace se nejlépe provádí v kuchyni. Jedná se o podávání různých potravin do úst a senior má rozeznat, o jaké jídlo nebo jaký druh koření se jedná. Chuťová stimulace se nejlépe provádí v kombinaci s ostatními smysly, kdy se společně něco peče, senior musí využít jemnou motoriku pro nakrájení jablek, hrubou motoriku pro zametení podlahy, zrakem pozoruje, zda se vše provádí správně. Zároveň trénuje svou dlouhodobou paměť, kdy se snaží vybavit si recept, který kdysi sám užíval.

Sluchová stimulace využívá přírodních zvuků, kdy se snaží senior rozeznat o jaký zvuk se jedná (žába, moucha, pták, ovce, koza). V rámci sluchové terapie se dá při zvolení vhodné hudby provádět relaxace. Správně zvolená hudba může otevřít v seniorovi nové dveře dlouhodobé paměti a vzpomenout si, kde např. tančil svůj první valčík. Pomocí Orffových nástrojů lze seniora vybudit k vytvoření vlastního prostoru pro vnímání hudby, díky tomu, že se zapojí do hudební produkce(http://montessorihracky.cz).

Vhodně zvolená Montessori aktivita může seniorovi v pobytovém zařízení, který se zapojí do programu, příjemně zkrátit čas a zároveň procvičit jemnou i hrubou motoriku, procvičit krátkodobou i dlouhodobou paměť. Veškerá činnost však musí mít hlubší význam pro daného seniora. Při těchto cvičeních dochází ke spolupráci účastníků skupiny, takže se zvyšuje jejích sociální kontakt. Pokud je Montessori program dobře vymyšlen a přizpůsoben účastníkům, zvyšuje se jejich zájem, motivace a radost z činnosti, která dává možnost seniorům zažít vjemy, které jsou v pobytovém zařízení jinak vzácné. Programy podle Montessori používají prostředí bohaté na předměty a různé materiály, ale narozdíl od Snoezelen je používají k výuce hrou, která je individuálně upravena podle zájmů a schopností seniora. Často se používají dobře známé předměty z denního života, které podněcují jejich spontánní použití. Klade se důraz na procedurální paměť, která bývá lépe zachována než verbální paměť. Montessori aktivity podporují smysluplnou činnost, zájem o vnější okolí a socializaci

seniorů (Padilla 2011). Několik studií o vlivu Montessori aktivit (Lee a kol. 2007, Orsulic-Jeras a kol. 2000 a Vance a Jhons 2003) prokázalo zvýšený podíl konstruktivně stráveného času, více radosti a méně úzkosti při srovnání Montessoriho činností s běžným každodenním životem v pečovatelském zařízení. Zvýšila se pozornost, paměť a koncentrace na činnost v rámci programu. Naproti tomu se neprokázal přínos k slovní zásobě, prostorové orientaci, abstraktnímu myšlení ani aktivitám běžného dne.

Existuje řada prací, které se zabývaly vlivem Montessori aktivit na schopnosti se stravovat u seniorů s demencí (Lin a kol. 2009, 2010, 2011). Tyto studie prokázaly dlouhodobé pozitivní účinky Montessori aktivit na schopnost najíst se sám bez zásadní pomoci pečovatelského personálu. Byla pozorována také zvýšená komunikace seniorů s ošetřujícím personálu během jídla, což je pozitivní z hlediska seniorů, ale vyžaduje to větší úsilí ze strany pečovatelů (Lin a kol 2010). Lin a kol. (2009 a 2010) ukázali, že akupresura nebo trénink procedurální paměti (Spaced retrieval - vybavování slov či pojmů po určité době) mají podobné účinky jako Montessori aktivity. Tyto zásahy skutečně zvyšovaly příjem potravy a zvyšovaly tělesnou váhu seniorů (Wu a kol. 2014).

Určitým problémem širšího využití Montessori metod u seniorů je nutnost dostatečného počtu dobře vyškoleného personálu, aby se aktivizační pracovník mohl věnovat seniorům individuálně nebo v malých skupinách. Tímto problémem se intenzivně zabývají v Austrálii (van der Ploeg a kol. 2010, 2012, 2014), kde se snaží využít práce rodinných příslušníků nebo dobrovolníků. Podobně se pokusili Camp a Skrajner (2004) využít méně postižených seniorů jako vedoucích Montessori programů pro více postižené spoluobyvatele.

1.4 Pobytové zařízení pro seniory

Stárnutí je provázeno úbytkem fyzických sil a psychických schopností. Řada seniorů je odkázána na péči v zařízeních pro dlouhodobý pobyt. Přechod seniora do takového zařízení může být stresující nejen ztrátou prostředí, sociálních kontaktů, na které je

zvyklý, ale i vystavením novým podnětům. Navíc se musí podřizovat pravidlům pečovatelského zařízení. Tím může být do značné míry omezená jeho autonomie. Současně se snižuje samostatnost seniora neboť většina jeho dosavadních činností je nahrazena službami poskytovanými v zařízeními.

Koncept smyslové aktivizace seniorů předpokládá, že pravidelně opakovaná krátkodobá individuální aktivizace obohacuje život seniora v pobytovém zařízení, přispívá pozitivnímu náhledu na vlastní osobu, zlepšuje vztah mezi seniorem a pečující osobou. Smyslová aktivizace se často používá u seniorů s výraznými kognitivními poruchami. Existuje představa, že zvýšená stimulace mozkové činnosti může zpomalit úbytek psychických schopností. Jisté však je z chování, že senioři zapojeni do smyslové aktivizace, jsou klidnější s menším výkyvem neočekávaných rušivých událostí, které představují značnou zátěž pro ošetřující personál (Camp 2010, Wehner a Schwinghammer 2013).

Základním předpokladem úspěšné smyslové aktivizace je dobrý kontakt mezi seniorem a pečovatelským personálem založený na důvěře, respektování schopností a zájmů seniora. Velmi důležité je motivovat seniora k této činnosti tak, aby v ní viděl určitou šanci pro zlepšení svého pobytu v pobytovém zařízení. Podmínkou úspěchu je vstřícnost vztahu zařízení, které by mělo pro tuto aktivitu zajistit vhodné prostředí a pomůcky. Velmi podstatným faktorem je zkušenost, vnímavost a kreativita pečující osoby, který by měla vytvořit přijatelnou náplň aktivizačního individuálního programu.

Domov pro seniory dle zákona 106/2007 o sociálních službách definuje v § 49 jako

„(1) V domovech pro seniory se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

(2) Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:

a) poskytnutí ubytován; b) poskytnutí stravy; c) pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu; d) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro

osobní hygienu; e) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím; f) sociálně terapeutické činnosti; g) aktivizační činnosti; h) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí." (Zákon o sociálních službách 108/2006.: http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108_2006_Sb.pdf).

1.4.1 Domov pro seniory Bethesda

Domov pro seniory Bethesda se nachází v Horních Počernicích v Praze. Jeho posláním *je poskytnutí a zajištění sociálních a zdravotních služeb seniorům, kteří již nemohou žít ve svém přirozeném sociálním prostředí z důvodu vysokého věku, snížené soběstačnosti a mobility, již nedostačujícího zajištění péče a podpory prostřednictvím rodiny a dostupných terénních služeb. Zároveň nabízí duchovní zázemí, které staví na křesťanských hodnotách. Pořádají se pravidelně bohoslužby a je zajištěna pastorační péči pro obyvatele domova. To vše při plném respektování vůle uživatelů, náboženského smýšlení a při dodržování základních lidských práv. Domov Bethesda je jedním ze 3 středisek Diakonie CB, je koncipován jako pobytové zařízení pro seniory a je umístěn v zahradním areálu ve Chvalech v Praze 20 – Horní Počernice. Součástí areálu jsou i parkové plochy, procházkové a rehabilitační okruhy s jezírky a minigolfem. Kapacita domova je 32 lůžek. Pokoje seniorů jsou jedno a dvoulůžkové, v základním vybavení je malá kuchyňská linka, vestavěná skříň v chodbě, polohovatelná postel, noční stolek, židle, stůl, samostatné hygienické zařízení – sprcha, umyvadlo a WC. U každého pokoje je balkon. Klient si pokoj může dovybavit drobnými věcmi – rádio, TV, lednička apod. V přízemí je jídelna a malá společenská místnost, ve 2. a 3. patře na chodbu navazuje venkovní terasa. Budova je bezbariérová, k dispozici jsou 2 výtahy. Součástí volnočasových aktivit je ergoterapie. Do domova dochází kadeřnice, pedikérka a masér. V domově je zajištěno stravování, úklid a údržba, praní prádla, zdravotní a ošetřovatelská péče. Jednou týdně zde ordinuje praktická lékařka. Jsou poskytovány i služby sociální, poradenství, kontakt s úřady a příbuznými, rehabilitace. (*Poslání domova. Církev bratrská: Domov pro seniory Bethesda http://www.cb.cz/diakonie/bethesda/informace/poslani-a-cile/*).

2. Cíle práce a výzkumné otázky

2. 1 Cíle práce

Cílem teoretické části bakalářské práce je popsat smyslovou aktivizaci, její jednotlivé techniky a využití, způsoby práce a přínos smyslové aktivizace při práci se seniory. Cílem praktické části bakalářské práce je najít nejvhodnější formy smyslové aktivizace prostřednictvím barev, zvuků, dotyků, chutí a vůní u seniorů v pobytovém sociálním zařízení.

2. 2 Výzkumné otázky

Pro dosažení cílů práce byla stanovena hlavní výzkumná otázka (HVO) a čtyři dílčí výzkumné otázky (DVO).

HVO: Jaké formy smyslové aktivizace jsou nejvhodnější pro seniory Domova pro seniory Bethesda v Praze - Horních Počernicích?

DVO1: Které úlohy zaměřené na zrak jsou vhodné pro seniory?
DVO2: Které úlohy zaměřené na sluch jsou vhodné pro seniory?
DVO3: Které úlohy zaměřené na chuť a čich jsou vhodné pro seniory?
DVO4: Které úlohy zaměřené na hmat jsou vhodné pro seniory?

3. Metodika

3.1 Použité metody a techniky sběru dat

Teoretická část práce byla vytvořena na základě analýzy odborné literatury, která se zabývá problematikou smyslové aktivizace u seniorů. Tato literatura byla vyhledána na základě klíčových slov (Snoezelen, Montessori, senior, smyslová aktivace) v databázích PubMed a Scopus.

V praktické části byl zvolen kvalitativní výzkum za použití metody dotazování a techniky polořízeného rozhoru se seniory, kterým byla poskytována smyslová aktivizace (Miovský 2006). Součástí bylo otevřené zúčastněné pozorování během smyslové aktivizace vybrané skupiny obyvatel Domova pro seniory Bethesda. V rámci polořízeného rozhovoru jsem zjišťovala, jak jednotliví senioři hodnotí zajímavost a náročnost realizovaných úloh. Současně jsem posuzovala schopnost seniora pochopit a provést danou úlohu. Výsledky byly zapisovány do záznamových archů (viz příloha 1).

3.2 Výzkumný soubor

Výzkumným souborem bylo devět seniorů (8 žen a jeden muž) žijících v Domově pro seniory Bethesda v Praze - Horních Počernicích, kde je v současnosti 34 seniorů. Výběr respondentů byl proveden (na základě domluvy s vedoucí domova Mgr. Ivanou Reicholdovou, vedoucí zdravotní a sociální péče Mgr. Danou Vávrovou a sociální pracovnicí Štěpánkou Jeřábkovou) podle následujících kritérií

- věk nad 65 let
- ochota se tohoto aktivizačního programu účastnit
- zdravotní stav umožňující se aktivně účastnit aktivizačního programu.

Oslovila jsem celkem 12 seniorů (3 muže a 9 žen), ale dva muže jsem musela vyloučit pro nedostatečný zájem o účast v tomto výzkumu. Jedna žena, která souhlasila s účastí na výzkumu byla převezena do nemocnice před zahájením aktivizačního programu.

Věk seniorů účastnících se tohoto výzkumu se pohyboval mezi 65 – 93 lety, doba jejich pobytu v domově byla od 1 – 10 let. V tomto souboru seniorů byla jedna vysokoškolačka, tři absolventi středních škol s maturitou a ostatní byli vyučeni v různých oborech (Tab. 3). Poruchy zraku a sluchu byly korigovány kompenzačními pomůckami (brýle, naslouchátko), takže neomezovaly plnění jednotlivých úloh v rámci tohoto výzkumu. Ze zdravotní a sociální dokumentace seniorů v Domově Bethesda jsem zjistila, že v orientačním diagnostickém testu (MMSE Mini-Mental State Examination) se jejich hodnocení pohybovalo mezi 12 – 27 body a test základních všedních činností ADL dle Barthela byl od 5 do 105 bodů (Tab 3). V rámci tohoto souboru se mi podařilo sestavit jednu tříčlennou skupinu (AH, KK, EK), zatímco u ostatních seniorek jsem prováděla individuální aktivizaci na jejich pokojích.

Tabulka 3. Charakteristika výzkumného souboru.

Iniciály	Pohlaví	Věk (roky)	MMSE (body)	ADL (body)	Pobyt (roky)	Vzdělání	Naslou-chátko	Brýle
AH	Žena	93	27	85	10	2	-	+
EK	Žena	79	26	105	5	1	-	+
MŠ	Žena	65	24	20	7	3	-	+
KK	Muž	83	23	15	5	1	-	+
JR	Žena	85	22	85	4	2	-	+
JM	Žena	86	21	90	6	1	-	+
EZ	Žena	68	19	5	1	1	+	+
RK	Žena	85	19	40	1	2	-	+
BJ	Žena	83	12	5	1	1	-	-

Zdroj: Vlastní výzkum

MMSE: počet bodů v orientačním diagnostickém testu
ADL: počet bodů v testu základních všedních činností
Pobyt: délka pobytu seniora v Domově pro seniory Bethesda
Vzdělání: 1 – vyučen, 2 – absolventi středních škol s maturitou, 3 – vysokoškolské vzdělání

3.3 Realizace výzkumu

Vlastní výzkum jsem prováděla od května do července roku 2014 v Domově pro seniory Bethesda v Praze. Každého seniora jsem osobně navštívila a seznámila jsem ho s tím, kdo jsem, jaký obor studuji a k čemu budu potřebovat jeho spolupráci. Sdělila jsem jim, o jaký program půjde, jak často a kde se budeme scházet, co budu od nich očekávat. Nastínila jsem jim program včetně otázek, na které se budu v závěru každého sezení ptát. Ujistila jsem je také, že veškeré informace, které mi poskytnou, budou důvěrné a bude jich použito pouze anonymně pro účely bakalářské práce. Při této příležitosti jsem se seniorů zeptala na případné alergie na ovoce a nápoje, aby nedošlo k nežádoucím komplikacím při sezeních, během kterých budou použity.

