

Rozhovor s Hanou Vojtovou, garantkou konceptu Smyslové aktivizace v ČR

Smyslová aktivizace (dále jen SmA) je koncept, který není v Evropě úplně neznámý, např. ve Švýcarsku se s touto metodou pracuje už více než 30 let. Do České republiky se dostal díky iniciativě Ing. Bc. Hany Vojtové, ředitelky Institutu Smyslové aktivizace a zároveň ředitelky Domova seniorů Mistra Křišťana v jihočeských Prachaticích, která tento model péče o velmi staré osoby a osoby se syndromem demence přivezla přímo od autorky konceptu Lore Wehner z Rakouska. Stala se tak nadšenou propagátorkou konceptu, který má smysl, nabízí logický návod, jak správně s těmito seniory pracovat, aby byl zachován respekt, láska a úcta vůči nim. Tři atributy péče, které bychom měli ctít všichni, kteří pracujeme se seniory, poskytujeme jim péči a podporu v závěru jejich života.

■ Rozhovor vedla Mgr. Alena Sakařová

Proč je vlastně tento koncept tak dobrý a čím je výjimečný? Umožňuje klientům vyšší kvalitu života a pečovateltům zase pomáhá připravovat a realizovat aktivizace klientů cíleně a smysluplně. Koncept SmA není pouze o vlastním provedení jednotlivých aktivizací, ale dává příležitost, na základě komplexu informací, postupně přetvořit atmosféru vnímání uživatele sociální služby ze závislého uživatele na partnera a prostředí, kde službu poskytujeme, na prostory, ve kterých má klient pocit domova. Zavedením konceptu SmA se daří zkvalitnit i nesmírně důležitou spolupráci s rodinnými příslušníky.

Požádala jsem Hanu Vojtovou o rozhovor a jsem ráda, že aktivně a ochotně odpovídá na moje otázky.

Co tě přivedlo k myšlence rozšířit tento koncept do dalších zařízení, když jste mohli být jedineční?

Nenapadlo mě, že můžeme být jedineční. Ve chvíli, kdy Smyslová aktivizace začala fungovat v české praxi, jsem se naopak chtěla podělit se všemi okolo. Chtěla jsem změnit zažitý stereotyp péče, i když každý tvrdil, že to nepůjde.

Jak děláš výběr zařízení, kde se budou vzdělávat?

Jsou nějaká kritéria pro výběr?

Smyslová aktivizace si nevybírání zařízení, zařízení si vybírají Smyslovou aktivizací, a to je ta správná cesta. Každý se může zúčastnit, potřebuje ale trpělivost, protože zavést koncept Smyslové aktivizace do praxe je běh na dlouhou trať. Jen vytrvalostní běžci vědí, že nesmějí přepálit začátek a že je potřeba rozložit síly na celou délku tra-

sy. Přesně tak je potřeba postupovat, když zavádíme Smyslovou aktivizaci do praxe geriatrického zařízení.

Určitě si vedeš statistiku, v kolika domovech se tento koncept zavedl, ale hlavně v kolika zařízeních opravdu žije. Máš zpětnou vazbu?

Statistiku si nevedu, ale ve kterých zařízeních koncept opravdu funguje, to vím. Taková zařízení se mnou zůstávají ve spojení. Trvale vzdělávají své zaměstnance, účastní se tematických přednášek, podstupují supervizi anebo se setkávají na naší konferenci.

Smyslová aktivizace si nevybírání zařízení, zařízení si vybírají Smyslovou aktivizací, a to je ta správná cesta. Každý se může zúčastnit, potřebuje ale trpělivost, protože zavést koncept Smyslové aktivizace do praxe je běh na dlouhou trať.

Co je pro tebe důležité, aby účastníci kurzu pochopili, aby dělali SmA a hlavně, aby ji chtěli dělat?

Každý účastník kurzu je dobrovolným účastníkem vzdělávání a chce se vzdělávat na základě svého vlastního rozhodnutí. Každé rozhodnutí totiž souvisí s přijetím vlastní zodpovědnosti, že naučené dovednosti přenesu do praxe geriatrického zařízení. To je vstupní kritérium pro to, aby vzdělávání proběhlo úspěšně. K tomuto rozhodnutí může účastník dozrát po účasti na semináři, který je informativní a pomůže každému, aby se rozhodl, zda se chce na procesu zavádění konceptu aktivně podílet. Samotné vzdělávání pak aktivizačního praktikanta Smyslové aktivizace učí nejprve pochopit sám sebe, vnímat vlastní

pocity a potřeby a tím je jen krůček od pochopení druhých.

Vím, že obsah kurzu aktualizuješ. Co tě k tomu vede. Vždyť je kurz připraven, tak proč?

Snažím se jít stále dopředu, a proto sleduji zvláště zahraniční výzkumy a nové postupy péče. Studuji zahraniční literaturu, sdílím praxi se zahraničními kolegy, díky tomu přináším nové podněty, a tento „apgrejd smyslovky“ mě na tom všem asi nejvíce baví. Ráda cestuji a z cest si do naší krásné země přivážím vždy něco nového, čím mohu obohatit i ostatní, ráda vše sdílím.

