

Cílové skupiny sociální pedagogiky

Aktivizace seniorů pomocí loutek

Michael Schmidt

Metoda práce se seniory využívající loutek jako prostředníka v komunikaci mezi pracovníkem a klientem. Tato metoda vznikla v roce 2014 v hlavách dvou studentů katedry Sociální pedagogiky na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity. Lukáš Musil a Michael Schmidt po postupném vytvoření metody založili neziskovou organizaci Divadlo Bez Pravidel, z.s., která se aktivně věnuje této práci již devátým rokem. Metoda se neustále rozvíjí a loutky uplatňují své výhody především v domovech pro seniory v Brně a okolí.

Aktivizace seniorů na akademické půdě

Téma aktivizace seniorů je tématem této doby. Když se podíváme na grafy vývoje společnosti, tak jasně vidíme, že se zvyšuje podíl lidí v seniorském věku. S touto informací je potřeba pracovat a je důležité na ni připravovat i studenty sociální pedagogiky a podobných oborů. Výše popsání metoda a její přínos na seniorskou populaci, především seniory v pobytových zařízeních, je šířena na katedře sociální pedagogiky v Brně. Setkat se s ní mohou studenti bakalářského i navazujícího magisterského studia oboru sociální pedagogika v prezenční i kombinované formě. V rámci prezenčního studia je navázána spolupráce na výuce předmětů gerontagogika a aktivizace seniorů. Studenti jsou seznamováni s cílovou skupinou seniorů a s možnostmi, jak s touto skupinou pracovat. Pole aktivizace seniorů je obrovské a stále je zde mnoho prostoru pro inovace a zlepšení. Studenti jsou podporováni v jejich tvořivém přístupu a motivováni k vlastnímu pojetí praxí se seniory. Studenti díky praxím získávají cenné zkušenosti s touto cílovou skupinou a komunikací s ní. Tyto zkušenosti pomáhají pochopit stáří a přiblížit se mu.

Aktivizace seniorů pomocí loutek

Aktivizace seniorů pomocí loutek vychází z předpokladu, že loutky jsou úzce spjaty s naším národem. Zápis českého loutkářství do nehmotného dědictví UNESCO tento fakt potvrzuje. Generace lidí, kteří se narodili před druhou světovou válkou, byla zvyklá na loutkové soubory, které objížděly vesnice a města a hrály například v sokolovnách. Dnešní senioři si tedy ještě pamatují, když místo do kina chodili na loutková představení. Loutka je pro seniory něčím přirozeným, co může být podnětem pro vzpomínání. Aktivizace seniorů pomocí loutek jde ovšem dále. Nevyužívá loutky pro navození vzpomínek, ale využívá loutkového potenciálu v jeho celistvosti. Loutka tedy dostává charakter a před seniory ožívá. Před seniory přichází loutka jako osobnost, která vtahuje seniory do děje a tímto dějem je provádí. Osobnost, která má milý charakter a dobře se s ní navazuje vztah. A v neposlední řadě je loutka pomocníkem pracovníkovi, který může skrze ni snadněji navázat se seniorem vztah.

Právě pomoc pracovníkovi či lektorovi je velkým přínosem loutky. Především pomoc v komunikaci se seniorem. Externí pracovník je pro seniory cizí osobou, který dostává omezený prostor pro práci s nimi. Pro funkční aktivizaci ovšem potřebuje navázat vztah. Loutka jako prostředník v komunikaci napomáhá k rychlejšímu navázání kontaktu. Loutka je ze své podstaty něčím příjemným a skrze svou podstatu není pro člověka nebezpečná. Je tudíž jednodušší si s ní vytvořit vztah a navázat s ní kontakt. Senior si pustí loutku dříve k sobě a lektor se skrze loutku může dostat k seniorovi. Když senior dovolí loutce přijít k němu do klína, tak u něj vzniká speciální prostor pro práci. Můžeme jej nazvat komunikačním trojúhelníkem mezi seniorem, loutkou a lektorem. Tento trojúhelník nabízí seniorovi možnost komunikovat s loutkou nebo lektorem. Senior si tak vybere, co je pro něj v danou chvíli příjemnější. Tento trojúhelník je pozitivním prvkem i z opačné strany. Lektor má více možností, jak navázat se

seniorem kontakt. K seniorovi může promluvit loutka, lektor nebo může mluvit lektor s loutkou, a tak se může stát senior pouhým posluchačem s možností zapojení se do interakce. Tento způsob komunikace nabízí lektorovi možnost flexibilně reagovat na individualitu aktivizovaného seniora.