Při volbě doby k provádění tohoto programu jsem respektovala běžný provoz v Domově pro seniory Bethesda (ošetřovatelské aktivity, období oběda a svačiny) i náhlé změny ve zdravotním stavu seniorů. Při sezeních jsem brala také ohled na cvičení, která se provádí v zařízení (cvičení s fyzioterapeutem a skupinové cvičení s ergoterapeutem).

Každý senior/seniorka se zúčastnil 10 sezení s předem připraveným programem, který se vždy skládal ze čtyř úloh zaměřených na jednotlivé smysly (přehled Tab. 4). U každé úlohy bylo hodnoceno pět parametrů – 1) zajímavost úlohy podle seniora, 2) náročnost úlohy podle seniora, 3) schopnost seniora pochopit zadání úlohy, 4) schopnost seniora provést úlohu, 5) celkové zhodnocení výkonu seniora. Parametry 1 a 2 hodnotil senior/seniorka, zbylé parametry (3, 4 a 5) jsem hodnotila já. Senioři používali trojstupňovou klasifikační škálu (1 – nejlepší / nejlehčí, 2 – průměrná / středně těžká, 3 – neatraktivní / náročná úloha). Moje hodnocení bylo také trojstupňové (1 – bez problémů, 2 – s mírnými problémy, 3 – s většími problémy). Výsledky byly zapsány do záznamových archů, které jsou v příloze 1. Na závěr celého aktivizačního programu bylo provedeno celkové hodnocení pro každého seniora i pro všechny úlohy (viz příloha 3). Domnívám se, že trojstupňové hodnocení pěti parametrů u každé úlohy bylo postačující pro zjištění postoje seniorů k úloze a hodnocení jejich výkonu v dané úloze.

Náplň jednotlivých sezení byla vedena snahou využít aktivizace všech dostupných smyslů. Tato aktivizace měla také stimulovat vybavování dřívějších a dovedností všedního dne. Smyslová aktivizace byla prováděna podle možností buď v malé skupině 3 seniorů nebo jednotlivě. Úlohy programu byly uzpůsobeny podle možností seniora. Bylo také přihlíženo k zájmům a dosavadnímu života seniora. Před každým sezením jsem se zeptala seniorů, zda by měli zájem se dnešního programu účastnit a nastínila jsem jim, co se bude dělat. Na závěr každého sezení účastníci zhodnotili, které cvičení se jim líbilo, které by si ještě zopakovali a které nikoliv.

Tab. 4. Program aktivizačních sezení – seznam jednotlivých úloh

sezení 1	- hledat shodné obrázky (pexeso) - rozeznat zvuky zvířat - rozeznat tvary předmětů - rozeznat chutě ovoce	sezení 6	- hledat shodné obrázky (pexeso) - rozeznat zvuky zvířat - rozeznat válY předmětů - rozeznat chutě ovoce
sezení 2	- složit rozstřihaný obrázek - poznat typ textu - rozeznat předměty v krabici - rozeznat vůně zeleniny	sezení 7	- třídění obrázků jídla dle kategorie - rozeznat předměty v krabici - poznat typ textu - rozeznat vůně zeleniny
sezení 3	- najít co k sobě patří - rozeznat zvuky města - najít správný uzávěr lahve - rozeznat vůně koření	sezení 8	- hledat shodné symboly (domino) - rozeznat předmět v hrachu - poznat název písně - rozeznat vůně koření
sezení 4	- třídit obrázky podle materiálu zobrazených předmětů - poznat název písně - rozeznat předmět v hrachu - rozeznat chutě nápojů	sezení 9	- třídit obrázky podle materiálu zobrazených předmětů - rozeznat zvuky města - najít správný uzávěr lahve - rozeznat chutě nápojů
sezení 5	- příprava desertu	sezení 10	- příprava desertu

Zdroj: Vlastní výzkum

Cílem všech sezení bylo trénovat všechny smysly, paměť a koncentraci na dané úlohy. Náplň jednotlivých sezení jsem zvolila na základě příkladů uvedených v literatuře (Wehner a Schwinghammer 2013; Suchá a kol. 2013; http://www.material-montessori.cz). Ve všech úlohách jsem se snažila uzpůsobit užívané pomůcky a postupy možnostem seniorů z hlediska jejich možností a schopností (viz příloha 2).

3.4 Popis úloh v jednotlivých aktivizačních sezeních

V jednotlivých sezeních (Tab. 4) bylo použito řady různých aktivizačních úloh, které jsou níže popsány.

1. sezení

Hledat shodné obrázky (pexeso) - zaměřeno na zrak

- rozdá se 5 dvojic na účastníka jako v klasickém pexesu
- pexeso vlastní výroby na motivy zvířat či předmětů, velikost 10 x 10 cm

Rozeznat zvuky zvířat - zaměřeno na sluch

- z CD přehrávače se pustí záznam typických zvuků 7 druhů zvířat
- pro zjednodušení jsou obrázky zvířata vytisknuty na papíře a senior na ně může ukázat

Rozeznat tvary předmětů - zaměřeno na hmat

- v krabici jsou dřevěné kostky různého tvaru a senior se je pokusí rozeznat
- skupina – krabice se střídavě přesouvá k dalšímu seniorovi

Rozeznat chutě ovoce - zaměřeno na chuť a čich

- ovoce (jahoda, nastrouhané jablko, kompotová meruňka, pomeranč a malina) je podáváno na lžičce, a senior se je pokusí poznat podle chuti a vůně (při zavřených očích)

2. sezení

Složit rozstříhaný obrázek - zaměřeno na zrak

- obrázek je rozstřihaný na 3 – 5 kusů, senior se ho pokusí složit
- zjednodušení – bude k dispozici jako vzor celý obrázek
- skupina – každý má svůj obrázek

Poznat typ textu - zaměřeno na sluch

- budu číst báseň (Máj), odborný text (kuchařka), náboženský text (Bible), noviny, slovník... a senior se pokusí rozeznat, o jaký literární útvar se jednalo

Rozeznat předměty v krabici - zaměřeno na hmat

- v uzavřené krabici se dvěma otvory pro ruce je několik předmětů a senioři se pokusí je rozeznat (kartáček, hrneček, dětské nůžky, knížka, tužka, květináč)

Rozeznat vůně zeleniny - zaměřeno na čich

- senior se pokusí rozeznat vůni zeleniny ze skleničky (cibule, mrkev, česnek, květák, paprika, hrách, zázvor) a přiřadit je k obrázkům na stole

3. sezení

Najít, co k sobě patří - zaměřeno na zrak

- na stole budou kartičky a senioři se pokusí přiřadit dvě věci, které k sobě patří

- peněženka + peníze	hodinky + pásek	hrníček + podšálek
kartáček + pasta	příbor + talíř	hrnec + pokličkа
tužka + papír	sklenice + víčko	bota + tkanička

Rozeznat zvuky města- zaměřeno na sluch

- z CD přehrávače pustím zvuky města (hasiči, sanitka, policie, tramvaj, autobus, klakson, motorka, zvonek) a senioři přiřadí obrázky k daným zvukům

Najít správný uzávěr lahve - zaměřeno na hmat

- v krabici s otvory jsou 4 různé láhve a jejich uzávěry, senioři se je pokusí zavřít

Rozeznat vůně koření - zaměřeno na čich

- v tmavých skleničkách je několik typů koření (kmín, pepř, zázvor, muškátový oříšek, badyán, hřebíček) a senioři se je pokusí rozpoznat čichem

4. sezení

Třídit obrázky podle materiálu zobrazených předmětů - zaměřeno na zrak

- na kartičkách je zobrazeno několik předmětů a senioři se je pokusí dát dle druhu použitého materiálu k sobě

Dřevo – stůl, židle, strom, skříň, košík, houpací křeslo

Sklo – sklo, zrcadlo, žárovka, láhev, sklenice

Plast – láhev, cedník, košík, propiska, kelímek

Kov – zvon, hrnec, struhadlo, vana, šroub

Určit název písně - zaměřeno na sluch

- pomocí CD přehrávače se pustí známé písně a senioři se je pokusí poznat

Rozeznat předmět v hrachu - zaměřeno na hmat

- senioři se pokusí najít předmět v nádobě plné hrachu a poznat ho

Rozeznat chutě nápojů - zaměřeno na chuť

- senioři dostanou ochutnat několika nápojů (džus, voda, čaj, víno, pivo) a pokusí se rozeznat, o jaký nápoj se jednalo (přiřadit obrázek)

5. sezení

Příprava desertu

- multisensorická činnost – zaměřeno na všechny smysly
- příprava jogurtového desertu s piškoty a kakaem

6. sezení

Hledat shodné obrázky (pexeso)

- viz 1. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat zvuky zvířat

- viz 1. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat váhy předmětů - zaměřeno na hmat

- v krabici jsou závaží různé váhy a senior má určit, která jsou těžší

Rozeznat chutě ovoce

- viz 1. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

7. sezení

Třídit obrázky jídla podle kategorií - zaměřeno na zrak

Koření – kmín, pepř, zázvor, muškátový ořech, badyán, hřebíček

Jídlo – špagety, segedínský guláš, rizoto, řízek a brambory

Zelenina – mrkev, květák, brokolice, paprika, okurka

Ovoce – jablko, hruška, švestka, meruňka, banán

Nápoje – džus, voda, čaj, víno, pivo

Rozeznat předměty v krabici

- viz 2. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat vůně zeleniny

- viz 2. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

8. sezení

Hledat shodné symboly (domino) - zaměřeno na zrak

- kartičky velikosti 5 x 10 cm s různým počtem bodů

Určit název písně

- viz 3. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat předmět v hrachu

- viz 4. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat vůně koření

- viz 3. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

9. sezení

Třídit obrázky podle materiálu zobrazených předmětů

- viz 4. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat zvuky města

- viz 4. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Najít správný uzávěr lahve

- viz 3. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

Rozeznat chutě nápojů

- viz 4. sezení, kontrolní test na případné zlepšení

10. sezení

Příprava desertu

- multisensorická činnost – zaměřeno na všechny smysly
- příprava piškotového dortu s jahodami

4. Výsledky

V této části práce jsou nejprve probrány průběh a výsledky aktivizačních sezení jak ve skupině, tak s jednotlivci. Dále jsou celkově zhodnoceny výsledky úloh zaměřených na jednotlivé smysly a to jak z mého pohledu, tak i z pohledu seniora.

4.1 Skupinová aktivizace

Skupina se skládala ze dvou seniorek a jednoho seniora (manželský pár a jejich známá), kteří se vždy účastnili všech aktivizačních sezení (Tab. 4), jejichž hodnocení je uvedeno v příloze 1.

Paní AH je 93 let a je v domově nejdéle ze všech seniorů, kteří se účastnili výzkumu. Nastoupila do domova před 10 roky mezi prvními seniory po té, co byl domov pro seniory Bethesda otevřen. Důvodem, proč šla paní AH do tohoto Domova, byla snaha pomoci svým dětem, protože chtěla uvolnit byt pro jednu ze svých dcer. Zároveň druhá dcera pracuje jako rehabilitační pracovnice v areálu domova Bethesda.

Do domova nastoupila plně soběstačná, nevyužívala žádných služeb, které nabízel domov. Zvládala si nakoupit v blízkém obchodním centru Černý most (Globus) a také v Lidlu, který je v blízkém okolí domova. Do obou obchodních řetězců chodí paní AH skoro denně. Bydlí v jednolůžkovém pokoji. Je velmi komunikativní a její skóre v testu MMSE dosahuje normálu (27 bodů). Našla si přítelkyni paní EK, která též bydlí ve stejném patře se svým manželem KK. Paní AH patří mezi oblíbené seniorky v domově – je v radě domova a snaží se domov upravovat. Pro zlepšování vztahů s personálem vyrábí různé pochutiny a nosí je pečovatelskému personálu.

Za paní AH jsem přišla s návrhem, zda by se nechtěla účastnit mého výzkumu pro zjištění vhodných úloh. Zároveň souhlasila s tím, že bude ve skupině s paní EK a panem KK. Navrhla jsem paní AH, zda by jí vyhovovalo, kdybychom se scházeli v pondělí dopoledne, pokud budou souhlasit i manželé K.

Paní EK (79 let) a **pan KK** (83) jsou manželé, kteří oslavili minulý rok v říjnu zlatou svatbu (50 let společného života). Přišli do domova Bethesda v roce 2009 a nyní jsou v domově už 5 let. Paní EK je soběstačná žena, která zvládá činnosti běžného dne (vaření, nákupy) obdobně jako paní AH. Do Domova Bethesda musela jít, protože začínala pociťovat únavu z nepřetržité péče o manžela, který před 10 roky utrpěl centrální mozkovou příhodu, je ochrnut na pravou stranu a špatně mluví. Po vytrvalé snaze paní EK se její manžel částečně rozmluvil a dokáže odpovědět *ano – ne – nechci* nebo opakovat slova, ale dokáže komunikovat do jisté míry i sám. V jeho případě jsem proto používala sestavu obrázků vztahující se k úlohám, kde senior může ukázat na obrázek vystihující odpověď. Z gest pana KK jsem se dozvěděla jeho odpovědi a následně je zapsala v hodnotícím formuláři.

Manželé K. bydlí ve společném pokoji poblíže pokoje paní AH. Paní EK je velmi cílevědomá žena. Její MMSE je 26 bodů. Je komunikativní a přátelská do té doby, než začnou problémy, pak začne hájit sebe. Do mého výzkumu se ráda zapojila především kvůli svému manželovi, aby lépe využila čas a zlepšila jeho komunikaci a zároveň souhlasila s účastí paní AH ve skupině. Pan KK (MMSE 23) byl velmi přátelský a je personálem oblíbený. Aktivizačních sezení se chtěl účastnit poté, co jsem mu vylíčila, co od něj budu požadovat. Shodla jsem se s manželi K., že sezení bude probíhat v pondělí dopoledne, pokud se nedomluvíme jinak. Scházet se budeme v jejich bytě (mají prostorný pokoj s velkým stolem a několika židlemi) v 10 hodin (paní AH souhlasila se stanoveným časem).

4.1.1 Průběh aktivizace skupinovou formou

První sezení proběhlo v pondělí 2. 6., kdy se všichni sešli u manželů K. Pan KK seděl uprostřed mezi manželkou a paní AH. Pexeso hodnotili všichni správně, pan KK správně přiřazoval obrázky k sobě. Rozeznávání zvuků zvířat dělalo problém panu KK a i paní EK. Zbytek sezení byl hodnocen známkou 1 všemi účastníky

V druhém sezení (9. 6.) šlo poznání textu dobře paní AH i paní EK, pro pana KK byla tato úloha byla příliš složitá, protože nemohl ukázat svou odpověď na obrázku. Dle mého hodnocení byl na sebe příliš kritický. Po nápovědě několika začátečních

písmenech dořekl odpověď (KU → kuchařka, BÁ → báseň). S rozeznáním vůně zeleniny měli problém oba manželé.

