

Skutočnosť versus rozprávka
„Zmyslová aktivizácia otvára nové obzory, dáva zmysel klientom, ale aj práci s týmito klientmi. Tento koncept totiž ponúka nové možnosti v starostlivosti o seniorov. Ide o prirodzenú cestu v orientácii časom a priestorom pomocou ponuky jedál, upraveným prostredím, oblečením, štítkami na dverách atď.. Tým, že ľudia trpiacich demenciou prirodzene orientujeme, prinášame im pocit istoty a opory,“ vysvetľuje riaditeľka OZ Mosty Integrácie, Martina Ondrejková, členka Predstavenstva Slovenskej komory sociálnych pracovníkov a asistentov sociálnej práce. **Ako príklad nesprávneho prístupu (v rámci prirodzenej orientácie časom) k takto chorým seniorom uvádza to, ak mu v decembri prinesieme jahody. „On ich samozrejme s radosťou bude jesť,**

„K zmyslovej aktivizácii som sa dostala na jednej konferencii. Mala som vtedy silnú potrebu porozumieť ľuďom s ochorením demencie a vidieť svet ich očami. Na tejto konferencii som si vypočula prednášku Hany Vojtovej a poobede som sa zúčastnila na workshope. Kúpila som si knihu *Smyslová aktivizace* od Lore Wehner a Ilvy Schwinghammer, ktoré predstavili zmyslovú aktivizáciu pre osoby veľmi staré alebo klientov trpiacich demenciou. Neskôr som absolvovala kurz zmyslovej aktivizácie level 1 a level 2, ktoré som zároveň organizovala ako zástupkyňa Slovenskej komory sociálnych pracovníkov a asistentov sociálnej práce v spolupráci s *Institutem Smyslové aktivizace* v ČR, ktorého zakladateľkou je Ing. Mgr. Hana

JEDNA
Z ODPOVEDÍ
JE ZMYSLOVÁ
AKTIVIZÁCIA



AKO MÔŽU AJ VÁŽNE CHORÍ SENIORI PREŽIŤ DÔSTOJNÝ ZÁVER ŽIVOTA?

ale keď sa pozrie z okna a uvidí padať sneh, alebo uvidí rozsvietený vianočný stromček, nebude mu to dávať zmysel. Naši seniori neboli zvyknutí na jedenie jahôd v zime,“ vraví s tým, že pred mnohými desiatkami rokov boli jahody v zime len záležitosťou rozprávok. Martina Ondrejková sa k zmyslovej aktivizácii dostala vlastne len náhodou, odskúšala ho a dnes je presvedčená, že je to najlepšia cesta. Snaží sa ho preto viac propagovať na Slovensku.

Vojtová,“ spomína riaditeľka OZ Mosty integrácie.

Rešpekt a láska

V Česku je zmyslová aktivácia oveľa bežnejšou praxou ako u nás aj vďaka spomínanej Hane Vojtovej. Pred 15-timi rokmi, v čase, keď začala pracovať na pozícii riaditeľky zariadenia pre seniorov, to tak nebolo. Ako sama vraví, starostlivosť o ľudí s demenciou sa jej vôbec nepáčila.

„Nepracovalo sa s nimi, najradšej ani nerozprávalo, boli tlmení liekmi a ideálne „zastlaní“ do postele. To bola bežná starostlivosť v Čechách. Chcela som to zmeniť. Jazdila som do zahraničia, aby som videla, že sa dá s ľuďmi s demenciou pracovať. Poznala som zmyslovú aktivizáciu ako formu aktivizácie klientov v Rakúsku, priniesla ju do Česka. Keďže samotná aktivizácia nestačila, vedela som, že sa nemôžem o človeka s demenciou správne starať

LÁSKA, ALE AJ ÚCTA, REŠPEKT A DÔSTOJNOSŤ. KTO Z NÁS BY NECHCEL JESEŇ ŽIVOT PREŽIŤ OBKLOPENÝ ĽUĎMI, KTORÍ MU PRÁVE TOTO PONÚKAJÚ? MALO BY TO BYŤ SAMOZREJMÉ. AJ VTEDY, KEĎ JE SENIOR STARÝ, NEVLÁDNÝ, ZMÄTENÝ. MOŽNO CHOROBOU, KTORÁ MU UŽ ZNEMOŽŇUJE RIADNE VNÍMAŤ REALITU. VTEDY SA ALE JEHO RODINNÝM PRÍSLUŠNÍKOM ČI INÝM ĽUĎOM, KTORÍ SA OŇHO STARAJÚ, LAHKO MÔŽE STAŤ, ŽE SKLZNU DO RUTINY, ŽE S NÍM KOMUNIKUJÚ AKO S MALÝM DIEŤAŤOM, JEDNODUCHO – NEROZVÍJAJÚ VŠETOK POTENCIÁL, KTORÝ AJ TAKÝTO SENIOR MÁ. PODĽA MNOHÝCH NÁZOROV JE ODPOVEĎOU NA TO, AKO TOMU PREDÍŠŤ ZMYSLOVÁ AKTIVIZÁCIA.



len pár hodín v týždni. A tak som čítala najnovšie knihy o demencii, stretávala som sa s odborníkmi, cestovala som na zahraničné stáže. Začala som skladať čriečky, overovala som všetko v praxi domova seniorov, ktorý vediem. Nakoniec som pre české prostredie vypracovala systém starostlivosti a aktivizačný „Koncept Smyslové aktivizace pro seniory a osoby s onemocněním demencií“. Ak ho geriatrické zariadenie prijme, tak prijíma aj jeho filozofiu a myšlienku starostlivosti o človeka s úctou, rešpektom a láskou,“ pripomína autorka Konceptu Smyslové aktivace Hana Vojtová.