Pro metodu se osvědčilo využívání loutek, které zastupují seniorům dobře známé životní role. Pro navázání kontaktu funguje nejlépe loutka ve stejné životní fázi. Pro tyto účely jsou nejvíce využívány loutka babičky a loutka dědečka. Loutka je stěžejní součástí metody, ale ne jedinou. Metoda využívá prvky reminiscence, které díky napojení na osobnost loutky dostávají nový rozměr. Loutka babičky nebo dědečka přichází před seniory s problémy s pamětí. To je pro seniory velice dobře čitelné, jelikož je tyto problémy s loutkami často spojují. Díky tomu se dokážou do pocitů postav vcítit. To, že mají loutky stejný problém jako oni, funguje jako skvělá motivace pro zapojení seniorů do programu. Vědomí toho, že mohou pomoci s něčím, co je samotné trápí, je povzbudivé. Celá reminiscenční část tedy není směřována k seniorům, ale od nich k loutkám. Po celou aktivizaci se nemluví o cvičení paměti seniorů, ale o pomoci s pamětí loutek. Vzpomínání seniorů je tedy schováno za příběh loutek. Tím senioři nemají pocit, že pracujeme s nimi, ale že oni pracují s loutkami.



Metoda aktivizace seniorů pomocí loutek má ucelenou osnovu, podle které probíhají všechny programy. Každý krok má v metodě své místo a je důležité všechny kroky ve správném pořadí realizovat. Osnovu bychom mohli rozdělit do těchto konkrétních částí: seznámení lektorů, představení loutek a uvedení do děje, navázání kontaktu se seniory (individuální práce), reminiscenční část (skupinová práce), závěrečný kontakt se seniory (individuální práce), rozloučení a poděkování.

Seznámení lektorů má za účel odbourání možných obav z toho, co se bude dít, a ze setkání s novými lidmi. Lektoři mají za úkol nastavit příjemnou atmosféru a připravit seniory na příchod loutek s neobvyklou aktivitou. Po úvodním seznámení přichází loutky, které se představují a vysvětlují důvod své návštěvy. Nejčastěji přichází loutka babičky nebo dědečka s vnukem či vnučkou. Loutková vnučata doprovází své loutkové prarodiče a chtějí jim pomoci rozvzpomenout si na určité věci z jejich života. Sami to ovšem nezvládnou, jelikož neznají věci a informace z mládí svých prarodičů. Prosí tedy seniory o pomoc.

Následně se loutky seznamují se seniory. Loutky obchází jednotlivě všechny seniory a navazují s nimi kontakt. Po svolení jdou loutky k seniorům do klína, podávají jim ruku a představují se svým jménem. Po seznámení se seniorem prohodí několik vět. Tento moment je v programu velice důležitý. Projevený zájem o seniora a fyzický kontakt, který loutka nabízí, můžou být pro seniora velice důležité. Fyzický kontakt seniorům často chybí a každá chvíle, kdy jim je dán, je pro ně cenná.



Po seznámení se přichází reminiscenční část, která je nosnou činností v programu. Tato část je pro každý program jedinečná a programy od sebe odlišuje. V této části všichni senioři dostávají nějaký předmět, který se váže k tématu setkání. Mohou to být předměty z mládí, bylinky, fotografie herců či zpěváků, přebaly knih atd. Senioři vzpomínají na předměty, které dostali, a společně se snaží loutkám poradit a připomenout jim, na co se předmět používá nebo kdo je na dané fotografii. Společně se vytváří mozaika vzpomínek, která přechází v ucelené informace k tématu. Informace seniorů lektori seskládávají a doplňují otázkami a informacemi ucelují.

Následná individuální část je zaměřena na prohloubení kontaktu seniora s loutkou. Loutka již přichází za seniorem jako osobnost, se kterou již senior něco zažil a má k ní blíže. Loutka vyzdvihuje pomoc, které si ze strany seniora váží. Podtrhuje fakt, že i člověk, který zapomíná může pomoci někomu jinému, kdo má stejný problém. Zároveň, že i přes všechno zapomínání, ví senior mnoho věcí, o které se může podělit. Tato informace pomáhá seniorovi se sebezpřijetím a osobní spokojeností. Zároveň dochází k fyzickému kontaktu, kdy si loutka se seniorem podá opět ruku, a když senior projeví zájem, loutka jej pohladí či obejmě.