Všechny úlohy ve 3. sezení (16. 6.) se zúčastněným seniorům líbily a hodnotili je jako zajímavé a nenáročné. Výjimkou bylo rozeznávání vůně koření. Přestože paní EK vaří, některé druhy koření nepoznala, zatímco paní AH neměla problémy. Její manžel koření nerozeznal, ale poté, co si vzal sáček s kořením, přečetl daný název.

Úlohy 4. sezení (23. 6.) byly pro všechny zajímavé. Pouze paní EK hodnotila ochutnávku nápojů jako méně zajímavou. Zároveň tuto úlohu s panem KK a paní AH hodnotili jako náročnější (známkou 2). Přestože panu KK dělá problémy odpovídat na mé otázky, poznávání písně mu šlo výborně. Nedokázal říci přesný název přehrávané písně, ale dokázal s ní zpívat, všechna slova si pamatoval. Z mého pohledu uspěl hůře, než se hodnotil sám např. u úlohy zaměřené na zrak – třídit obrázky dle materiálů. Při úloze zaměřené na hmat (rozeznat předmět v hrachu), ji hodnotil jako nenáročnou, ale podle mne byla pro něj náročná, co se týká pochopení zadání i vykonání úlohy.

Při pátém sezení ve čtvrtek 26. 6. proběhla příprava desertu – piškotový dort politý jogurtovou směsí. V této úloze byli všichni velmi úspěšní. Připravila jsem přísady na stůl a paní EK a paní AH se toho rychle ujaly, k tomu zaměstnávaly pana KK, co má dělat (dávat piškoty do misek a nalít směs) kterou dámy vylepšily vlastními meruňkami.

V šestém sezení (30. 6.) manželům K. dělalo problém rozpoznat některá zvířata, jejichž zvuky byly přehrávány. Panu KK připadalo méně zajímavé rozeznání váhy předmětu. Tuto úlohu zvládnul dobře, byla jsem pokárána, že nemám kompletní sadu závaží. Paní AH se toto sezení líbilo a hodnotila ho známkou 1.

Při 7. sezení (7. 7.) dělalo problém paní EK rozeznat typ textu, ale po nápovědě paní AH paní EK odpověděla správně, ale přesto hodnotila tuto úlohu známkou 2. Paní AH připadala úloha třídění obrázků dle typu jídla složitá. Pan KK hodnotil jako složité poznání vůně zeleniny. Stejně hodnotil tuto úlohu i ve 2. sezení.

Osmé sezení (10. 7.) hodnotili všichni známkou 1. Tyto úlohy se jim zdály být vhodné. Manželům K připadalo složité rozeznání vůně koření (paní si nevzpomněla na jméno koření, které bylo již v minulém sezení).

V deváté sezení (14. 7.) celá skupina usoudila, že poznávání nápojů je příliš náročné, proto jej hodnotili známkou 2. Paní AH řekla *úloha mi přijde těžká a nemyslím si, že by bylo dobré ji nadále opakovat či provádět u seniorů*. Odpověděla jsem jí, že právě pomocí této práce zjišťuji ty nejvhodnější formy aktivizace, které by se tady v domově mohly vykonávat.

K desátému a zároveň poslednímu sezení jsme se sešli ve čtvrtek 17. 7. Poslední úloha byla výroba desertu s jahodami. Celá skupina byla mile překvapena, že mám jahody. Přestože obě dámy chodí nakupovat, nečekaly, že budou dělat desert s jahodami.

Z výsledků sezení vyplývá, že u paní EK, byly náročnými převážně úlohy zaměřené na čich a chuť. Ostatní úlohy se jí zdály být vhodné s výjimkou rozeznání textu. Oběma manželům dělaly nejvíce problémů úlohy na zrak a chuť. Úloha rozeznání typu textu nebyla pro pana KK vhodná, protože nemohl zcela jednoduše odpovědět pomocí obrázkových či textových kartiček. Paní AH se veškerá cvičení líbila a říkala, že jsou vhodná i pro seniory upoutané na lůžko (velikost a vhodnost obrázků), s výjimkou rozeznání nápojů.

Aktivizace se paní EK líbila a říkala, že je škoda, že už skončila, protože aktivizace velmi pomáhaly jejímu manželovi. Většina úloh byla pro jejího manžela vhodná díky vytisknutým obrázkům, na které mohl ukazovat. Veškeré úlohy mu bylo zapotřebí dostatečně vysvětlit. Pan KK byl ve skupině s paní AH a EK, které se mu snažily pomoci při řešení úkolů. S panem KK jsem vyzkoušela prodloužit sezení o jednu úlohu (zopakování jedné z činnosti v sezení č. 6 - pexeso), ale zjistila jsem, že jeho pozornost se náhle snížila. Jeho síly a soustředění dostačují pouze na čtyři úlohy v jednom sezení. Po prodloužení smyslové aktivizace během pár minut vyčerpaně usnul. Pan KK byl velmi smutný, když jsem zakončila sezení. Bylo na něm vidět, jak se pokaždé rozzářil, když mne uviděl ve dveřích. Při posledním sezení (příprava jahodového desertu) byl nadšen ze všech účastníků nejvíce.

4.2 Individuální aktivizace

U ostatních šesti seniorek jsem byla nucena zvolit formu individuální aktivizace, při níž jsem docházela za seniorkami na jejich pokoj. U všech seniorek se mi podařilo uskutečnit všech 10 sezení (Tab. 4), jejichž hodnocení je uvedeno v příloze 1.

Paní MŠ je 66 let a v domově je už 7 let. Paní MŠ je po cévní mozkové příhodě na polovinu těla ochrnutá (důvod 20 bodů v testu všedních dovedností ADL testu, MMSE je 24 bodů). Je velmi společenská. S ostatními klienty moc do kontaktu nepřijde – má velmi ráda své soukromí. S personálem vychází bez problémů. Má vystudovanou vysokou školu v oboru překladatel / pedagog. Je velmi oblíbená mezi svými kolegy, kteří ji často navštěvují v domově. Má dvě dcery, které za ní se svými dětmi chodí na návštěvu. Pohybuje se v elektrickém pojízdném křesle a všechny úlohy byly prováděny v jejím jednolůžkovém pokoji. Z důvodu dechových obtíží se nemohla účastnit skupinové aktivizace, ač by se jí byla ráda účastnila. Paní MŠ se mého výzkumu chtěla zúčastnit, protože ji zajímal výsledek mé bakalářské práce. Domluvily jsme se spolu na úterý.

Z hodnocení, které jsem v průběhu každého sezení zapisovala do záznamových archů vyplynulo, že paní MŠ byla vždy spokojená se zajímavostí úloh. Náročnost úloh hodnotila také kladně s výjimkou úloh zaměřených na zvuk a na vůni. Úlohy zaměřené na sluch (zvuky) poznala všechny, ale musela si vyžádat obrázkovou nápovědu. Při 3. sezení si spletla jeden ze zvuků města, ale po náhledu na obrázky se opravila. Zvuky z přehrávače dělaly paní MŠ problém i v opakovacím sezení, kdy je hodnotila stejně jako v prvním sezení. Měla problémy rozeznat vůně zeleniny, ale po náhledu do skleničky, ve které se zelenina skrývala, odpověděla správně. Říkala, že paprika je již vyčichlá a má neobvyklou vůni. Co se týká hodnocení koření, známka 2 byla způsobena neznalostí některého koření, ač ho dříve používala. V opakovacím sezení již zodpověděla správně.

Rozeznání zvuků paní MŠ bavilo a pokaždé se těšila, s čím přijdu. Největší úspěch měla u paní MŠ multisensorická aktivizace v 10. sezení - příprava desertu -

piškotový dort s jahodami. Dále se paní MŠ velmi líbily úlohy s poznáváním ovoce a poznání chuti nápojů. Co se týká ostatních úloh, nedělaly paní MŠ žádný problém. Všechny úlohy zvládla na výbornou dle jejího i mého hodnocení.

Paní JR je 85 let, v domově Bethesda je již 4. rokem. Do domova přišla, protože přestávala zvládat chození po schodech v místě, kde bydlela. Je soběstačná, ráda se účastní aktivit pořádaných ergoterapeutkou (skupinová cvičení a pečení), ale je velmi omezována sníženými fyzickými schopnosti (časté pády a bolestí pohybového aparátu).

Komunikace paní JR je velmi přátelská a otevřená. S ostatními klienty vychází bez problémů, podobně jako s personálem. Bydlí na jednolůžkovém pokoji, má ráda svůj klid. Má problémy se spánkem a proto jej dospává během dne. Z tohoto důvodu jsem se s ní domluvila, že naše setkání budou probíhat v pondělí odpoledne (po spánku, který má tradičně po obědě a před kávou). Sezení byla prováděna na jejím pokoji.

Při našem zahajovacím sezení jsem paní JR vysvětlila, o co mi v daném výzkumu jde a jakým způsobem se bude provádět hodnocení. Sdělila jsem jí, že budu vděčná za veškeré její názory na prováděné úlohy.

První sezení proběhlo v pondělí 2. 6. odpoledne. Paní JR byla příjemně naladěna, byla zvědavá, jaká cvičení přinesu. Pexeso paní JR bavilo, nepřipadalo jí nijak těžké. Zvládla rozšířenou verzi (6 párů). Zvuky zvířat poznala bez jakéhokoliv zaváhání „*vyrůstala jsem na statku, takže zvuky mám velmi dobře zapamatované*. Nebyl pro ní problém poznat u kostek v krabici, o jaký tvar se jedná. Podobě zdatná byla i u rozeznání chuti ovoce. U hroznového vína zaváhala, ale jinak všechny druhy ovoce poznala. Nakonec paní JR zhodnotila naše první sezení a trochu jsem si s ní popovídala.

Nálada paní JR byla v 2. sezení (9. 6.) pozitivní, protože se zrovna probudila. Rozstřižený obrázek stačila složit dříve, než jsem se otočila. Všechny texty poznala bez problémů. S úlohou předměty v krabici si poradila velmi rychle – pojmenovávala je a rovnou je dávala na stůl. Při zjišťování vůně zeleniny si nebyla místy vůbec jistá, ani po kouknutí se na lahvičku. Paprika se jí zdála být méně výrazná po cibuli. Přijala jsem její

návrh na změnu, dát nejprve papriku a následně cibuli. Náročnost této úlohy hodnotila stupněm 2.

Při třetím sezení (16. 6.) byla částečně unavená z návštěvy dětí, které ji přišly navštívit o víkendu. Přesto se aktivizace chtěla účastnit. Všechny úlohy hodnotila na známku 1. Jen rozeznat koření (skořici a badyán) ji dělalo problém, nebyla si jím vůbec jistá. Proto zvolila hodnocení 2.

Z úvodního rozhovoru při 4. sezení (23. 6.) jsem zjistila, že má dobrou náladu a že je připravená se účastnit mého sezení. Všechny úlohy se jí líbily. Pozorovala jsem, že jí dělalo problém pochopení úlohy týkající se rozeznání písně. Paní JR hodnotila za náročné rozeznání chutě nápojů. Pivo bylo prý už vyčichlé, tudíž bylo pro ni těžké ho rozeznat i pomocí chuti. Zároveň jsem se s ní domluvila, že příští sezení bude ve čtvrtek, ale že se nemusí obávat nějakého těžkého úkolu, Připravila jsem paní JR, co se bude dít a na co se může těšit.

Při pátém sezení ve čtvrtek 26. 6. proběhla příprava desertu – piškotový dort. Paní JR se tato činnost velmi líbila a říkala, že by si tuto činnost ještě někdy ráda zopakovala. Odpověděla jsem ji, že na závěr všech sezení proběhne ještě jednou příprava desertu.

Šesté sezení (30. 6.) bylo opakováním prvního sezení s výjimkou rozeznání váhy předmětu. Úlohy šly paní JR podobně dobře jako minule. Ale stále považovala rozeznání ovoce jako složitější.

Sedmé sezení (7. 7.) se lišilo se od druhého sezení ve zrakové stimulaci, kdy bylo cílem dát k sobě podobné obrázky se stejným motivem. Všechna cvičení paní JR hodnotila na výbornou s výjimkou vůně zeleniny. Ač se jednalo o opakovanou úlohu, dělala jí vůně zeleniny stále problémy a proto ho hodnotila jako náročné. Následně jsme si pak povídaly.

Osmé sezení (10. 7.) hodnotila paní JR podobně kladně jako třetí sezení. Stále považuje za náročné rozeznání vůně koření. Následně jsme si pak povídaly, kde které koření používala.

Při 9. sezení (14. 7.) byla paní JR po víkendu odpočatá a proto cvičení proběhla bez potíží s výjimkou chuti nápojů. Na sezení a rozhovor po něm se těšila.

K desátému a poslednímu sezení jsme se sešly ve čtvrtek 17. 7. Dělaly jsme s paní JR piškotový dort s jahodami.

Z vyhodnocení známek od paní JR jsem zjistila, že úlohy zaměřené na chuť a čich jsou pro ni nevhodné. Všechny tyto úlohy hodnotila jako náročné. Ostatní úlohy hodnotila kladně známkou 1.

Aktivizace smyslů jí bavily, ale ze všeho nejraději si po sezení povídala. Chybí jí lidský kontakt s okolím. Úlohy, které jsem s ní dělala, ji bavily a některé by si jednou za čas znovu zopakovala, ale nyní to hodnotí, že ještě nepotřebuje trénovat, raději by volila náročnější typ aktivizace. S paní JR se mi velmi dobře spolupracovalo, neboť je to velmi příjemná dáma.

Paní JM je 86 let, je v domově 6 let. Přišla do domova se svým manželem a byla velmi soběstačná. Její manžel před 4 roky zemřel, stav paní se po skončení smutku výrazně zlepšil, začala si zase užívat života, cítila se být uvolněna. Ale v posledních pár měsících se její stav zhoršuje, začaly nastupovat deprese. Sama mi řekla, že i návštěvy jejích dětí ji unavují a nepovzbuzují. Paní JM byla jedinou seniorkou, která nevyžadovala častá sezení. Dokonce mi řekla, že ji příliš vyčerpávám. Když jsem však přišla za ní ve vhodný čas, kdy byla pozitivně naladěna, všechny činnosti jí šly snadno a bavily jí.

Při zhodnocení všech úloh je zřejmé, že jí dělaly z počátku problém sluchové vjemy (rozeznat zvuky zvířat, města) a proto hodnotila náročnost těchto úloh známkou 2. Při opakování cvičení v dalších týdnech již nepociťovala náročnost této úlohy. Poznávání písní hodnotila velmi kladně, protože ráda zpívá a všechny písně znala a dokončila zpěv s písní. Poznání typu textu jí dělalo problém i při opakování. Proto hodnotila tuto úlohu známkou 2. U obou sezení jsem pozorovala špatné pochopení této úlohy, bylo zapotřebí, abych jí vysvětlila zadání několikrát po sobě s názornou ukázkou.

Dále jsem pozorovala, že rozpoznání ovoce paní JM bavilo a zároveň nehodnotila tuto úlohu jako náročnou. Oproti tomu rozeznání chuti nápojů a vůně zeleniny pociťovala jako náročné v obou opakováních. Rozeznávání vůně koření se

zlepšilo při prvním opakování. Přestože často vařila, nedokázala poznat vůni všech typů koření.