„Ak chceme, aby sa senior sám najedol, tak túto schopnosť pripomínáme v aktivizácii. Najprv asistovanou starostlivosťou, a to tak dlho, kým si návyk znovu aktívne nepripomenie. Potom som šla ešte ďalej. Chcela som, aby sa senior cítil skutočne ako doma. Pokiaľ sa tak má cítiť, musí prichádzať do izby, ktorá poznáva ako svoj domov. Kde sú jeho fotky, obrusy, hrnčeky, kreslo. Kde spoznáva posteľ vďaka svojej obliečke. A takto musia pripraviť izbu jeho blízki ešte pred príchodom do domova. Je to začiatok budovania spolupráce s rodinou. Je dôležité poznať ich predstavy o starostlivosti a musíme im viesť po-

Starí ľudia trpiaci demenciou alebo iným podobným ochorením laicky povedané „zabudli“ na niektoré činnosti. Nenadarmo sa preto zvyknú prirovnávať k malým deťom. Niektoré činnosti sa jednoducho musia učiť nanovo. Cieľom tohto konceptu je opätovne prebudiť ich zmysly.

vedať, čo môžeme zvládnuť a čo už nie. Vravíme tým rodine, že to oni sa starajú aj naďalej, my im iba pomáhame. Mením tým dlhodobý zažitý pohľad rodín, ktoré často predpokladajú, že dávajú svojho blízkeho do starostlivosti domova seniorov a ich úlohou je chodiť kontrolovať, či je všetko podľa ich predstáv,“ vysvetľuje priekopníčka zmyslovej aktivácie v Českej republike.

Ťažké začiatky

Ak je u našich západných susedov zmyslová aktivácia oveľa rozšírenejšia, je to len preto, že Hana Vojtová vytvorila Koncept Smyslové aktivizace v celej jeho komplexnosti. Ide o nový prístup starostlivosti o klientov, ktorý sa roky snažila dostať do povedomia. Urobila v tomto smere obrovský kus práce a vďaka nej tisíce seniorov prežilo a prežíva záver svojho života oveľa dôstojnejšie. Ani v Česku však nebolo jednoduché zmeniť vžitý spôsoby starostlivosti. „Na začiatku som sa stretla s nezáujmom. Mnoho ľudí ma od zámeru zmeniť

zažité formáty starostlivosti odradzovalo s tým, že veď sa to toľko rokov robilo takto, tak načo to meniť. Takisto v domove, ktorý vediem, som sa najskôr stretla s neochotou. Rok som vysvetľovala a potom som sa s tými, ktorí nechceli zmeniť svoj prístup, rozlúčila. Vytvorila som postupne tím ľudí, ktorí sa o človeka dokážu starať s úctou, rešpektom a láskou,“ dodáva Hana Vojtová.

Slovensko takáto zmena myslenia ešte len čaká. Aj preto, aby sa s týmto konceptom zoznámilo čo najviac obetavých ľudí, ktorí pracujú v zariadeniach sociálnych služieb, zorganizovala Martina Ondřejková ešte pred letom konferenciu v obci Veľká Čalomija. Mala úspech, prišli zástupcovia mnohých zariadení z celého Slovenska.

„Čo si sľubujem od konferencie? Očakávam zmenu v nás, ochotu začať od seba. Priznať si, že sa to dá robiť lepšie. Zmyslovú aktivizáciu a jej poslanstvo budem určite ďalej šíriť. Občianske

združenie Mosty Integrácie

pripravuje na jeseň viacero aktivít súvisiacich so starostlivosťou o seniorov a vzdelávaním pracovníkov v sociálnych službách,“ vysvetľuje riaditeľka OZ Mosty Integrácie.

Hviezdna inakosť

A prečo to robí? Ako sama dodáva, práca s najzra-

nitelnejšími ju naplňa a obohacuje úplne najviac. Podľa nej vidia priamo do srdca. „Vedia, že moju pozornosť a záujem o nich nehrám. Nesúdim ich. Neponáhľam sa. Dávam im toľko času, koľko potrebujú. Nepoznám agresívneho s ochorením demencie. **Nerada počúvam o agresívnych senioroch. V prípade, že sa na nás zaženú rukou je to naša chyba v komunikácii. Sú bezmocní a často už nevedia vyjadriť svoje pocity slovami. Cítia sa byť nami nepochopení. Často počujem, že on/ona nám to robí naschvál. Určite nie. Ľudia s ochorením demencie už nič nehrajú. Vyjadrujú a robia to čo cítia. Nemajú v úmysle nám ublížiť.** Pomôžem si výrokom od Eda Robertsa, zakladateľa hnutia Independent Living, ktorý mal sám zdravotné postihnutie: Byť iný neznamená nutne niečo negatívne. Byť iný znamená napríklad byť hviezdou,“ uzatvára Martina Ondřejková.

Eva Sládková