

KOMUNIKACE SENIORY II.

Kontakt: Mgr. Silvie Quisová, Ph.D. - silvie.quisova@fvp.slu.cz

Požadavky:

- Seminární práce – zpracování úkolů ze skript dle pokynů vyučující
- Zápočet – ústní zkoušení se zaměřením na znalost pojmů, kontextu a metod v rámci zpracované seminární práce

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Optimalizace KP se seniorem:

- optimální podmínky pro komunikační kanál
- představení a oslovení
- vhodné kódování
- jasnost, srozumitelnost, jednoznačnost VK
- slovník
- načasování
- proxemika, haptika, oční kontakt
- vhodná míra gestiky a mimiky

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

<https://www.youtube.com/watch?v=w7XbZKh3wbU>

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Optimalizace KP se seniorem:

- komunikace tváří v tvář
- pozitivní potenciál gestiky
- paralingvistika
- autentičnost a kongruence
- vzhled pracovníka
- mentální kapacita a kognitivní schopnosti
- informace
- kladení otázek

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Optimalizace KP se seniorem:

- jazyková správnost a kultura
- forma dorozumívání
- práce s časem
- předsudky, stereotypy, ageismus
- naslouchání, ne hodnocení
- být připraven
- říct si o zopakování
- vyjadřování pocitů a potřeb
- zpětná vazba
- pocit užitečnosti
- práce s tichem

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

SKUPINOVÁ KOMUNIKACE SE SENIORY

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

KOMUNIKACE SE SENIORY

<https://www.youtube.com/watch?v=ziH7MPoLs-E>

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

SKUPINOVÁ KOMUNIKACE SE SENIORY



KOMUNIKACE SE SENIORY II.

DĚLENÍ KOMUNIKACE:

záměrná x nezáměrná

vědomá x nevědomá

kognitivní x afektivní

pozitivní x negativní

shodná x neshodná

asertivní x agresivní x manipulativní x pasivní

intrapersonální x interpersonální (skupinová, masová)

jednosměrná x dvousměrná

bezprostřední x zprostředkovaná

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

DĚLENÍ KOMUNIKACE:

záměrná x nezáměrná

vědomá x nevědomá

kognitivní x afektivní

pozitivní x negativní

shodná x neshodná

asertivní x agresivní x manipulativní x pasivní

intrapersonální x interpersonální (skupinová, masová)

jednosměrná x dvousměrná

bezprostřední x zprostředkovaná

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

ZNAKY MALÉ SKUPINY:

interakce a komunikace
blízké nebo shodné cíle či hodnoty
očekávání naplnění individuálních cílů
skupinová struktura (pozice, role)
normy

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

VLASTNOSTI MALÉ SKUPINY:

stabilita
kompaktnost (integrace)
koheze (soudržnost)
atraktivnost skupiny pro jedince
stálost (stabilita) v čase
autonomie
velikost
intimita vztahů
uzavřenost
složení skupiny
hodnotová orientace
míra uspokojení
stupeň libosti
míra kontroly

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

STRUKTURA MALÉ SKUPINY:

**místo ve skupině – pozice
prestiž = sociální status
sociální role**

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

NORMY X PRAVIDLA SKUPINY

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

SKUPINOVÁ DYNAMIKA

Cíle, normy, struktura, pozice a role ve skupině, vůdcovství, koheze a tenze, projekce, podskupiny, interakce, vývoj vztahů i celé skupiny v čase.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Pozitivní vliv koheze byl zjištěn i na spokojenost členů skupiny, koheze zvyšuje pocit bezpečí, redukuje úzkost, přispívá k pozitivnímu individuálnímu sebehodnocení, vzájemné akceptaci, důvěrnosti, porozumění a poskytování vzájemné podpory.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

JAK PODPOROVAT SKUPINOVOU KOHEZI:

- uspokojování osobních potřeb
- soulad skupinových cílů s individuálními cíli
- výhody, přínos, užitek, sympatie, přitažlivost
 - motivace ke členství
 - přátelská atmosféra
 - prestiž skupiny, prestiž jedinců
- atraktivnost skupinových aktivit, sdílení společných zážitků, zpětná vazba, komunikace
 - osobitá identity skupiny
 - společná existenční otázky

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Tenze je hybnou silou skupiny, která podněcuje její členy k úsilí k dosažení změny.

Příliš silná či dlouhodobá tenze, která není kompenzována emoční podporou a kohezí, zvyšuje odpor k aktivní účasti na skupinovém dění, a má za následek snahu členů o únik ze skupiny.

Nízká hladina tenze ve skupině, která je soudržná a ochraňující, dává členům skupiny pocit akceptace a uspokojení, vede však k odbíhání od problémů a ochuzuje tak skupinové dění.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

JAK PRACOVAT S TENZÍ VE SKUPINĚ:

Zvyšování tenze: mlčení, projevování lhostejnosti, odmítání odpovědí na otázky, nejasné výroky, kritika, nepříjemné otázky, diskuse o konfliktních tématech.