Rozeznání předmětů pomocí hmatu šlo paní JM dobře. Určila všechny předměty schované v krabici (lžíce, hrneček, hodinky..) a rovněž poznala tvar schovaných předmětů. Při rozeznání váhy předmětů pociťovala náročnost, ale myslím si, že při dalším opakování by měla všechny činnosti zaměřené na hmat na výbornou.

Co se týká úloh zaměřených na zrak, měla je paní JM v pořádku. Dělaly jí problém pouze některé úlohy (třídění obrázků podle materiálů, domino), které hodnotila jako náročnější. Při opakování těchto úloh je též hodnotila vyšší náročností.

Nejvíce byla nadšena z přípravy desertu, především díky jahodám, které byly v závěrečném sezení. Hned mi navrhovala alternativy, co bychom mohly udělat příště.

Smyslové aktivizace se paní JM líbily, ale přesto na ně někdy dle jejích slov neměla náladu, raději by upřednostnila pouhé popovídání si. Věděla jsem o ní, že má ráda zvířata, takže jsem toho využívala a dávala jsem jí činnosti s obrázky, kde byla zvířata, která mohla být předmětem konverzace.

Paní EZ je 68 let a v domově je prvním rokem. Bydlí na pokoji s paní BJ vedle místnosti sester kvůli neustálé péči, kterou obě seniorky potřebují. Před několika lety utrpěla cévní mozkovou příhodu, od té doby je částečně ochrnuta. Paní EZ je společenská, přesto spíše preferuje klid, spánek a sledování TV. Do kontaktu s ostatními seniory nepřijde, jelikož leží převážně na lůžku. S personálem vychází dobře. Domluvila jsem se s ní, že naše sezení se budou konat v úterý.

První sezení proběhlo v úterý 3. 6. Aktivizační úlohy byly pro paní EZ neobvyklé a nové, proto jejich hodnocení bylo spíše negativní. Dělalo jí problém pochopení daného zadání, proto i moje hodnocení bylo nižší. Jako nejtěžší hodnotila rozeznání zvuků, přestože poznala všechna zvířata (kromě kozy) a to i bez použití obrázků. Nejméně náročná ji přišla ochutnávka ovoce, přestože po poškození mozku má porušené čichové a chuťové vjemy. Ostatní úlohy hodnotila na 2.

Ve druhém sezení (10. 6.) hodnotila úlohy kladně s výjimkou rozstřihaného obrázku Toto cvičení zaměřené na zrak hodnotila známkou 2, jak z hlediska náročnosti i zajímavosti. Rozeznání vůně zeleniny se nezúčastnila.

Všechny úlohy třetího sezení (17. 6.) byly pro paní EZ vhodné, jen úlohu „co k sobě patří“ hodnotila jako náročnější. Rozeznání vůně koření se neúčastnila.

Na čtvrté sezení (24. 6) jsem přišla ve chvíli, kdy se paní EZ koukala na TV pořad. Proto jsem se s ní domluvila, že přijdu později. Odpoledne byla v příjemné náladě a úlohy zvládla relativně úspěšně. Cvičení třídění obrázků dle materiálů hodnotila jaké méně zajímavé. Rozeznání písně hodnotila jako náročné, protože nerada zpívala a proto většinu uvedených písní neznala. Tuto úlohu hodnotila jako méně zajímavou.

Po předchozí domluvě páté sezení proběhlo již ve čtvrtek 26. 6. Během sezení jsme vyráběly desert. Tato úloha se jí velmi líbila a těšila se, až bude moci desert sníst.

Šesté sezení (1. 7.) bylo opakováním prvního sezení s obměnou. Paní EZ nepřipadalo pexeso a zvuky zvířat tolik náročné jako v prvním sezení. Jinak hodnocení zajímavosti zůstalo stejné.

V sedmém sezení (8. 7.) bylo velmi podobné hodnocení jako ve 2. sezení. Neproběhlo žádné zlepšení, jen se jí zdálo náročnější poznání typu textu.

Při osmém sezení (10. 7.) jsem pozorovala určité zlepšení. Zraková úloha (domino) byla pro paní EZ dostatečně zajímavá i nenáročná. Poznání písně bylo lepší než ve 4. sezení, kdy ho hodnotila známkou 3, nyní pouze 2.

Třídění obrázků dle materiálů v 9. sezení (15. 7.) bylo pro paní EZ náročnější než ve 4. sezení.

Poslední 10. sezení proběhlo ve čtvrtek 17. 7, vyráběla s mou pomocí desert s piškoty a jahodami. Tato úloha se jí líbila nejvíce. Jednalo se o praktickou činnost, kterou sama vytvořila a následně viděla její užitek.

Po zhodnocení výsledků ze záznamového archu vyplynulo, že paní EZ nejvíce problémů dělaly zrakové a sluchové úlohy. Úlohy zaměřené na hmat hodnotila velmi pozitivně (známkami 1). Všechny čichové i chuťové úlohy odmítla s tím, že nic necítí.

Na zrak se také vymlouvala, ale po nasazení brýlí na všechny obrázky dobře viděla, ale hodnotila je hůře. Paní EZ je upoutána na lůžko, takže všechna sezení absolvovala v posteli (i přípravu desertu). Cvičení jí bavila, ale musela být dobře motivována. Největší problém v náročnosti paní EZ pociťovala ve zrakové oblasti. Přestože na většinu otázek odpověděla správně, hodnotila úlohy hůře. Další slabinou byl sluch. Nejvíce jí bavily a dařily se jí úlohy zaměřené na hmat.

Paní RK je 85 let a v domově je teprve prvním rokem. Je to velmi milá dáma, která převážnou dne tráví v posteli (s výjimkou skupinových aktivit, kdy je vysazena na křeslo). Bydlí na dvojlůžkovém pokoji a se svou spolubydlící vychází dobře, podobně jako s ostatními seniory. S personálem vychází bez obtíží, paní RK mají rádi. Účastní se skupinových sezení s ergoterapeutkou, která pro seniory připravuje program.

První sezení proběhlo 4. 6. Paní RK dělalo největší problém rozeznání tvarů předmětů, proto náročnost této úlohy ocenila známkou 3 a zajímavost 2. Dále považovala za náročné rozeznání zvuků. Nejlépe hodnocená úloha bylo pexeso.

Ve druhém sezení (12. 6.) považovala skládání rozstříhaného obrázku za méně zajímavou úlohu a hodnotila ji jako náročnější. Podle mého hodnocení této úlohy byla kritičtější než já. Rozeznání vůně zeleniny považovala za náročnou, ale zajímavou. Všechny ostatní úlohy dostaly známku 1.

Všechny úlohy třetího sezení (18. 6.) byly pro paní RK zajímavé. Kromě úlohy najít správný uzávěr láhve, která dostala známku 1, ostatní úlohy hodnotila jako náročnější známkou 2.

Ve čtvrtém sezení (25. 6.) hodnotila rozeznání chutě nápojů jako méně zajímavou, ale zároveň i náročnější. Za náročnější úlohu považovala také třídění obrázků dle materiálů a poznání písně, které hodnotila známkou 2. Rozeznání předmětu obstálo v obou jejich hodnocení na výbornou.

V pátém sezení (27. 6.) jsme s paní RK si připravovaly piškotový dort, který následně snědla. Tato úloha se jí moc líbila a byla by ráda, kdyby si tuto úlohu mohla někdy zopakovat.

Šesté sezení proběhlo dne 2. 7. dopoledne. Úloha zaměřená na zrak – pexeso, bylo stejně úspěšné jako v prvním sezení, rozeznání chutě ovoce bylo hodnocené jako zajímavé. Zdálo se, že paní RK věděla, co se od ní očekává a proto úlohu hodnotila lépe. Úloha zaměřená na hmat – rozeznání váhy předmětu nebyla pro paní RK zajímavá, ale naopak náročnější. Rozeznání zvuku zvířat zůstalo stejné jako v prvním sezení, ale podle mého hodnocení vykonala tuto úloha snadněji.

Úlohy sedmého sezení (9. 7.) byly paní RK hodnoceny jako náročnější s výjimkou rozeznání předmětů v krabici, které hodnotila známkou 1. Všechny úlohy byly pro ní zajímavé. V úloze poznání typu textu se nijak nezlepšila, ale ani nezhoršila ve srovnání s 2. sezením.

V osmém sezení (11. 7.) hodnotila úlohu rozeznání předmětu v hrachu stejně jako ve 2. sezení. Náročnosti ostatních úloh byly hodnoceny známkou 2. Dělalo jí problém provedení úlohy domino, tj. položení stejných obrazců k sobě.

Hodnocení zajímavosti úlohy třídění obrázků podle materiálu bylo v 9. sezení (16. 7.) nižší než ve 4. sezení. Naopak se zlepšilo hodnocení zajímavosti u úlohy rozeznání chutě ovoce. Náročnost byla stále hodnocena známkou 2.

Desáté a poslední sezení proběhlo 18. 7, které bylo opakováním multisensorické aktivizace. Tentokrát jsme vytvářely desert s piškoty a jahodami. Jahody byly pro paní RK příjemným zpestřením. Říkala, že čerstvé jahody neměla už dlouho. Také říkala, že je to příjemné zakončení celé série sezení.

Největší potíže paní RK dělaly úlohy zaměřené na sluch. Z ADL testu základních všedních činností, do kterého jsem měla možnost nahlédnout, má sluch v pořádku a nepotřebuje naslouchátko. Nejspíše se jednalo o špatnou reprodukci zvuku nebo o sníženou intenzitu zvuku, abychom nerušily její sousedku. Další skupinou činností, které jí dělaly problém, byly úlohy zaměřené na zrak (s výjimkou pexesa, které hodnotila známkou 1). Z výsledků je patrné, že všem zadáním jednotlivých úloh rozuměla dobře. Žádnou úlohu nehodnotila známkou 3 dle náročnosti úlohy (s výjimkou rozeznání tvaru předmětů). Nejlépe hodnotila úlohy zaměřené na hmat.

V dalším cvičení bych se pokusila prohloubit a rozšířit dovednosti paní RK. Nejlépe hodnocená byla forma multisensorické aktivizace – příprava desertů. Na každé sezení se velmi těšila. Úlohy, které jsem v rámci jednotlivých sezení s ní prováděla, ji velmi bavily a líbily se jí, ačkoliv její motorika neumožňovala dělat přesně to, co ona chtěla. Přesto se velmi snažila veškeré úkoly splnit, ač byly pro ni složité.

Za paní RK často chodí návštěvy, proto bylo občas složité najít vhodnou dobu na vykonání sezení. Proto také nebylo možné ji zahrnout do skupiny, protože se neshodoval její časový harmonogram s ostatními seniory ve výzkumu

Paní BJ je 83 let, v domově je teprve 1 rok. Její MMSE je jen 12 bodů, což je nejnižší mezi účastníky. Bylo znát, že veškeré její výkony byly snížené ve srovnání s ostatními seniory, kteří měli vyšší MMSE. Je to velmi přátelská a milá paní. S personálem vychází dobře. Je na pokoji s paní EZ. Programu v domově se neúčastní, ergoterapeutka a fyzioterapeutka za ní docházejí. Několikrát v týdnu paní BJ navštěvuje její manžel.

První sezení proběhlo v úterý 3. 6. Úlohy byly pro paní BJ v prvním sezení velmi složité. Proto je hodnotila známkami 2 nebo 3 s výjimkou rozeznání chuti ovoce, které hodnotila známkou jedna. Tato úloha byla pro ní složitá, protože bylo pro ni těžké pochopit, co je smyslem tohoto úkolu a rozeznání daného druhu ovoce. Přesto ji tato úloha bavila. Ostatní úlohy byly dle její měřítka velmi náročné. Bylo zapotřebí je dostatečně vysvětlit a zadání i v průběhu několikrát zopakovat. Jako složité považovala rozeznání zvuků zvířat a rozeznání tvaru předmětů, které se nacházely v krabici. Například při úloze pexeso jsem musela užít zjednodušenou formu. Nejprve jsem dala na stůl 4 dvojice, postupem času jsem jejich počet snížila na 3 a následně jsem je ještě nechávala otočené obrázkem vzhůru. Bylo pro ní složité dát dva stejné obrázky na sebe. Po nějakém čase se jí to podařilo a mohly jsme pokračovat k další úloze.

Ve druhém sezení (10. 6.) nejlépe hodnotila rozeznání předmětů v krabici. V krabici byly známé předměty (lžíce, hrneček...) a proto pro ni nebyl problém je rozeznat a dát je na konkrétní obrázek. Rozeznání vůně zeleniny považovala za nezajímavou a náročnou úlohu, podobně jako rozstříhaný obrázek a poznání typu textu.

Při třetím sezení (17. 6.) měla dobrou náladu a všechny úlohy jí šly celkem dobře. Pouze rozeznání zvuků města jí dělalo určitý problém, proto jej hodnotila jako náročnou a nezajímavou úlohu. Úlohu „co k sobě patří“ hodnotila jako náročnější.

Čtvrté sezení s paní BJ proběhlo 24. 6 již dopoledne, protože paní EZ mohla až odpoledne. Ochutnávku nápojů hodnotila jako velmi náročnou, proto jí dala známku 3. Hodnocení této úlohy dle zajímavosti obstálo na dvojku. Nedařilo se jí vzpomenout na názvy písní, proto je hodnotila známkou 2. Rozeznání předmětu v hrachu ohodnotila jako zajímavé. Bylo pro ni složité pochopit, že v dané misce se ukrývá nějaký předmět, bála se do misky sáhnout a zjistit, co se tam nalézá. Předmět však po nějaké době našla a pojmenovala ho (lžička, hodinky)

Páté sezení (26. 6.) se paní BJ velmi líbilo. Přestože jí dělalo problém dát stejné kartičky na sebe, zvednout naběračku s jogurtovou směsí a nalít ji na piškoty, které předtím dala do misky, jí problém nedělalo. Následně celý desert zasypala kakaem.

Šesté sezení (1. 7.) se jí zdálo být složité. Rozeznání zvuků zvířat bylo pro ni stále složité jako v 1. sezení, kdy jsme tuto úlohu prováděly. Pexeso hodnotila stejně, ale přístup k němu byl mnohem lepší – zvládla tento úkol vyřešit v rychlejším čase. Rozeznání váhy závaží jí přišlo být jednodušší než rozeznání tvarů předmětů, proto jej hodnotila lepší známkou.

V sedmém sezení (8. 7.) hodnotila jako nejméně zábavné a nejnáročnější (známkou 3) poznání textu. Tato úloha jí připadala ještě složitější než minule.

Při osmém sezení (10. 7.) byla dobře naladěna. Zrakové cvičení domino hodnotila průměrně známkou 2. Pochopení této úlohy bylo dobré. Rozeznání předmětu v hrachu bylo hodnoceno stejně, jako když jsme ho prováděli ve 4.sezení. Jako náročnější hodnotila úlohu rozeznání vůně koření, i když ji prvně hodnotila známkou 1.

