

Резюме на видеото „Трениране при деменция- Част 3 Възприятие“

По време на обучението за преподавател по деменция бяха показани и специални обучения. Нарича се „специфично за стадия ретрогенетично обучение“ (или: ресурсно обучение) Какво означава това, сме описали в изтеглянията към видеото „Трениране при деменция част 1 Тяло“.

Има и важни съвети за обучение, по-специално също, че човек **никога не трябва да дава твърде трудни упражнения**. Винаги започвайте нещо „**твърде просто**“ и после вижте, дали можете да увеличите сложността, за да стане по-интересно за засегнатото лице.

Тъй като по време на това обучение трябва да се тренират и 5-те сетива, тази игра е много подходяща и за стимулиране на засегнатите да хапнат малко, тъй като обонянието и вкусът също се тренират. Или дори пиенето може да се насърчи, ако правите упражнения с плодови сокове (напр. сляпа дегустация). Или правите дегустация на сирене (или дегустация на колбаси) и казвате: „Между тях глътка вода, за да неутрализирам отново усещането за вкус.“ Или парче хляб между тях...

В този клип се тренира **усещането за вкус**.

Ситуационен клип „Усещане за вкус“:

Г-жа Герти (86) живее у дома си. Г-жа Ханелоре е домашна помощница и редовно провежда различни тренировки с г-жа Герти. Този път приятелката ѝ г-жа Сиси (77) отново е там. Г-жа Герти понякога е леко объркана в този епизод.

Съдържание на клипа „Усещане за вкус“:

Г-жа Ханелоре е подготвила упражнение за усещането за вкус. Със затворени очи жените трябва да разпознаят, кое парче плод г-жа Ханелоре слага в устата им с клечка за зъби. Порано обаче тя казва, че е приготвила парчета нектарини, ябълки и банани. Дамите също се досещат правилно, въпреки че г-жа Сиси казва „праскова“ ...

Анализ „Усещане за вкус“:

В това упражнение г-жа Ханелоре каза предварително КАКВИ плодове има. По-трудно би било, ако тя НЕ го каже предварително или има няколко варианта (кайсия, слива, круша и т.н.). Би било по-лесно, ако има само един или 2 вида: Ако някой е в напреднал стадий, можете да поставите например парче банан в устата му и да попитате дали е банан или да попитате „банан или ябълка“ и т.н. Разбира се, играта за усещането за вкус може да се играе и със зеленчуци, плодови сокове, видове хляб, сирене или вурст или да се смеси напълно (парче сирене, краставица, малина) и след това: „Какво е това?“

В следващия клип тренираме **обонянието** (първо почистете носа?):

Ситуационен клип „Обоняние“:

Както по-горе.

Съдържание на клипа „Обоняние“:

Г-жа Ханелоре е подготвила упражнение за обонянието. Тя има 2 бутилки с ароматно масло и дамите трябва да познаят коя е миризмата. Тя им дава да помиришат първата бутилка, дамите не могат да видят какво има в нея. Г-жа Сиси се сеца за „Пез“ (глюкозни бонбони, които почти всеки познава от детството си), г-жа Герти мисли за „евкалипт“. След това се дегустира 2-рата бутилка. Г-жа Сиси мисли за „Коледа“. Г-жа Герти се съгласява, те предполагат „елха“.

Анализ „Обоняние“:

Важно е г-жа Ханелоре да не коригира веднага. „Пез“ очевидно е спомен, задействан от „мириса на мента“... А също и 2-рата бутилка (евкалипт) напомня за Коледа или миризмата на елха. С това обучение можете, разбира се, веднага да преминете към работа с памет или биография: „Хареса ли ти да ядеш бонбони Пез? Дори и от автомата? Или подарени? Какво друго имаше? И т.н. Или: Как беше Коледа във Вашето семейство?...

Ханелоре също можеше да попита: „Коя от двете бутилки е евкалипт? Кое е мента?“ Може да приготви 5 бутилки; Може да използва парфюми, дезодоранти, мостри от дрогерииите, сапуни, кухненски подправки/билки или прясно нарязани или пасирани плодове/зеленчуци (мирис на манго, ягоди, краставица, лук).

Може също да използва стари пластмасови кутии, където са били съхранявани ролки фолио (празните кутии все още могат да бъдат закупени в интернет). Например, да напълни анасон,

машерка, чесън, да сложи там памук или тампон за премахване на грим, така че да не се вижда и тогава да отгатват. Това може да се играе и като спомен за миризма: Напълнете 6 кутии с 3 различни миризми (2 от всяка миришат еднакво) и попитайте кои 2 миришат ЕДНАКВО.

Сега става въпрос за **зрителното възприятие** (сложете/почистете очилата предварително?):

Ситуационен клип „Зрително възприятие“:

Както по-горе.

Съдържание на клипа „Зрително възприятие“:

Г-жа Ханелоре е подготвила книга със загадки. Показва 2 почти еднакви изображения, но се различават в 5 детайла. Те трябва да бъдат намерени. На дамите не им е трудно.