V závěru se opět vyzdvihne důležitost toho, že senioři dokázali loutkám pomoci, a loutky i lektori se následně loučí.

V tuto chvíli divadlo zpracovalo třináct témat setkání. Během témat se pracuje s více smysly, aby bylo vzpomínání co nejuspěšnější. Především se využívá zrak a sluch, ale pracuje se také s hmatovou a čichovou pamětí.

Jaké jsou výsledky této metody?

Aktivizace seniorů pomocí loutek skvěle nasedá na potřeby seniorů a dokáže zaujmout i seniory, kteří se do ostatních aktivit nezapojují. Hlavními přínosy jsou práce se vzpomínkami přesměrovaná od seniorů k loutkám a neobvyklost aktivit. Program vytrhne seniory ze jejich každodennosti a přivede je na nové myšlenky. V programu je dbáno na dobrou atmosféru, kterou spolu vytváří loutky a lektori, a na práci s humorem. Loutky si umí udělat ze sebe navzájem srandu a tím jsou seniorům příjemnější. Celkově nabízí metoda příjemný prostor, který zlepšuje psychický stav klientů. K podpoře psychické pohody také slouží princip nenegování, kdy se lektori snaží nepopírat a zbytečně neopravovat klienty, aby je neupozorňovali na jejich problémy s pamětí. Ze zpětné vazby od pracovníků zařízení se dá potvrdit, že metoda dokáže aktivizovat i seniory, kteří ostatní aktivity odmítají. Nejenom že sledují se zájmem, ale dokonce se aktivně zapojují.

Některá zařízení využívají tuto formu aktivizace opakovaně a v některých případech se jedná i o pravidelné návštěvy. Smysluplnost práce se tím umocňuje. Senioři již ví, co mohou od programů s loutkami čekat, mají k loutkám a lektorům vytvořený vztah a mohou si tedy ze setkání více odnést.

Individuální aktivizace

Na začátku se Divadlo Bez Pravidel zaměřovalo na skupinovou aktivizaci. Metoda měla za druhotný cíl přiblížit seniory z domovů k sobě navzájem a podpořit jejich sociální život a skupinovou dynamiku. S postupem času se ovšem ukázalo, že skupinové programy nejsou dostatečné. V domovech pro seniory je čím dál více seniorů, kterým zdravotní stav nedovoluje se skupinových aktivit účastnit. Proto bylo zapotřebí, aby se metoda dokázala přiblížit i k těmto lidem. Vznikl tedy koncept individuální aktivizace s loutkou. Lektor obchází seniory upoutané na lůžko s loutkami a snaží se je aktivizovat v rámci možností zdravotního stavu. Loutky přichází k seniorům se svou osobností a navazují s nimi kontakt. Podají jim ruku, pohládí je, zajímají se o to, jak se seniorům daří. Zároveň je vtahují do svého příběhu. Pro tuto práci je využívána loutka dědečka Františka, který je vyroben speciálně pro práci na lůžku, a loutku psa, který je této práci taky uzpůsoben. Tato práce dává obrovský smysl a je vidět, jak je pro seniory toto setkání důležité. Nabídne jim totiž vytržení z každodennosti, připomínku na dětství, setkání s novým člověkem a navíc jim loutky zprostředkují fyzický kontakt, který je pro jejich psychickou pohodu velmi důležitý.



V případě většího zájmu o metodu aktivizace seniorů pomocí loutek a její vývoj můžete navštívit web Divadla Bez Pravidel www.divadlobezpravidel.cz nebo mě kontaktovat na e-mailu michael@divadlobezpravidel.cz.

Michael Schmidt
Divadlo Bez Pravidel, z.s.



Mgr. Michael Schmidt vystudoval obor Sociální pedagogika a volný čas na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity. V roce 2014 se stal spoluautorem metody Aktivizace seniorů pomocí loutek, kterou aktivně rozvíjí. Je spoluzakladatelem Divadla Bez Pravidel, z.s., kde se věnuje zmíněné metodě a práci s loutkou ve výchovně vzdělávacích programech v mateřských školách. Dále je zakladatelem firmy vyrábějící přírodní produkty Rozvoněno s.r.o., lektorem a moderátorem. Ve volných chvílích tráví čas se svojí rodinou a v přírodě.