Většina úloh 9. sezení (15. 7.) byla do značné míry negativně ovlivněna únavou po koupání. Nejnáročnější jí přišlo roztřídit obrázky dle materiálů a také rozeznat chutě nápojů. Nejlépe hodnotila nalezení správného uzávěru ke sklenicím. Sdělila jsem jí, že další sezení ve čtvrtek bude poslední a že budeme vytvářet piškotový desert s jahodami

Poslední 10. sezení, na které se paní BJ velmi těšila, proběhlo ve čtvrtek 17. 7. Když spatřila mísu s jahody, nemohla tomu uvěřit. Její obličej se rozjasnil, hned si brala

lžíci, aby je mohla ochutnat a vzápětí piškot, který ležel vedle. Bylo radost vidět, jak skládala do mísy piškoty a následně nakrájené jahody, jak precizně je dávala na piškoty a následně polévala jogurtem. Několikrát během této činnosti ochutnala. Měla velkou radost z této činnosti.

Paní BJ se velmi snažila, přestože při každém sezení nejprve úlohy odmítala se slovy *já jsem neschopná, běžte za nějakým jiným.* Přesto jsem se snažila jí ujistit, že cvičení zvládne a ve všech případech jsem uspěla. Měla pak radost z toho, co zvládla. Řešení úloh jí trvalo mimořádně dlouho, ale po ukončení činnosti bylo na ní vidět, že je se sebou spokojena. Veškeré úlohy jsem musela přizpůsobit jejím schopnostem tj. méně úkolů ve většině úloh, aby jí úlohy bavily.

4.3 Vhodnost různých úloh zaměřených na jednotlivé smysly

Z hodnocení jednotlivých úloh vyplývá, že úlohy byly vhodně navržené, neboť je mohli absolvovat všichni senioři účastnící se tohoto výzkumu. Některé úlohy však byly náročnější, což se projevovalo horším hodnocením ze strany seniorů nebo sníženou úspěšností seniorů při jejich plnění. U těchto úloh bylo zapotřebí důkladnějšího vysvětlování cíle nebo úpravy obtížnosti úlohy. Senioři s vyšším MMSE uspěli při řešení úloh lépe než senioři s nižším MMSE, což bylo možné předpokládat (viz příloha 3). Naproti tomu jsem nenašla vztah mezi úspěšností seniorů a jejich ADL hodnotami.

4.3.1 Které úlohy zaměřené na zrak jsou vhodné pro seniory?

Do této skupiny úloh patřilo hledání shodných obrázků (pexeso, domino), skládání rozstříhaných obrázků, třídění obrázků podle materiálů zobrazených předmětů nebo podle kategorií jídla a hledání k sobě patřících předmětů. Porovnáme-li získané výsledky, je zřejmé, že senioři byli poměrně úspěšní v porovnání shody obrázků, zatímco určování souvislostí skupin obrázků bylo pro ně trochu obtížnější. Žádná z těchto úloh nebyla neřešitelná ani pro seniory s nižším MMSE.

4.3.2 Které úlohy zaměřené na sluch jsou vhodné pro seniory?

Tyto úlohy zahrnovaly jednak určení druhu reprodukovaného zvuku (zvuky zvířat a města) a dále posouzení obsahu reprodukovaného zvuku (poznání písně, určení typu mluveného textu). Také zde bylo snazší určení původu zvuků než poznání písní a určení druhu reprodukovaného textu. Poslední zmíněná úloha byla pro řadu seniorů tak obtížná, že ji nemohu doporučit pro běžnou smyslovou aktivizaci. Při opakovaní úloh bylo zjištěno zlepšené určování původu zvuků, ale nikoliv poznávání písní a textu.

4.3.3 Které úlohy zaměřené na čich a chuť jsou vhodné pro seniory?

Úlohy byly navrženy tak, aby pracovaly buď se samotným čichovým podnětem (vůně koření a zeleniny) nebo s kombinací chuťových a čichových podnětů (rozeznávání ovoce nebo nápojů). Ze získaných výsledků se nedá soudit, že by jedna či druhá skupina úloh byla pro seniory zajímavější nebo její provedení úspěšnější. Nejlépe hodnocené bylo poznávání chuti a vůně ovoce a vůně koření, které se navíc zlepšilo při opakování úlohy v odstupu 3 – 4 týdnů. Naopak méně oblíbené bylo poznávání nápojů nebo zeleniny, což mohlo být způsobeno volbou nevhodných nápojů či zeleniny pro srovnání. Je zajímavé, že v této skupině úloh byl mnohem menší rozdíl mezi výsledky seniorů s vyšším a nižším MMSE, což mohlo být dáno případnými smyslovými defekty nezávisle na seniorově MMSE. Paní EZ se dokonce kvůli takovému defektu této skupiny úloh neúčastnila s výjimkou ochutnání ovoce.

4.3.4 Které úlohy zaměřené na hmat jsou vhodné pro seniory?

Skupina úloh spočívajících v hmatovém rozeznávání tvaru, povrchu, váhy a velikosti předmětů skrytých zraku byla řešena úspěšněji než úlohy zaměřené na ostatní smysly. Nejtěžší bylo určení váhy předmětů a rozeznávání tvarů předmětů. Je však nutné říci, že u řady úloh zaměřených na hmat se úspěšnost zvyšovala při poskytnutí nápovědy v podobě obrázků zobrazujících rozlišované předměty.

4.4 Posouzení optimální formy smyslové aktivizace

HVO: Jaké formy smyslové aktivizace jsou nejvhodnější pro seniory Domova pro seniory Bethesda v Praze - Horních Počernicích?

Provedený kvalitativní výzkum potvrdil vhodnost užitých úloh smyslové aktivizace pro individuální i skupinový aktivizační program v Domově pro seniory Bethesda. Výjimku tvořilo pouze rozpoznávání typu textu, které nebylo vždy zcela dobře pochopeno. Zjistila jsem, že kombinace čtyř úloh zaměřených na různé smysly v jednom aktivizačním sezení (nebo použití multisensorického podnětu) bylo přijatelné pro celý soubor seniorů účastnících se tohoto výzkumu. Jednotlivé úlohy aktivizačního programu však musely být přizpůsobeny možnostem seniorů z hlediska jejich zdravotního stavu (poruchy motoriky nebo řeči) i podle jejich rozumových schopností (MMSE). Velmi důležité bylo navázání dobrého kontaktu se seniorem, což usnadnilo vzájemnou komunikaci a zlepšilo průběh aktivizace. Významné bylo také důsledné vedení aktivizačního sezení tak, aby se senior po celou dobu držel daného programu.

5. Diskuse

Teoretická část mé bakalářské práce (literární rešerše) ukázala, že existuje řada přístupů ke smyslové aktivizaci seniorů (Livingston a kol. 2005, Padilla 2011, Wehner a Schwinghammer 2013). Byl popsán pozitivní přínos smyslové aktivizace poskytované formou Snoezelen prostoru či Montessori technik na psychický a emoční stav seniorů a to i v případech senilní demence Alzheimerova typu (Lin a kol. 2009, 2010, Wu a kol. 2014). Zatímco při aplikaci Snoezelen prostoru je nesporně pozitivní uklidňující a stimulující vliv vynalézavě obohaceného prostředí, nejdůležitější složkou stimulů založených na principech Montessori, je lidský kontakt mezi pečovatelským personálem a seniorem.

V praktické části bakalářské práce jsem se věnovala kvalitativnímu výzkumu týkajícího se vhodnosti různých aktivizačních činností zaměřených na jednotlivé smysly. Tento výzkum jsem prováděla u 9 seniorů žijících v Domově Bethesda. V tomto domově je nyní 34 seniorů, z nichž mi bylo doporučeno sociálními a zdravotními pracovnicemi 12 osob, které jsem oslovila. Tři z nich jsem musela ze souboru vyloučit pro nezájem nebo zdravotní problémy. Výzkum nebyl genderově vyvážený, protože se ho účastnil pouze jeden muž. Toho času bylo v domově Bethesda sice 7 mužů, z nichž pět bylo sice aktivních s vysokým MMSE, ale navrhované aktivity se jim nezdály být dost zajímavé.

Původně jsem měla v plánu dělat výzkum smyslové aktivizace v malých skupinách po 2-3 seniorech, protože členové skupin by se mohli vzájemně podporovat v aktivitách a došlo by zlepšení jejich komunikace i mimo jednotlivá sezení. Nebylo to však možné vzhledem ke zdravotnímu stavu některých seniorů (časté pády, pocit nedostatku vzduchu, nemožnost opustit lůžko) nebo jejich psychickému rozpoložení. Podařilo se vytvořit pouze jednu tříčlennou skupinu (AH, EK, KK). Domnívám se, že by bylo vhodné, kdyby se smyslová aktivizace propojila s trénováním paměti a tělesnými cvičení. Obě tyto aktivity by mohly zlepšit motivaci seniorů dostavit se na aktivizační sezení.

Hlavní výzkumnou otázkou této bakalářské práce bylo zjistit, jaké formy smyslové aktivizace jsou nejvhodnější pro seniory Domova pro seniory Bethesda v Praze - Horních Počernicích? Proto jsem volila program smyslové aktivizace prostřednictví úloh zaměřených na zrak, sluch, hmat, čich a chuť, které jsem na základě literatury vybrala, upravila a sestavila je do programu, který jsem se seniory osobně prováděla. Činnosti byly navrženy vhodně, protože je senioři nehodnotili negativně a prováděli je celkem úspěšně. Zvýšená náročnost některých úloh by mohla být překonána jejich opakováním za použití vhodných variací, aby tyto úlohy nepřestaly být pro seniory atraktivní. Multisensorická aktivizace je zvláště důležitá pro seniory se sníženými hodnotami MMSE. To se potvrdilo v 5. a 10. sezení (příprava desertu), kdy se rozdíly mezi seniory s vyšším a nižším MMSE podstatně zmenšily. Proto navrhuji, aby u seniorů s vyšším MMSE se uplatnilo zejména skupinové cvičení, které by bylo zaměřené na jejich schopnosti a potřeby.

I když jednotlivé úlohy, které jsem prováděla v průběhu 10 sezení, měly někdy od seniorů horší hodnocení, nenašla se žádná úloha, která by u nich zcela propadla. Všechny úlohy je však zapotřebí upravit pro daného klienta vzhledem k jeho možnostem. Myslím si, že pokud by se aktivizace tohoto typu i nadále prováděla se seniory, mohl by se vylepšit jejich psychický stav a díky tomu i jejich pohled na sama sebe. Dále by pravděpodobně nastalo i zlepšení jejich hodnocení a výkonu v daných úlohách.

Je nutné zdůraznit, že hodnocení zajímavosti a náročnosti úloh podle seniorů se často podobalo mému hodnocení jejich výkonu. Významné rozdíly byly pozorovány pouze u rozeznávání zvuků zvířat a v úlohách zaměřených na chuť a čich, kdy hodnocení úloh seniory bylo horší než moje hodnocení jejich výkonu (příloha 4).

Podle názorů seniorů byla hodnocení nejvyšší v případě úloh zaměřených na hmat, zatímco úlohy orientované na chuť a čich byly hodnoceny nejhůře (příloha 5). Moje hodnocení tak velké rozdíly nepotvrdilo (příloha 5). Podíváme-li se detailně na

úspěšnost jednotlivých úloh, je znát, že největší obtíže působilo určení typu poslouchaného textu, určení materiálů zobrazených předmětů, posouzení váhy a tvaru předmětů. Určité potíže byly pozorovány i při určování chuti ovoce a nápojů v prvních sezeních, což se následně zlepšilo při jejich opakování (příloha 4).

V každé zkoumané úloze (kromě přípravy dezertů) byla podstatně nižší úspěšnost u seniorů s nižším MMSE ve srovnání s ostatními seniory. Senioři s nižším MMSE hodnotili úlohy jako méně zajímavé a namáhavější a také jejich schopnost porozumět úloze a vykonávat ji byla snížena. V celém souboru seniorů byl prokázán velmi těsný vztah mezi jejich MMSE a hodnocením úloh (příloha 3). U seniorů s nižším MMSE byla nejméně postižena výkonnost v úlohách založených na využití hmatu, zatímco v úlohách využívajících ostatní smysly byly zaznamenány mnohem horší výsledky např. při rozeznávání tvaru předmětů, zvuků zvířat a měst resp. při určování chuti ovoce.

Nejúspěšnější úlohou, která byla oceněna naprosto všemi seniory (bez ohledu na jejich MMSE), bylo poslední 10. sezení – příprava jahodového desertu (příloha 4). Sehnala jsem piškoty, tvarohovo-jogurtovou směs, jahody a kakao na posypání. Když senioři uviděli jahody, naprosto se rozzářili. Viděli něco, co znají a mají rádi, mohli desert samostatně připravit a následně ho mohli sníst. Viděli užitek své praktické činnosti. Musím objektivně ocenit, jak obratně senioři dávali do mističek piškoty s jahodami, zalili je jogurtem a posypali kakaem. Bylo vidět jejich soustředění a nadšení z této činnosti.

Seniorům se též líbila ochutnávka ovoce. Když zjistili, jak dobré ovoce mám, chtěli znovu ochutnávat. Použila jsem ovoce, které již dlouho neměli, ale přesto si jeho chuť uchovali v paměti. Naopak rozeznat koření přišlo seniorům těžké. Mohlo to být způsobeno tím, že už dlouho nevařili nebo jsem použila koření, které neznali a nebo ho nikdy nepoužívali.

Na základě zkušeností získaných v tomto výzkumu bych měla několik návrhů. Celkově bych doporučila posílit úlohu obrazové nápovědy, což by mělo význam především u seniorů se sníženým MMSE nebo s poruchami řeči. Pro seniory s vyšším MMSE bych navrhovala doplnit sezení o trénování paměti popisované Suchou (2012) nebo o náročnější úlohy zahrnující hledání souvislostí a vztahů předmětů, činností, dějů apod. Z praktického hlediska by bylo vhodné používané obrázky doplnit suchým zipem na druhé straně, aby mohly být používané na látkové desce také ležícími seniory. Mnou připravené velkoformátové obrázky (10 x 10 cm), které byly zalaminované do tvrdé folie, na nakloněném stole sklouzávaly.