Jaké lidi bys ráda na svých kurzech přivítala? A které naopak ne?

Vítám ty, kteří si připustí, že je čas se změnit a mají chuť se vzdělávat. Jsou ochotní pracovat na sobě, přijmout vlastní zodpovědnost za svou práci a za chování k ostatním lidem. Každá změna začíná nejprve tím, že změníme vlastní stereotypy a způsob myšlení a tím se začneme dívat jinak na ty, o které se staráme. A do kurzu nemusejí přicházet ti, které tam prostě druzí chtějí strčit v očekávání, že jim je v kurzu slušně vychováme, zvláště v situacích, kdy oni sami jsou přesvědčeni o své dokonalosti, bez potřeby dalšího vzdělávání.

Realizuješ supervize v zařízeních, kde již SmA probíhá. Můžeš se s námi podělit o své plány do budoucna v této oblasti?

Vnímám supervizi jako trvalou podporu v procesu zavádění konceptu do praxe. Výsledkem supervize je zhodnocení a doporučení pro další rozvoj. Nelepím ale na vchodové dveře žádná osvědčení, protože to, zda SmA v zařízení opravdu funguje, se pozná jinak. Nálepka na dveřích udělá jen otisk na skle, já se snažím o to, aby „smyslovka“ udělala trvalý otisk v srdci člověka.

Vím o tobě, že jsi věřící. Pomáhá ti víra i v této činnosti? Pokud nebudeš chtít tuto otázku odpovídat, respektuji to.

Jsem ráda, že jsi mi otázku položila. Jeden moudrý člověk řekl, že člověk by neměl mluvit o Bohu, ale měl by žít tak, aby se ho na Boha ptali. S nedokonalostí člověka se tak snažím žít, životní okolnosti přijímám jako výzvy, protože mě posouvají dál, a v důvěře vím, že na to všechno nikdy nejsem sama.

Jak náročné je realizovat SmA v běžné praxi? Co bys poradila těm, kteří mají obavy, že nebudou stíhat?

Smyslovka se nedá stíhat, ta se musí žít. A pro cokoliv, pro co se v životě opravdu rozhodneme, si čas vždy najdeme. Když chci být dobrá máma, tak trávím čas se svými dětmi, když chci překvapit dobrým jídlem, pak mu věnuji svůj čas, a když k tomu všemu, co v životě dělám, přidám lásku, pak opravdu žiji, a ne jenom pro sebe, ale i pro ostatní.

Jedna vrchní sestra mi vyprávěla, jak výkonná je jedna z pečovatelek, že na smyslovku tedy zrovna není, ale co ta všechno za den stihne. A tak jsem se zeptala: „A vy tady jedete na výkon, nebo na vztahy?“ Každý, kdo chce pečovat o druhé, by si měl nejprve odpověď na tuto otázku. Smyslová aktivizace je vztahovou péčí.

Jaká je tvá představa o dalším šíření a rozšíření konceptu v ČR? A jaký je tvůj sen o SmA? Co by sis přála?

Smyslová aktivizace je o úctě, respektu a lásce, je to myšlenka a přijatá vize organizace ve vztahu ke všem zúčastněným – k uživatelům a jejich blízkým, personálu i k veřejnosti. Přála bych si, aby geriatrická zařízení měla vize, měla pokrokové vedení, které se s myšlenkou identifikuje, nebojí se nové péče a má odvalu změnit stereotypy. V šíření myšlenky Smyslové aktivizace mi dnes pomáhá kvalitní lektorský tým. Díky tomu se vše násobí a každý rok přibývá těch, kteří se Smyslovou aktivizací začínají pracovat, a to je víc, než jsem kdy snila.

Jak finančně a časově nákladná je příprava SmA pro jednotlivé aktivizace? Ptám se proto, že mnozí se obávají navýšení nákladů do aktivizační činnosti.

Není potřeba nic kupovat ani vyrábět. Používaný aktivizační materiál nacházíme kolem sebe, protože cílíme na známost a paměťové stopy člověka s demencí. Aktivizační materiál využíváme také jako komunikační most, ale vše záleží na tom, jaké zdroje člověka potřebujeme podpořit. Tím se dostávám k tomu, že každá aktivizace musí být připravena předem tak, aby smysluplně naplnila potřeby stárnoucího člověka. Aktivizační praktikant Smyslové aktivizace si plánem odpovídá na otázky: pro jakou cílovou skupinu aktivizaci plánuje, proč jí plánuje, co chce aktivizaci podpořit

Smyslovka se nedá stíhat, ta se musí žít. A pro cokoliv, pro co se v životě opravdu rozhodneme, si čas vždy najdeme. Když chci být dobrá máma, tak trávím čas se svými dětmi, když chci překvapit dobrým jídlem, pak mu věnuji svůj čas, a když k tomu všemu, co v životě dělám, přidám lásku, pak opravdu žiji, a ne jenom pro sebe, ale i pro ostatní.

a jaké cíle aktivizací sleduje. Připomínám, že se orientuje na dostupné zdroje seniora proto, aby ho podpořil a co nejdéle zachoval jeho samostatnost a soběstačnost.