Snižování tenze: přátelskost, vřelost, zájem, empatie, humor, smích, vyjadřování pozitivních emocí, uvolňující skupinové aktivity, podpora vzájemné kooperace.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Skupiny seniorů bývají co se týče členů skupiny velmi proměnlivé, nesourodé, s menší či větší mírou koheze (skupiny často fungují jako „shromáždění“ jednotlivců na daném místě), a zároveň s nízkou potřebou vytvářet ve skupině tenzi (prioritou je potřeba bezpečí a ochrany).

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

KDE PROBÍHÁ SKUPINOVÁ KOMUNIKACE:

- ambulantní služby, např. denní centra
- pobytové služby, např. domovy s PS, domovy pro seniory, domovy se ZR

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Podstatou přímé sociální práce se seniory je podpora klienta a jeho rodiny při rozhodování v obtížné životní situaci, vytvoření vhodných podmínek (prostředí, čas apod.) k tomu, aby byla co nejdéle zachována možnost seniora prosazovat a vyjadřovat svoji vůli a spolurozhodovat o tom, jak s ním bude zacházeno.

Hlavním nástrojem při přímé práci s klienty je rozhovor.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

CÍLE SKUPINOVÉ PRÁCE A KOMUNIKACE SE SENIORY:

- vytváření smysluplného a pozitivního společného zážitku
- zachování moci a kontroly
- nalézání spojence a vzájemné podpory
- zpětná vazba, přijetí (odmítnutí)
- spokojenost a potěšení všech zúčastněných

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

ZÁSADY SKUPINOVÉ PRÁCE A KOMUNIKACE SE SENIORY:

- pečlivá příprava
- znalost skupinové dynamiky
- schopnost improvizace a přizpůsobení aktuálním potřebám klientů
- respektovat princip zpomalení a unavitelnost
- respektovat mlčení
- zohlednění smyslových překážek
- náhradní a alternativní formy komunikace

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

ROZVOJ KOMUNIKAČNÍCH DOVEDNOSTÍ SENIORŮ



KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Aktivizační programy jsou rozvíjeny úspěšně v úrovni preventivní (např. trénink paměti pro zdravou stárnoucí populaci), léčebné (např. kognitivní rehabilitace po cévní mozkové příhodě) i sekundární prevence (např. reminiscenční terapie u klientů s počínající demencí).

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

Cílem aktivit pro seniory je zlepšit kvalitu života seniorů, posílit funkční schopnosti, podpořit fyzickou zdatnost, pohybové a kognitivní schopnosti.

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

METODY PRÁCE SE SENIORY:

- **Psychoterapie**
- **Speciálně pedagogické metody – ergoterapie, psychomotorické terapie, expresivní terapie, terapie se zvířaty**
 - **Reminiscence**
 - **Validační terapie**
 - **Rezoluční terapie**

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

METODY PRÁCE SE SENIORY:

- Preterapie
 - Sebeudržovací terapie
 - Videotrénink interakcí
- Kognitivní aktivizace a trénink
 - Kineziologie
 - Orientace realitou
 - Terapeutické vaření
- Terapie zahradničením
 - Bazální stimulace
 - Terapie pohybem

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

ZÁSADY PRO SESTAVOVÁNÍ PROGRAMU:

- cíl aktivity
- jaké funkce
- adekvátní náročnost
- orientační doba trvání
 - počet osob
 - seznam pomůcek
- různé varianty dle individuální potřeb
 - báze dobrovolnosti
 - přátelská pozitivní atmosféra
 - klidné prostředí
- propojení s běžným životem a realitou
 - motivace účastníků
 - ZACHOVÁNÍ DŮSTOJNOSTI

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

SPECIFIKA AKTIVIT PRO SENIORY:

- různorodost aktivit a individuální přístup
 - společenská funkce aktivit
 - aktivity jako „mentální odbočka“
 - uspokojení vyšší potřeb seniora
 - strukturování dne
 - přizpůsobení zdravotnímu stavu
 - nové, pozitivní zkušenosti

KOMUNIKACE SE SENIORY II.

SMYSLOVÁ AKTIVIZACE

<https://www.youtube.com/watch?v=jKuuLUjCNjA>

MUZIKOTERAPIE

<https://www.youtube.com/watch?v=EoCc9VfVZkk>

TERAPEUTICKÝ TANEC

<https://www.youtube.com/watch?v=m7KnQncU6ik>

MUZIKOTERAPIE

<https://www.youtube.com/watch?v=G4vdeqmuiTs>

KLUB 60+ (CVIČENÍ V SEDĚ) - KNIHOVNA

<https://www.youtube.com/watch?v=XwYlfgLs3VU>

CVIČENÍ PRO SENIORY

<https://www.youtube.com/watch?v=JL07qhLjOX4>