Moje poznatky o důležitosti dobrého kontaktu mezi osobou provádějící aktivizační sezení a seniory, jsou v souladu s literaturou (van Weert a kol. 2005a,b, 2006). Využívání multisensorické stimulace zlepšuje chování pečovatelského personálu vůči seniorům, což se projevuje větší společenskou konverzací, zlepšením neverbálního chování personálu i seniorů, větší autonomií seniorů a jejich menším negativismem atd. Problémem širšího využití multisensorické aktivizace u seniorů je nutnost dostatečného počtu dobře vyškoleného personálu, aby se aktivizační pracovník mohl věnovat seniorům v malých skupinách nebo individuálně. Určitým řešením tohoto problému by mohlo být využití rodinných příslušníků nebo dobrovolníků (van der Ploeg a kol. 2010, 2012, 2014), případně využití méně postižených seniorů jako vedoucích programů pro více postižené spoluobyvatele (Camp a Skrajner 2004). Myslím si, že pestrý a variabilní program smyslové aktivizace, který by byl přizpůsobený potřebám a možnostem seniorů, by byl jistě přínosem pro udržení smysluplnosti života seniorů v Domově pro seniory Bethesda. Kombinace úloh zaměřených na různé smysly nebo užití multisensorických podnětů by přispělo k udržení pozornosti seniorů, a tím i jejich motivace. Program by měl zahrnovat opakování komplikovanějších úloh s různými variacemi tak, aby program seniory neunavoval a neomrzel je. Současně by senioři měli získat pocit, že se jim úlohy daří lépe plnit, což by mělo pozitivní vliv na jejich psychiku. To by odpovídalo principům Montessori technik, které jsou propagovány v publikaci Wehner a Schwinghammer (2013).

6. Závěr

Z mého výzkumu týkajícího se užití různých forem smyslové aktivizace u seniorů v Domově pro seniory Bethesda vyplynulo, že úlohy zaměřené na jednotlivé smysly bylo možné úspěšně použít u všech seniorů i když jejich MMSE bylo snížené nebo jejich zdravotní stav byl zhoršený. Předpokladem úspěšného provádění aktivizačních úloh je patřičná motivace seniora k aktivní účasti na programu, vhodné a dostatečně srozumitelné pomůcky včetně případné obrazové nápovědy a trpělivost aktivizačního pracovníka při vysvětlování smyslu úlohy i jejího provádění. Pozorovala jsem, že uspokojení seniorů z úspěšného dokončení bylo úměrné tomu, kolik snahy a námahy je plnění úkolu stálo.

Patrně nejméně úspěšná byla úloha rozeznat typ předčítaného textu (báseň, próza, bible...). Tato úloha byla jednoduchou záležitostí pro některé seniory s vyšším MMSE, ale i u nich se občas vyskytly problémy. Je zřejmé, že ani opakování této úlohy nepřineslo zlepšení výkonu seniorů ani jejich hodnocení úlohy. Proto by tato úloha měla být vyřazena. Při posuzování vhodnosti zařazení určitých úloh do aktivizačního programu je vždy nutno uvážit schopnosti seniorů, kteří se tohoto programu budou účastnit. Složitější úlohy, náročné na úsudek, logiku a myšlení, jsou atraktivní pro seniory se zachovaným intelektem, zatímco u seniorů s nižším MMSE je třeba využívat spíše jednoduché úlohy nebo zjednodušené varianty složitějších úloh.

Další komplikace mohou nastat při úlohách zaměřených na využití čichu a chuti, protože tyto smysly jsou u některých seniorů porušené. Zde je třeba takové poruchy včas odhalit a postižené jedince těmito úlohami nezatěžovat. Jinou možností je upravit tyto úlohy na multisensorické, zejména zapojením zraku. V takovém případě se vybavuje z dávných vzpomínek chuť, kterou nyní senior již plně necítí. Patrně nejúspěšnější byla skupina úloh zaměřených na hmat, ale i zde je výhodné u některých seniorů zapojit zrak, ať už ve formě obrazové nápovědy nebo přímého pozorování zkoumaných pozorování. Důkazem podporujícím význam multisensorické stimulace

byla sezení s přípravou desertů, v nichž úspěšnost plnění úlohy nebyla zásadně ovlivněna smyslovými defekty ani sníženým MMSE.

Lze předpokládat, že při určité frekvenci opakování úloh v průběhu dlouhodobého aktivizačního programu by se řada obtíží, pozorovaných v mém, výzkumu mohla zmenšit či úplně vytratit. V takovém případě je však nutné najít rozumný poměr mezi opakováním a inovací úloh, aby program účastníky neomrzel. Osobně se domnívám, že úspěch aktivizačních programů hodně závisí na osobě vedoucí aktivizační program, její schopnosti komunikovat se seniory a vcítit se do jejich problémů. Při navázání dobrého kontaktu mezi aktivizátorem a seniory jde mnoho věcí snadněji.

Získané výsledky mohou být využity v domovech pro seniory v rámci přímé péče o seniory tak, aby se zlepšilo nejen využití volného času seniorů, ale i jejich integrace do nového životního a společenského prostředí, v němž se stárnoucí osoby mnohdy obtížně orientují. To vše by mělo napomoci k co nejdelšímu zachování osobní, sociální i věcné integrity jednotlivých seniorů.

7. Seznam použitých zdrojů

Česká literatura

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.

HOLMEROVÁ I, *Aktivní stárnutí*, Čes.geriatrická revue, 2006, č. 4., ISSN 1801-8661

HYCL, J. Oční problematika sénia. Tělesné projevy stáří. V: KALVACH, Zdeněk, Z. ZADÁK, R. JIRÁK a H. ZAVÁZALOVÁ. *Geriatrie a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6, s.: 783 - 792.

JIRÁK Roman. Hodnocení psychických funkcí u seniorů. V: KALVACH, Zdeněk, Z. ZADÁK, R. JIRÁK a H. ZAVÁZALOVÁ. *Geriatrie a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6, s.: 183 - 190.

KALVACH, Zdeněk. Tělesné projevy stáří. V: KALVACH, Zdeněk, Z. ZADÁK, R. JIRÁK a H. ZAVÁZALOVÁ. *Geriatrie a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6, s.: 99 - 103.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KLUK J. Audiologická problematika senia. Tělesné projevy stáří. V: KALVACH, Zdeněk, Z. ZADÁK, R. JIRÁK a H. ZAVÁZALOVÁ. *Geriatrie a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6, s.: 792 - 798.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd. 2., přeprac. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-368-0.

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu: základní metody a aplikace*. Vyd.1. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4.

MOTLOVÁ Lenka, Autonomie, nezávislost a uspokojování potřeb osob vyššího věku, Kontakt 2007.ročník 9, č.2 Print: 1112.4117

PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I.:*Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. 1. vyd., Praha: Portál, 1998. 160 s.

SUCHÁ. Jitka. *Cvičení paměti pro každý den.* Praha: Portál, 2012, 176 s, ISBN 978-80-262-0140-3

SUCHÁ Jitka, JINDROVÁ Iva a Běla HÁTLOVÁ. *Hry a činnosti pro aktivní seniory.* Praha: Portál, 2013, 176 s, ISBN 978-80-262-0335-3

ŠVANCARA, J. Psychická involuce a psychologické aspekty adaptace ve stáří. V: KALVACH, Zdeněk, Z. ZADÁK, R. JIRÁK a H. ZAVÁZALOVÁ. *Geriatrie a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6, s.: 103 - 115.

WEHNER, Lore a Ylva SCHWINGHAMMER. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013, 144 s. ISBN 978-80-247-4423-0.

Internetové zdroje:

ACHTERBERG, Ilse a Linda MESSBAUER. The latest pictures of Snoezelen in Practise at Bernardus Amsterdam. *WorldWideSnoezelen* [online]. [cit. 2014-03-

04]. Dostupné z: http://www.worldwidesnoezelen.nl/en/home-en/item/413-the-latest-pictures-of-snoezelen-in-practise-at-bernardus-amsterdam
KŘIVOHLAVÝ Jaro, Problematika smysluplnosti života v psychologii. In: jaro.krivohlavy.cz [online]. 3.2. 2007 [cit. 24.3. 2013]. Dostupné z: http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii
JURAČKA MICHAL. *Od počátků po současnost: Snoezelen koncept smyslové terapie* [online]. [cit. 2014-03-02]. Dostupné z: http://www.snoezelen-koncept.cz/o-snoezelenu/historie-snoezelenu/ 2010 – 2014
Montessori pomůcky a dřevěné hračky za dostupné ceny. *Montessori hračky* [online]. [cit. 2014-03-05]. Dostupné z: http://montessorihracky.cz/
Poslání domova. *Církev bratrská: Domov pro seniory Bethesda* [online]. [cit. 2014-07-06]. Dostupné z: http://www.cb.cz/diakonie/bethesda/informace/poslani-a-cile
Principy Montessori pedagogiky. *Společnost Montessori* [online]. [cit. 2014-03-05]. Dostupné z: http://www.montessoricr.cz/principy-montessori-pedagogiky
VALENTOVÁ, Andrea. Geriatričtí klienti (osoby s demencí): Senior centrum Bernardus v Amsterdamu. HTTP://SNOEZELEN.SK. [online]. 8.10.2012 [cit. 2014-04_03]. Dostupné z: http://snoezelen.sk/cz/geriatricti-klienti-osoby-s-demenci-senior-centrum-bernardus-v-amsterdamu
Zákon o sociálních službách 108/2006. *MPSV* [online]. [cit. 2014-06-12]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108_2006_Sb.pdf

Zahraniční literatura

BAILLON, Sarah, Erik VAN DIEPEN, Richard PRETTYMAN, Julie REDMAN, Nan ROOKE a Rowena CAMPBELL. A comparison of the effects of Snoezelen and reminiscence therapy on the agitated behaviour of patients with dementia. International Journal of Geriatric Psychiatry. 2004, vol. 19, issue 11. DOI: 10.1002/gps.1208.
BALL J, HAIGHT BK. Creating a multisensory environment for dementia: the goals of a Snoezelen room. Journal of Gerontological Nursing. 2005; vol. 31, issue 10, s. 4-10.
BOTTS, B. H., P. A. HERSHFELDT a R. J. CHRISTENSEN-SANDFORT. Snoezelen(R): Empirical Review of Product Representation. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities. 2008-06-11, vol. 23, issue 3, s. 138-147. DOI: 10.1177/1088357608318949.
CAMP CJ, SKRAJNER MJ. Resident-Assisted Montessori Programming (RAMP): training persons with dementia to serve as group activity leaders. Gerontologist 2004; vol. 44, issue 3, s. 426-431.
CAMP CJ. Origins of Montessori Programming for Dementia. Nonpharmacological Therapy of Dementia 2010;vol. 1, issue 2, s. 163-174.
CLELAND CC, CLARK CM. Sensory deprivation and aberrant behavior among idiots. American Journal of Mental Deficiency. 1966; vol. 71, issue 2, 213-225.
COX H, Burns I, Savage S. Multisensory environments for leisure: promoting well-being in nursing home residents with dementia. Journal of Gerontological Nursing 2004; vol. 30, issue 2, 37-45.

DOWLING, Glenna A., Robert L. BURR, Eus J. W. VAN SOMEREN, Erin M. HUBBARD, Jay S. LUXENBERG, Judy MASTICK a Bruce A. COOPER. Melatonin and Bright-Light Treatment for Rest Activity Disruption in Institutionalized Patients with Alzheimer's Disease. Journal of the American Geriatrics Society. 2008, vol. 56, issue 2. DOI: 10.1111/j.1532-5415.2007.01543.x.

KLAGES, K., A. ZECEVIC, J. B. ORANGE a S. HOBSON. Potential of Snoezelen room multisensory stimulation to improve balance in individuals with dementia: a feasibility randomized controlled trial. Clinical Rehabilitation. 2011-06-22, vol. 25, issue 7, s. 607-616. DOI: 10.1177/0269215510394221.

KONG, Eun-Hi, Lois K. EVANS a James P. GUEVARA. Nonpharmacological intervention for agitation in dementia: A systematic review and meta-analysis. Aging. 2009, vol. 13, issue 4, s. 512-520. DOI: 10.1080/13607860902774394. Dostupné z: http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13607860902774394

LEE MM, CAMP CJ, MALONE ML. Effects of intergenerational Montessori-based activities programming on engagement of nursing home residents with dementia. Clinical Interventions in Aging. 2007; vol. 2, issue 3, s. 477-483.

LETTS, L., J. MINEZES, M. EDWARDS, J. BERENYI, K. MOROS, C. O'NEILL a C. O'TOOLE. Effectiveness of Interventions Designed to Modify and Maintain Perceptual Abilities in People With Alzheimer's Disease and Related Dementias. American Journal of Occupational Therapy. 2011-09-16, vol. 65, issue 5, s. 505-513. DOI: 10.5014/ajot.2011.002592.

LIN, Li-Chan, Man-Hua YANG, Chieh-Chun KAO, Shiao-Chi WU, Sai-Hung TANG a Jaung-Geng LIN. Using Acupressure and Montessori-Based Activities to Decrease Agitation for Residents with Dementia: A Cross-Over Trial. Journal of the American Geriatrics Society. 2009, vol. 57, issue 6, s. 1022-1029. DOI: 10.1111/j.1532-5415.2009.02271.x.

LIN, Li-Chan, Ya-Ju HUANG, Roger WATSON, Shiao-Chi WU a Yue-Chune LEE. Using a Montessori method to increase eating ability for institutionalised residents with dementia: a crossover design. Journal of Clinical Nursing. 2011, vol. 20, 21-22, s. 3092-3101. DOI: 10.1111/j.1365-2702.2011.03858.x. Dostupné z: http://doi.wiley.com/ 10.1111/j.1365-2702.2011.03858.x

LIN, Li-Chan, Ya-Ju HUANG, Su-Gen SU, Roger WATSON, Belina W-J. TSAI a Shiao-Chi WU. Using spaced retrieval and Montessori-based activities in improving eating ability for residents with dementia. International Journal of Geriatric Psychiatry. 2010, vol. 25, issue 10, s. 953-959. DOI: 10.1002/gps.2433.

LIVINGSTON, G., K. JOHNSTON, C. KATONA, J. PATON, C. LYKETSOS. Systematic Review of Psychological Approaches to the Management of Neuropsychiatric Symptoms of Dementia. American Journal of Psychiatry. 2005-11-01, vol. 162, issue 11, s. 1996-2021. DOI: 10.1176/appi.ajp.162.11.1996. Dostupné z: http://ajp.psychiatryonline.org/article.aspx?articleID=177856

OPIE J, ROSEWARNE R, O'CONNOR DW. The efficacy of psychosocial approaches to behaviour disorders in dementia: a systematic literature review. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry. 1999; vol. 33, issue 6, s. 789-799

ORSULIC-JERAS S, JUDGE KS, CAMP CJ. Montessori-based activities for long-term care residents with advanced dementia: effects on engagement and affect. Gerontologist. 2000; vol. 40, issue 1, s. 107-111.

PADILLA, R. Effectiveness of Environment-Based Interventions for People With Alzheimer's Disease and Related Dementias. American Journal of Occupational Therapy. 2011-09-16, vol. 65, issue 5, s. 514-522. DOI: 10.5014/ajot.2011.002600. Dostupné z: http://ajot.aotapress.net/cgi/doi/10.5014/ajot.2011.002600

POL-GREVELINK, A., J.S. JUKEMA a C.H.M. SMITS. Person-centred care and job satisfaction of caregivers in nursing homes: a systematic review of the impact of different forms of person-centred care on various dimensions of job satisfaction. International Journal of Geriatric Psychiatry. 2012, vol. 27, issue 3, s. 219-229. DOI: 10.1002/gps.2719.