Анализ „Зрително възприятие“:

В някои от тези задачи за търсене разликите са много трудни за намиране. За по-лесно можете да използвате флумастер, за да подчертаете ПО-ЯСНО разликите. Или търсите само първите 4 от 10 разлики и т.н...

Или поставяте няколко предмета един върху друг и ги снимате. Сега трябва да се разпознае колко обекта има, кои са, или може да се избере конкретен обект „Къде е кибритената кутийка?“ - използвайки видеото като пример.

Допълнителни предложения могат да бъдат получени от интернет. Може би някой роднина може да разпечата нещо?

Сега става въпрос за **слуха** (слухов апарат? Батерията наред ли е?):

Ситуационен клип 1 „Слух“:

Както по-горе.

Съдържание на клип 1 „Слух “:

Г-жа Ханелоре е подготвила спомени за звуци. Тя е напълнила 2 кутии с еднакво съдържание: Например кламери, захар, ориз. Общо 6 кутии. Тя обяснява, че сега трябва да познаят двете кутии с еднакво съдържание. Кутиите са само с един номер. За целта трябва да се разклатят кутиите до едно и също ухо и да се опитат да определят кои издават един и същи шум. Дамите правят добре и това упражнение. Във видеото г-жа Ханелоре позволява на г-жа Герти да познае първа. След това г-жа Сиси.

Анализ 1 „Слух “:

Когато дойде ред на г-жа Сиси, остават само 4 кутии. Затова по-добре: Поставете обратно двете кутии на г-жа Герти, разбъркайте ги и започнете играта отново.

В друг клип за слуха трябва да се познаят животински звуци:

Ситуационен клип 2 „Слух“:

Както по-горе.

Съдържание на клип 2 „Слух “:

Сега г-жа Ханелор е потърсила в Google животински звуци в интернет и е открила упражнение, при което човек чува животински звуци - без да му се казва кое е животното, защото двете жени трябва да го познаят. Започва много лесно, но става все по-трудно.

Анализ 2 „Слух “:

Тази тренировка за слуха може да се направи по много начини: Първите тактове на шлагерна музиката, звукови записи от известни филми, телевизионни сериали, оперетна музика, гласове на роднини (запишете с мобилен телефон) или можете сами да запишете звуци (градушка, буря, ромолене на поток, дъжд, автомобил, мотопед и др. ...)

Като 5-то сетиво ние тренираме усещането за допир:

Ситуационен клип „Усещане за допир“:

Както по-горе.

Съдържание на клипа „Усещане за допир“:

Г-жа Ханелоре е подготвила торбичка. Вътре има различни предмети, напр. ключове, монети, миди, камъни, лъжици и т.н. Тя моли г-жа Герти да потърси мида със затворени очи. Г-жа Герти скоро я намира. Сега тя има друго упражнение за г-жа Сиси. Торба за обувки с отделение за двете обувки съдържа 5 различни малки проби от плат, които се различават на допир (например хавлиена кърпа, лен, филц и др.). Тя трябва да вземе произволно парче от едната част и сляпо да опипа парчето плат от другата част. Тя успява да направи това лесно.

Анализ „Усещане за допир“:

Такива платнени торбички често се предлагат при закупуване на обувки или можете да си купите ориз в платнени торбички. В този случай г-жа Герти е помолена да избере конкретно парче. Можете също така да ги помолите да бръкнат, да грабнат който и да е предмет и да познаят какво е (по-трудно). Тук също можете да направите спомен чрез докосване (извадете 2 торбички с еднакви предмети и извадете на сляпо 2 от еднаквите. Или сложете предмет в ръката на човека (например ключ) и го помолете да извади този предмет от чантата.

Или 2 оризови торбички с леща, 2 x ориз, 2 x хартиена вата от украсата от великденската кошница. Отново води до спомени чрез докосване.

Обучение:

С напредване на възрастта сетивата се влошават. С упражнения като това можем да работим малко срещу това. Например, чувството за вкус намалява (обикновено трае дълго време за захар); много възрастни хора се оплакват от лош вкус - не защото медицинският персонал готви лошо, а защото усещането за вкус намалява - подправяйте повече!

Уверете се, че очилата са чисти преди тренировка, има ли слухов апарат? - Батериите наред ли са?, почистете носа; концентрацията намалява, така че не за дълго!

Често не става въпрос за разпознаване на КАКВО току-що е вкусно, помириено, чуто, докоснато, а КАКВО е същото...

Препоръчителна литература:

Интернет проучване „Трениране на паметта за възрастни“ и подобни търсения.

Много книги, книги с пъзели и др.

Вижте и нашето видео „Трениране на тялото“

Вижте и нашето видео „Трениране на паметта“

Вижте и нашето видео „Трениране в ежедневието“

Вижте и нашето видео „Трениране на креативността“