Jaká zpětná vazba ti udělá největší radost?

Když vidím, že člověk s demencí se aktivizace opravdu účastní, účastní se s radostí a se zájmem, když žije s námi. A pak mám radost, když se pečovatel začne dívat jinak – očima těch, o které se stará, a tak najde ve své práci smysl.

Vím, že se chystáš vystoupit v Kanadě na mezinárodní konferenci CGNA2017 pořádané Kanadskou gerontologickou ošetrovatelskou asociací¹. Co pro tebe takové pozvání znamená?

Vážím si toho, že jsem byla pozvána, po úspěšném řízení o posouzení přihlášených abstraktů přednášejících z celého světa jsem uspěla a na konferenci vystoupím. Systém samotné aktivní účasti na konferenci je odlišný od našeho systému. Pořadající kanadská asociace již v loňském roce vyzvala vytipované přednášející, aby v daném termínu zaslali abstrakt své přednášky do výběrového řízení. Byly stanoveny požadavky na téma, obsah, rozsah atd. Následně komise posuzuje všechny přijaté abstrakty a přednášku do programu zařadí, nebo nezařadí. V případě úspěšného řízení přednášející obdrží oficiální rozhodnutí o zařazení do programu. Mně bylo zařazení do programu oznámeno den před Vánoce 2016, a byl to pro mě krásný vánoční dárek.

Můžeš stručně popsat, co budeš v Kanadě předkládat, co budeš prezentovat?

Budu seznamovat s myšlenkou Smyslové aktivizace, s její podstatou. Připravená prezentace je plná fotografií z praxe. Chci být co nejkonkrétnější a sdílet ověřenou a funkční praxi. V rámci pobytu v Kanadě navštívím na pozvání i geriatrická zařízení, která se zaměřují na péči o osoby s de-

mencí, a na žádost několika z nich mám také pro ně připravenou přednášku. Moc se těším, že si nejen z konference, ale i z těchto návštěv přivezu další náměty a inspiraci pro zkvalitnění české péče. Těším se na setkání s přáteli a na to, že přivezu podněty pro další „apgrejd smyslovky“.²

A teď trochu z jiného soudku. Jak trávíš volný čas a dobíjíš si baterky při tak náročném povolání ředitelky domova pro seniory a současně ředitelky Institutu Smyslové aktivizace?

Tahle otázka mi vykouzlila úsměv na tváři, protože až dokončíme náš rozhovor, jdu běhat. To je dokonalý relax pro mé tělo i duši. Dokážu na trati vypnout, nebo naopak všechno znovu promyslet. Dokážu prožít každé roční období v přírodě, měnící se barvy a teploty. Nacvičuji, jak ještě více zabrat, když si člověk myslí, že již nemá žádnou sílu a jak je důležité některé úseky jen zvolna jít. Poznávám, jak je důležité, když člověk neběží sám, ale s někým, kdo je lepší než on, protože jen tak se může stále učit, zlepšovat a dosahovat cílů. Běhání je smysluplná smyslová aktivizace a nejdůmyslnější akumulátor, jaký znám.

Smyslová aktivizace je o úctě, respektu a lásce, je to myšlenka a přijatá vize organizace ve vztahu ke všem zúčastněným – k uživatelům a jejich blízkým, personálu i k veřejnosti. V šíření myšlenky smyslové aktivizace mi dnes pomáhá kvalitní lektorský tým. Díky tomu se vše násobí a každý rok přibývá těch, kteří se Smyslovou aktivizací začínají pracovat, a to je víc, než jsem kdy snila.

Děkuji za rozhovor a přeji ti hodně radosti a úspěšného zavádění konceptu a hodně nadšených šířitelů a hlavně realizátorů.

Vy, kteří jste se zúčastnili konference Profesního svazu zdravotnických pracovníků v sociálních službách v dubnu v Praze, jste měli možnost vyslechnout příspěvek H. Vojtové „Smyslová aktivizace ve službách sociální péče“. Vy, kteří jste tuto možnost neměli, máte příležitost pozvat garantku konceptu do svého zařízení na informativní seminář. Ze své praxe jej mohou doporučit, protože takto nastavený nefarmakologický přístup k řešení složité otázky péče o uvedenou skupinu seniorů má své výsledky nejen v kvalitě péče, ale i ve spokojenosti zaměstnanců těch zařízení, kde již koncept realizují a jsou úspěšní. ■

¹ 19. ročník národní konference Kanadské gerontologické ošetrovatelské asociace, 4.-6. května 2017 v Ottawě, jedno z největších setkání zdravotních sester a zdravotnických pracovníků pracujících se staršími dospělými. Téma pro rok 2017 je „gerontologické ošetrovatelství“. <http://cgna2017.ca>

² Text rozhovoru vznikl ke dni redakční uzávěrky 15. 4., pozn. red.