ROBINSON, L., D. HUTCHINGS, H. O. DICKINSON, L. CORNER, F. BEYER, T. FINCH, J. HUGHES, A. VANOLI, C. BALLARD a J. BOND. Effectiveness and acceptability of non-pharmacological interventions to reduce wandering in dementia: a systematic review. International Journal of Geriatric Psychiatry. 2007, vol. 22, issue 1, s. 9-22. DOI: 10.1002/gps.1643.

ROLEY SS, DELANY JV, BARROWS CJ, BROWNRIGG S, HONAKER D, SAVA DI, TALLEY V, VOELKERDING K, AMINI DA, SMITH E, TOTO P, KING S, LIEBERMAN D, BAUM MC, COHEN ES, CLEVELAND PA, YOUNGSTROM MJ; American Occupational Therapy Association Commission on Practice. Occupational therapy practice framework: domain & practice, 2nd edition. American Journal of Occupational Therapy 2008; vol. 62, issue 6, s. 625-683.

VAN DER PLOEG, Eva S a Daniel W O'CONNOR. Evaluation of personalised, one-to-one interaction using Montessori-type activities as a treatment of challenging behaviours in people with dementia: the study protocol of a crossover trial. BMC Geriatrics. 2010, vol. 10, issue 1, s. 3-. DOI: 10.1186/1471-2318-10-3.

VAN DER PLOEG, Eva S, Cameron J CAMP, Barbara EPPINGSTALL, Susannah J RUNCI a Daniel W O'CONNOR. The study protocol of a cluster-randomised controlled trial of family-mediated personalised activities for nursing home residents with dementia. BMC Geriatrics. 2012, vol. 12, issue 1, s. 2-. DOI: 10.1186/1471-2318-12-2.

VAN DER PLOEG, Eva S., Helen WALKER a Daniel W. O'CONNOR. The feasibility of volunteers facilitating personalized activities for nursing home residents with dementia and agitation. Geriatric Nursing. 2014, vol. 35, issue 2, s. 142-146. DOI: 10.1016/j.gerinurse.2013.12.003.

VAN WEERT JC, JANSSEN BM, VAN DULMEN AM, SPREEUWENBERG PM, BENSING JM, RIBBE MW. Nursing assistants' behaviour during morning care: effects of the implementation of snoezelen, integrated in 24-hour dementia care. Journal of Advanced Nursing 2006; vol. 53, issue, s. 656-668.

VAN WEERT JC, VAN DULMEN AM, SPREEUWENBERG PM, RIBBE MW, BENSING JM. Behavioral and mood effects of snoezelen integrated into 24-hour dementia care. Journal of the American Geriatric Society 2005A; vol. 53, issue 1, s. 24-33.

VAN WEERT JC, VAN DULMEN AM, SPREEUWENBERG PM, RIBBE MW, BENSING JM. Effects of snoezelen, integrated in 24 h dementia care, on nurse-patient communication during morning care. Patient Education and Counseling 2005b; vol. 58, issue 3, s. 312-326.

VANCE, David a Rebekah JOHNS. Montessori Improved Cognitive Domains in Adults with Alzheimer's Disease. Physical. 2003-6-1, vol. 20, issue 3, s. 19-33. DOI: 10.1300/J148v20n03_02.

VERKAIK, Renate, Julia C. M. VAN WEERT a Anneke L. FRANCKE. The effects of psychosocial methods on depressed, aggressive and apathetic behaviors of people with dementia: a systematic review. International Journal of Geriatric Psychiatry. 2005, vol. 20, issue 4, s. 301-314. DOI: 10.1002/gps.1279.

WU, Hua Shan, Li Chan LIN, Shiao Chi WU, Ke Neng LIN a Hsiu Chih LIU. The effectiveness of spaced retrieval combined with Montessori-based activities in improving the eating ability of residents with dementia. Journal of Advanced Nursing. 2014, DOI: 10.1111/jan.12352.

WU, Ying-Hui a Dick F. SWAAB. Disturbance and strategies for reactivation of the circadian rhythm system in aging and Alzheimer's disease. Sleep Medicine. 2007, vol. 8, issue 6, s. 623-636. DOI: 10.1016/j.sleep.2006.11.010.

8. Klíčová slova

Potřeby seniorů

Smyslová aktivizace

Domov pro seniory

Montessori techniky

Snoezelen

9. Přílohy

Příloha 1 – Záznamové archy jednotlivých seniorů

Příloha 2 – Pomůcky používané při jednotlivých úlohách

Příloha 3 – Celkové hodnocení seniorů ve vztahu k jejich hodnotám MMSE

Příloha 4 – Srovnání hodnocení jednotlivých úloh podle seniorů a podle mne

Příloha 5 – Hodnocení úloh zaměřených na jednotlivé smysly

Příloha 1 - Záznamové archy jednotlivých seniorů

Hodnocení paní AH									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	2.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 2	rozstříhaný obrázek	9.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	1	1	1	1
sezení 3	co k sobě patří	16.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	1	1	1	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	23.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	30.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	7.7.,D	S	K	1	2	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	1	1	1	1
sezení 8	domino	10.7.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	1	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	14.7.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.,D	S	K	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní EK									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	2.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 2	rozstříhaný obrázek	9.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 3	co k sobě patří	16.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	2	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	23.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				2	2	1	1	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	30.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				1	2	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	7.7.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	2	2	2	2
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 8	domino	10.7.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	14.7.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				2	2	1	2	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.,D	S	K	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení pana KK									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	2.6.,D	S	K	1	1	2	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 2	rozstříhaný obrázek	9.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	3	2	2	2
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	2	2	2
sezení 3	co k sobě patří	16.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	2	2	2
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	23.6.,D	S	K	1	2	2	3	2
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	2	2	2
	rozeznat chutě nápojů				1	2	3	3	3
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6.,D	S	K	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	30.6.,D	S	K	1	1	2	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				2	2	1	2	2
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	7.7.,D	S	K	2	2	1	2	2
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	3	2	2	2
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 8	domino	10.7.,D	S	K	1	1	2	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	2	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	14.7.,D	S	K	2	1	1	2	2
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	2	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.,D	S	K	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní MŠ									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	4.6., O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 2	rozstřihaný obrázek	12.6., O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 3	co k sobě patří	18.6., O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	1	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	25.6., O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	1	1	1	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	27.6., O	J	K	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	2.7., O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	9.7., O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	1	1	1	1
sezení 8	domino	11.7., O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	2	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	1	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	16.7., O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	1	1	1	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	18.7., O	J	K	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní JR									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	2.6.,O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	2	1	1	1
sezení 2	rozstříhaný obrázek	9.6.,O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 3	co k sobě patří	16.6.,O	S	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	1	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	23.6.,O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	2	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6.,O	J	K	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	30.6.,O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	2	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	7.7.,O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 8	domino	10.7.,O	J	K	1	1	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	2	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	14.7.,O	J	K	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.,O	J	K	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní JM									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	3.6., O	J	P	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat tvary předmětů				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 2	rozstříhaný obrázek	10.6., O	J	P	1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	2	1	2	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	2	2
sezení 3	co k sobě patří	17.6., O	J	P	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	2	1	2
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	24.6., O	J	P	1	2	1	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6., O	J	P	1	1	1	1	1
sezení 6	pexeso	1.7., O	J	P	1	1	2	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	1	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				1	2	1	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	8.7., O	J	P	1	1	1	2	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	2	2	2	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 8	domino	10.7., O	J	P	1	2	2	1	1
	poznání písně				1	1	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	1	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	15.7., O	J	P	1	2	2	1	1
	rozeznat zvuky města				1	1	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	1	1	1
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.6., O	J	P	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní EZ									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	3.6., D	J	P	2	2	2	2	2
	rozeznat zvuky zvířat				2	3	2	2	2
	rozeznat tvary předmětů				2	3	2	2	2
	rozeznat chutě ovoce				2	1	2	3	2
sezení 2	rozstříhaný obrázek	10.6., D	J	P	2	2	1	2	2
	poznání typu textu				1	1	1	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	2	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				0	0	0	0	0
sezení 3	co k sobě patří	17.6., D	J	P	1	2	2	2	2
	rozeznat zvuky města				1	2	1	2	2
	najít správný uzávěr lahve				1	1	2	1	1
	rozeznat vůně koření				0	0	0	0	0
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	24.6., D	J	P	2	2	2	2	2
	poznání písně				2	3	1	2	2
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	2	1	1
	rozeznat chutě nápojů				0	0	0	0	0
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6., D	J	P	1	1	2	1	1
sezení 6	pexeso	1.7., D	J	P	2	1	2	1	2
	rozeznat zvuky zvířat				2	2	2	2	2
	rozeznat váhu předmětů				2	2	3	2	2
	rozeznat chutě ovoce				2	1	2	2	2
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	8.7., D	J	P	2	2	2	1	2
	rozeznat předměty v krabici				1	1	2	1	2
	poznání typu textu				1	2	2	2	2
	rozeznat vůně zeleniny				0	0	0	0	0
sezení 8	domino	10.7., D	J	P	1	1	2	2	2
	poznání písně				2	2	2	2	2
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	2	1	1
	rozeznat vůně koření				0	0	0	0	0
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	15.7., D	J	P	2	2	2	2	2
	rozeznat zvuky města				1	1	2	1	2
	najít správný uzávěr lahve				1	1	2	1	1
	rozeznat chutě nápojů				0	0	0	0	0
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.6., D	J	P	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne

P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní RK									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	4.6., D	J	P	1	1	2	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	2	2	2
	rozeznat tvary předmětů				2	3	2	2	2
	rozeznat chutě ovoce				2	1	2	3	2
sezení 2	rozstřihaný obrázek	12.6., D	J	P	2	2	1	1	1
	poznání typu textu				1	1	2	2	2
	rozeznat předměty v krabici				1	1	2	1	1
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	2	1
sezení 3	co k sobě patří	18.6., D	J	P	1	2	2	1	2
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	2	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	25.6., D	J	P	1	2	2	1	2
	poznání písně				1	2	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat chutě nápojů				2	2	1	2	1
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	27.6., D	J	P	1	1	2	1	1
sezení 6	pexeso	2.7., D	J	P	1	1	1	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				1	2	1	1	1
	rozeznat váhu předmětů				2	2	2	1	1
	rozeznat chutě ovoce				1	1	1	1	1
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	9.7., D	J	P	1	2	2	1	1
	rozeznat předměty v krabici				1	1	1	1	1
	poznání typu textu				1	2	2	2	2
	rozeznat vůně zeleniny				1	2	1	1	1
sezení 8	domino	11.7., D	J	P	1	2	2	1	1
	poznání písně				1	2	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	1	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	1	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	16.7., D	J	P	2	2	1	1	1
	rozeznat zvuky města				1	2	1	1	1
	najít správný uzávěr lahve				1	1	2	1	1
	rozeznat chutě nápojů				1	2	2	1	2
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	18.7., D	J	P	1	1	1	1	1

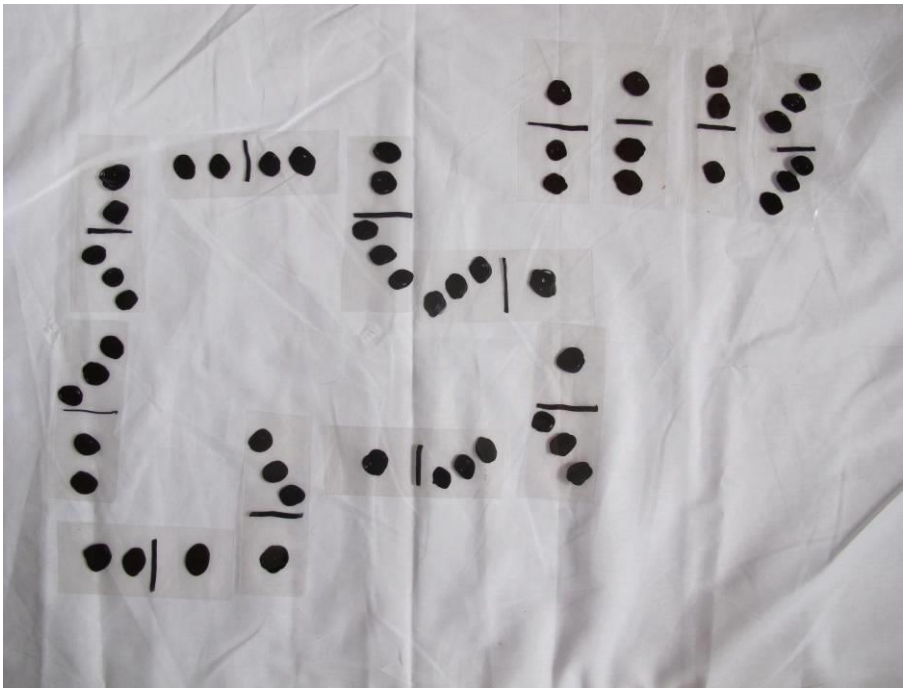
D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Hodnocení paní BJ									
sezení	Aktivita / úloha	datum,D/O	S/J	P/K	Zajímavost úlohy dle seniora	Náročnost úlohy dle seniora	Provedení úlohy podle mne	Pochopení úlohy podle mne	Celkové hodnocení podle mne
sezení 1	pexeso	3.6., D	J	P	2	2	2	2	2
	rozeznat zvuky zvířat				2	3	2	2	2
	rozeznat tvary předmětů				2	3	2	2	2
	rozeznat chutě ovoce				2	1	2	3	2
sezení 2	rozstříhaný obrázek	10.6., D	J	P	1	2	2	1	2
	poznání typu textu				3	2	2	2	2
	rozeznat předměty v krabici				1	1	2	2	2
	rozeznat vůně zeleniny				3	2	2	2	2
sezení 3	co k sobě patří	17.6., D	J	P	1	2	2	2	2
	rozeznat zvuky města				2	2	2	2	2
	najít správný uzávěr lahve				1	1	2	1	2
	rozeznat vůně koření				1	1	1	2	1
sezení 4	třídit obrázky dle materiálů	24.6., D	J	P	1	2	2	3	2
	poznání písně				2	2	1	1	1
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	2	2	2
	rozeznat chutě nápojů				2	3	2	2	3
sezení 5	příprava desertu-piškotový dort	26.6., D	J	P	1	1	2	1	1
sezení 6	pexeso	1.7., D	J	P	2	2	2	1	1
	rozeznat zvuky zvířat				2	3	2	2	1
	rozeznat váhu předmětů				2	2	2	2	2
	rozeznat chutě ovoce				2	1	2	3	2
sezení 7	třídit obrázky dle jídla	8.7., D	J	P	2	2	2	3	2
	rozeznat předměty v krabici				2	1	2	1	2
	poznání typu textu				3	3	3	3	3
	rozeznat vůně zeleniny				2	2	2	1	2
sezení 8	domino	10.7., D	J	P	2	2	2	1	2
	poznání písně				2	1	2	1	2
	rozeznat předmět v hrachu				1	1	2	1	1
	rozeznat vůně koření				1	2	1	2	1
sezení 9	třídit obrázky dle materiálů	15.7., D	J	P	2	3	2	2	2
	rozeznat zvuky města				2	2	2	1	2
	najít správný uzávěr lahve				1	1	2	1	1
	rozeznat chutě nápojů				2	3	2	2	2
sezení 10	příprava desertu-piškotový dort s jahody	17.7.6., D	J	P	1	1	1	1	1

