

≈ SMYSLOVÁ AKTIVIZACE

≈

Smyslovou aktivizaci chápeme jako možnost „žít všemi smysly“ - cítit všemi smysly, prožít a vnímat prostřednictvím barev, zvuků, dotyků, chutí a vůní.

Koncept smyslové aktivizace je zvláště vhodný pro seniory a pro osoby s demencí, neboť cílenou podporou zajistí uspokojení jejich individuálních potřeb.

Smyslová aktivizace oslovuje **smysly člověka**, které jsou klíčem k jeho vlastním schopnostem. K aktivizaci se využívají předměty a činnosti běžného dne. Mohou to být důvěrně **známé obrázky, slova, vůně, zvuky, hmatem poznávané předměty všedního dne, vůně bylinek, obvyklé pohybové činnosti nebo známé texty písní**. Prostřednictvím těchto podnětů znovu **vyvoláme vzpomínky, probudíme paměť** a umožníme verbální a neverbální komunikaci. Cílem je uspokojení potřeb, udržení kvality života a zajištění smysluplného a plnohodnotného života ve stáří.

Smyslová aktivizace pracuje s pojmy:

smyslová – tzn. vnímání pomocí smyslů – zrak, hmat, čich, chuť a sluch
aktivizace – má za cíl člověka znovu aktivovat, rozpohybovat, motivovat, aby mohl spoluutvářet svůj život i ve stáří a dále se účastnit na životě společnosti.

Cílem smyslové aktivizace je:

- zachovat či zlepšit **orientaci v čase a místě**
- udržet si **slovní zásobu**

- udržet si schopnost **provádět činnosti běžného dne**
- udržet nebo obnovit **vlastní kompetence** (sebedůvěra, samostatnost), **věcné kompetence** (zůstat co nejdéle a co nejvíce soběstačný) a **sociální schopnosti** (vytváření kontaktu s ostatními lidmi, zachování vazby s rodinou a přáteli)
- zlepšit jemnou a hrubou **motoriku**, schopnost **koordinace pohybu**
- udržet nebo obnovit **svoje schopnosti a vlastní sílu**
- aktivizací vlastní osoby si **udržet pocit radosti** ze života
- otevírání se **novým věcem** i ve stáří, prostřednictvím celoživotního učení.

Aktivizace probíhá ve **skupině** nebo **individuálně**.

Stimulace zraku: Pomocí zraku získáváme nejvíce informací, právě proto máme v této oblasti nejširší záběr možností pro stimulaci. Vizuální stimulace může zahrnovat světlo, barvu, tvar nebo pohyb, nebo kombinaci těchto prvků (např. jemná světla, barevné malby, přírodopisné filmy, blikající vánoční stromečky, západ slunce). Některé zrakové podněty mohou navíc stimulovat paměť: západ slunce může klientovi připomenout vzpomínku na podobný západ slunce v jeho minulosti. Proto dbáme na vizuálně podnětné prostředí (obrázky, fotografie, barvy v pokojích klientů).

Stimulace sluchu: Velký vliv na zlepšení nálady, uvolnění a udržení paměti má velmi často terapie hudbou. Poslech milých písniček a hudby, kterou klienti znají ze svého mládí, může navodit příjemnou atmosféru a vyvolat příjemné vzpomínky. Klienti s Alzheimerovou

nemocí si pamatují texty písní a užívají si zpěv dlouho poté, co přijdou o jiné komunikační dovednosti a vzpomínky. Zpívání může současně stimulovat paměť. Mnohdy je využívána jen pasivní stimulace sluchu formou naslouchání a sledování rytmu.

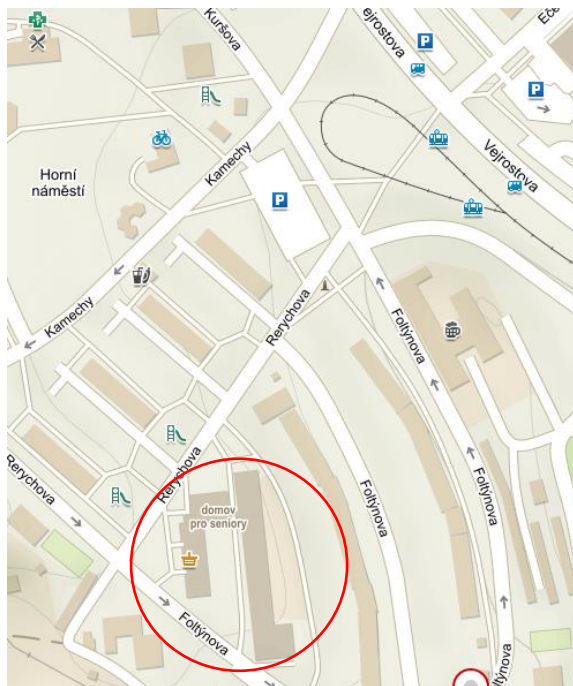
Stimulace chuti: Chuť je v mnoha ohledech nejpříjemnější z našich smyslů. Je velmi těsně navázána na vůni a může vést k rozpamatování se. Oblíbené jídlo, které klient neměl dlouhý čas, může uvolnit záplavu vzpomínek. Ke stimulaci lze použít zejména potraviny s výraznou chutí, dále koření či bylinky, které jídlu dodávají zajímavost a různorodost. Zajímavé je využití netradičních potravin např. exotického ovoce.

Stimulace čichu: Některé z nejsilnějších vzpomínek a asociací může spouštět aroma. Vůně, kterou si spojujeme s událostí nebo momentem v minulosti, nás často přenesou do tohoto okamžiku. Aromaterapie může mít zklidňující nebo naopak povzbuzující účinky. Vhodné je např. použití levandule, meduňky, máty. Vůně čerstvého chleba, dýmu z táboráku, vůně vánočních jídel, speciální parfém, vůně rozkvetlých jabloní nebo koláčů plnicí dům vyvolává krásné vzpomínky v mnohých z nás.

Stimulace hmatu: Všechno, čeho se dá dotknout a všechno, co se může dotknout nás, může být stimulující. Každý pevný objekt má texturu, teplotu a tvar. Lze použít předměty hladké nebo drsné, tvrdé i měkké, chlupaté aj. Pasivní stimulací jsou pak různé masáže.

**Pokud máte zájem o více informací
týkajících se smyslové aktivizace,
kontaktujte nás.**

Kde nás najdete?



Kontakty

Vrchní sestra:

734 608 380

e-mail:

dpdmarta@volny.cz

Sociální pracovnice:

546 220 040, 733 131 396

e-mail:

dsfoltynova@volny.cz

Ředitelka:

732 930 818

e-mail:

dpdfoltynova@volny.cz

www.fol.brnod.s.cz

B | R | N | O



**SMYSLOVÁ AKTIVIZACE
V DOMOVĚ PRO SENIORY**

**INFORMACE PRO KLIENTY,
RODINY A BLÍZKÉ OSOBY**