D / O = dopoledne / odpoledne
P / K = postel / křeslo

Příloha 2 – Pomůcky používané při jednotlivých úlohách

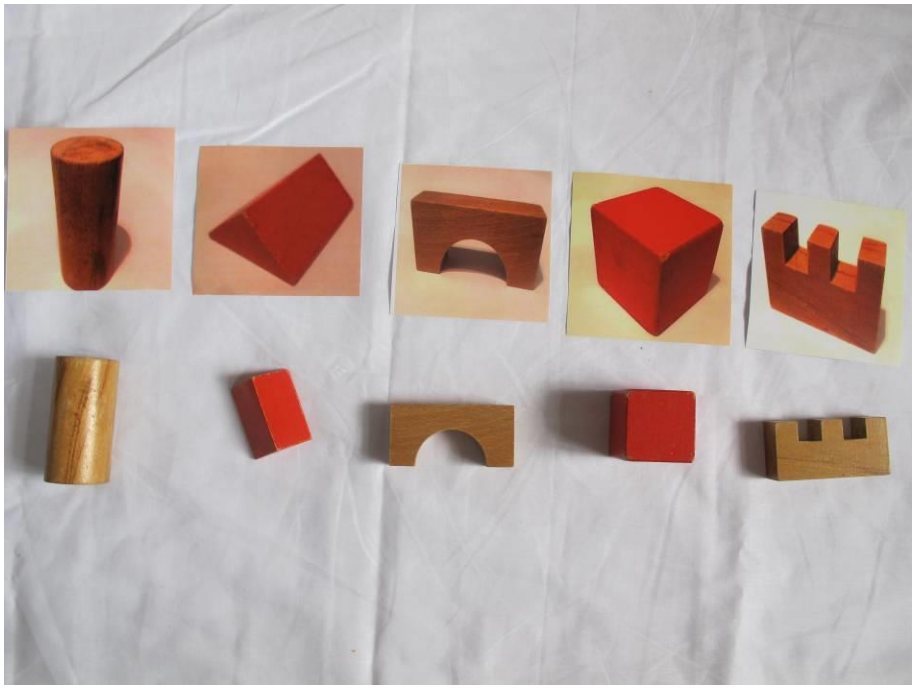
Hledat shodné symboly (domino)



Hledat shodné obrázky (pexeso)

Rozeznat předměty v krabici

Rozeznat tvary předmětů



Třídit obrázky podle materiálu zobrazených předmětů

Najít, co k sobě patří

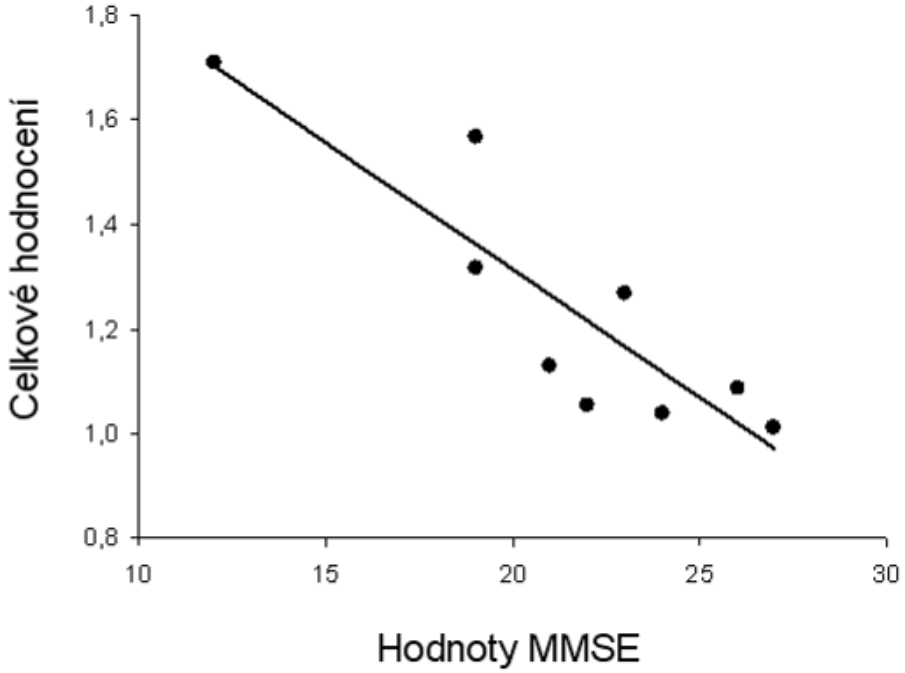
Rozeznat zvuky města a zvířat

Příloha 3 – Celkové hodnocení seniorů ve vztahu k jejich hodnotám MMSE

Iniciály	***MMSE***	***Kategorie hodnocení***					***Průměrné hodnocení***
		Zajímavost úlohy dle seniora	***Náročnost úlohy dle seniora***	***Provedení úlohy dle mne***	***Pochopení úlohy dle mne***	***Celkové hodnocení dle mne***	
AH	27	1,00	1,05	1,00	1,00	1,00	**1,01**
EK	26	1,05	1,25	1,00	1,08	1,03	**1,09**
MŠ	24	1,00	1,18	1,00	1,00	1,00	**1,04**
KK	23	1,08	1,38	1,25	1,35	1,28	**1,27**
JR	22	1,00	1,20	1,00	1,05	1,00	**1,05**
JM	21	1,00	1,36	1,09	1,11	1,06	**1,13**
EZ	19	1,36	1,51	1,84	1,50	1,60	**1,57**
RK	19	1,15	1,55	1,44	1,23	1,20	**1,32**
BJ	12	1,63	1,72	1,87	1,65	1,68	**1,71**

Zdroj: Vlastní výzkum.

Data uvedená u jednotlivých seniorů jsou průměrem hodnocení, která byla získána v daných kategoriích při zpracování všech 34 úloh.



Vztah mezi hodnotami MMSE a celkového hodnocení jednotlivých seniorů. Korelační koeficient r = -0.881, n = 9, p<0.002.
Zdroj: Vlastní výzkum.

Tabulka a obrázek dokumentují významný vztah mezi průměrným hodnocením seniorů v celém souboru zkoumaných úloh a jejich MMSE hodnotami. Podobný vztah mezi MMSE a hodnocením seniorů byl prokázán v každém jednotlivém sezení. Na obrázku lze vidět podstatně sníženou výkonnost seniorů s MMSE do 20 bodů. Senioři s nižším MMSE hodnotili úlohy jako méně zajímavé a namáhavější a také jejich schopnost porozumět úloze a vykonávat ji byla snížena .

Příloha 4 - Srovnání hodnocení jednotlivých úloh podle seniorů a podle mne

Sezení	Aktivita (úloha)	Hodnocení podle seniorů	Hodnocení podle mne	Párový T-test N = 9
Sezení 1	Pexeso	1,22±0,15	1,30±0,14	NS
Sezení 6		1,17±0,12	1,19±0,08	NS
Sezení 4	Třídit obrázky dle materiálů	1,33±0,12	1,48±0,20	NS
Sezení 9		1,50±0,19	1,33±0,15	NS
Sezení 2	Rozstřihaný obrázek	1,28±0,15	1,15±0,10	NS
Sezení 3	Co k sobě patří	1,17±0,08	1,30±0,15	NS
Sezení 7	Třídit obrázky jídla	1,39±0,16	1,37±0,15	NS
Sezení 8	Domino	1,22±0,12	1,30±0,12	NS
Sezení 1	Rozeznat zvuky zvířat	1,61±0,18	1,34±0,17	0,050
Sezení 6		1,33±0,18	1,19±0,13	0,043
Sezení 2	Poznání typu textu	1,33±0,19	1,39±0,16	NS
Sezení 7		1,56±0,21	1,72±0,22	NS
Sezení 3	Rozeznat zvuky města	1,39±0,11	1,19±0,13	NS
Sezení 9		1,22±0,12	1,15±0,10	NS
Sezení 4	Poznání písně	1,33±0,19	1,17±0,12	NS
Sezení 8		1,28±0,12	1,22±0,12	NS
Sezení 1	Rozeznat chutě ovoce	1,22±0,09	1,44±0,22	NS
Sezení 6		1,17±0,08	1,26±0,17	NS
Sezení 3	Rozeznat vůně koření	1,38±0,08	1,38±0,12	NS
Sezení 8		1,31±0,09	1,08±0,05	0,028
Sezení 2	Rozeznat vůně zeleniny	1,56±0,14	1,38±0,15	NS
Sezení 7		1,44±0,11	1,08±0,08	0,003
Sezení 4	Rozeznat chutě nápojů	1,69±0,15	1,46±0,26	NS
Sezení 9		1,63±0,15	1,29±0,12	0,016

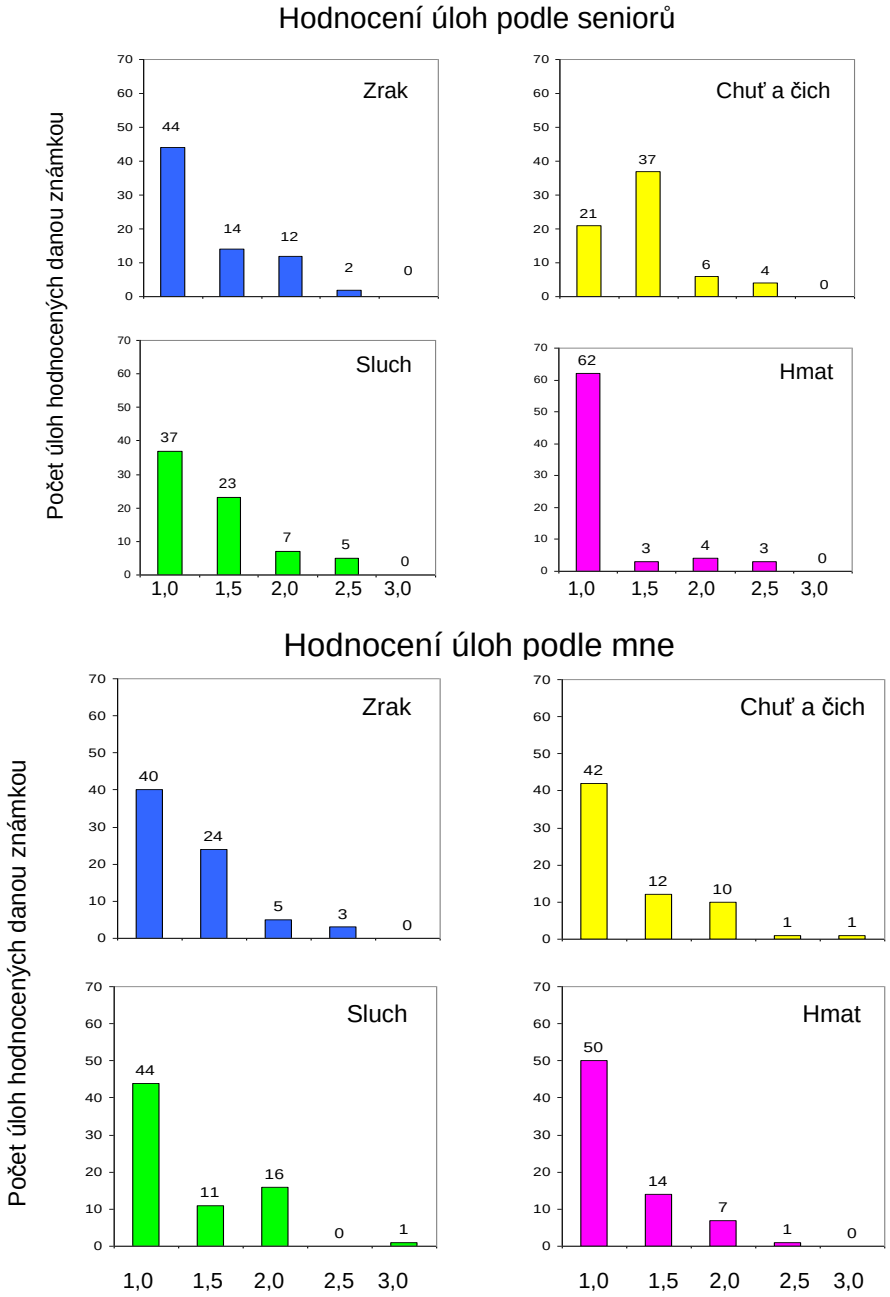
Sezení 2	Rozeznat předměty v krabici	1,00±0,00	1,19±0,11	NS
Sezení 7		1,06±0,06	1,15±0,10	NS
Sezení 3	Najít správný uzávěr láhve	1,00±0,00	1,11±0,08	NS
Sezení 9		1,00±0,00	1,11±0,06	NS
Sezení 4	Rozeznat předmět v hrachu	1,00±0,00	1,26±0,14	NS
Sezení 8		1,00±0,00	1,07±0,05	NS
Sezení 1	Rozeznat tvary předmětů	1,50±0,25	1,34±0,17	NS
Sezení 6	Rozeznat váhu předmětů	1,56±0,15	1,37±0,17	NS
Sezení 5	Příprava desertu	1,00±0,00	1,13±0,06	NS
Sezení 10		1,00±0,00	1,00±0,00	NS

Zdroj: Vlastní výzkum.

Data (vyjádřená jako průměr ± SE) jsou počítána z průměrného hodnocení jednotlivých úloh u všech seniorů účastnících se výzkumu. Barevné rozlišení označuje zaměření úloh na jednotlivé smysly – modrá (zrak), zelená (sluch), žlutá (čich a chuť), růžová (hmat) a červená (multisensorická sezení). NS – nesignifikantní rozdíl ($p>0,05$).

Srovnání hodnocení jednotlivých úloh podle seniorů a podle mne (Tab. 7) ukazuje jen málo případů, v nichž se tato hodnocení významně liší. Kromě rozeznávání zvuku zvířat se jedná o některé úlohy zaměřené na chuť a čich. Ve všech těchto případech bylo hodnocení seniorů negativnější než moje hodnocení.

Příloha 5 – Hodnocení úloh zaměřených na jednotlivé smysly



Zdroj: Vlastní výzkum. Data jsou frekvence průměrného hodnocení jednotlivých úloh podle seniorů a podle mne.

Získané výsledky ukazují, senioři hodnotili nejlépe úlohy zaměřené na hmat a nejhůře úlohy zaměřené na chuť a čich. Moje hodnocení, tak výrazné rozdíly neprokázalo.