

Rezumatul clipului video „Training în domeniul demenței - Partea 3 Percepția“

În timpul formării de formatori în domeniul demenței au fost prezentate, de asemenea, cursuri speciale. Se numește „instruire retrogenetică specifică etapei” (sau: training în domeniul resurselor)

Ce presupune aceasta am descris în **Descărcarea clipului video „Training în domeniul demenței Partea 1 Corpul“**.

În plus, sunt oferite sugestii importante privind instruirea, inclusiv faptul că nu trebuie să propuneți niciodată **exerciții care sunt prea dificile. Începeți** întotdeauna un pic „prea simplu” și **apoi** vedeți dacă nu ar trebui să creșteți gradul de dificultate pentru a le face mai interesante pentru cei implicați.

Având în vedere că această formare are ca scop și exersarea celor 5 simțuri, acest joc este, de asemenea, foarte potrivit pentru a-i stimula puțin pe cei care sunt afectați pentru a mânca, deoarece sunt antrenate și simțurile mirosului și gustului. Consumul de lichide poate fi, de asemenea, încurajat prin exerciții cu sucuri de fructe (de exemplu, degustare în orb). Sau faceți o degustare de brânză (sau de cârnați) și spuneți: „Între timp, vom bea câte o înghițitură de apă pentru a neutraliza din nou simțul gustului”. Sau chiar și o bucată de pâine între ele...

În cadrul acestui clip trebuie antrenat **simțul gustului**.

Clip situațional „Simțul gustului”

Doamna Gerti (86 de ani) locuiește pe cont propriu. Doamna Hannelore este asistent personal și face mai mereu diferite exerciții cu doamna Gerti. Astăzi, prietena ei, doamna Sissy (77 de ani), este din nou alături de ea. Doamna Gerti este uneori ușor confuză în acest episod.

Cuprins clip „Simțul gustului”:

Doamna Hannelore a pregătit un exercițiu pentru simțul gustului. Cu ochii închiși, doamnele trebuie să recunoască ce fruct le introduce doamna Hannelore în gură cu o scobitoare. Dar ea a spus în prealabil că a pregătit bucăți de nectarine, mere și banane. Și doamnele ghicesc corect, chiar dacă doamna Sissy spune „piersică”

Analiza „Simțului gustului”:

Așadar, în acest exercițiu, doamna Hannelore a prezis CE tipuri de fructe are. Ar fi mai dificil dacă NU ar fi spus acest lucru în prealabil sau dacă ar fi avut și mai multe variante (caise, prune, pere etc.). Ar fi mai ușor dacă ar avea doar unul sau două sortimente: Dacă cineva se află într-un stadiu avansat, puteți, de exemplu, să îi puneți o bucată de banană în gură și să îl întrebați dacă este o banană sau să îl întrebați „banană sau măr” etc. Jocul pentru simțul gustului se poate face, desigur, și cu legume, sucuri de fructe, tipuri de pâine, brânză sau cârnați sau complet amestecate (bucată de brânză, castravete, zmeură) și apoi: „Ce este asta?”

În următorul clip este antrenat **simțul mirosului** (suflați nasul mai întâi?):

Clip situațional „Simțul mirosului”:

Ca mai sus.

Cuprinsul clipului „Simțul mirosului”:

Doamna Hannelore a pregătit un exercițiu pentru simțul mirosului. Ea are 2 sticlute de ulei parfumat, iar doamnele trebuie să ghicească ce parfum este. Ea dă voie să miroasă prima sticlă, iar doamnele nu pot vedea ce scrie pe ea. Doamna Sissy se gândește la „Pez” (zahăr dextrozat, pe care aproape toată lumea îl știe din copilărie), iar doamna Gerti se gândește la „eucalipt”. Apoi se încearcă a doua sticlă. Doamna Sissy se gândește la „Crăciun”. Doamna Gerti este de acord, ea crede că este vorba despre „brad”.

Analiza „Simțul mirosului”:

Este important ca doamna Hannelore să nu corecteze imediat. "Pez" este, evident, o amintire declanșată de "mirosul de mentă"... Iar cea de-a doua sticlă (eucalipt) ne amintește, de asemenea, de Crăciun sau de mirosul de brad. În cadrul acestui exercițiu se poate, desigur, să se treacă imediat la activități de memorie sau de biografie: „V-a plăcut să mâncați zahăr pez? Luate de la automat? Sau primite cadou? Ce mai era acolo? Etc. Sau: Cum a fost Crăciunul în familia dvs.?....

Hannelore ar fi putut, de asemenea, să întrebe: „Care dintre cele două sticlute este de eucalipt? Care dintre ele este mentă?” Ar fi putut, de asemenea, să pregătească 5 sticlute; ar fi putut folosi parfumuri, deodorante, sticlute cu mostre de la drogherie, săpunuri, mirodenii / ierburi de bucătărie sau fructe / legume proaspăt tăiate sau pasate (miros de mango, căpșuni, castraveți, ceapă).

De asemenea, puteți folosi cutii de plastic vechi în care erau depozitate rolele de film (cutii goale pot fi cumpărate de pe internet). De exemplu, puneți anason, cimbru, usturoi, puneți niște vată sau un tampon de machiaj pe el ca să nu se vadă și apoi ghiciți. De asemenea, puteți juca acest joc ca pe un joc de memorie olfactiv: Umpleți 6 recipiente cu 3 mirosuri diferite (câte 2 din fiecare) și întrebați care dintre ele au ACELAȘI miros.

Acum este vorba despre **simțul vizual** (puneți / curățați ochelarii în prealabil?):

Clip situațional „Simțul vizual”:

Ca mai sus.

Cuprinsul clipului „Simțul vizual ”:

Doamna Hannelore a pregătit o broșură cu exerciții vizuale. În ea există 2 imagini aproape identice, dar care diferă în 5 detalii. Acestea trebuie găsite. Doamnelor nu le este greu să facă acest lucru.

Analiza „Simțul vizual ”:

În unele dintre aceste activități de căutare, diferențele sunt foarte greu de găsit. Pentru a face acest exercițiu mai ușor, puteți folosi markerul pentru a evidenția MAI CLAR diferențele. Sau alegeți doar primele 4 diferențe din 10, etc....

Sau puneți niște obiecte unele peste altele un pic mai sus, faceți o fotografie. Acum trebuie să se recunoască câte obiecte există, care sunt, sau să se aleagă un obiect anume: „Unde este cutia de chibrituri?”. - folosind exemplul din videoclip.

Alte idei pot fi găsite pe internet. Poate că o rudă poate imprima ceva în acest scop?

Acum este vorba despre **simțul auzului** (aparatură auditivă? Bateria e OK?):

Clip situațional 1 „Simțul auzului”:

Ca mai sus.

Cuprinsul clipului 1 „Simțul auzului ”:

Doamna Hannelore a pregătit un joc de amintiri sonore. Ea a umplut 2 recipiente, fiecare cu același conținut: De exemplu, agrafe de hârtie, zahăr, orez. În total 6 recipiente. Ea explică faptul că acum trebuie să ghicite cele două cutii care au același conținut. Recipientele au un singur număr. În acest scop, se scutură recipientele la aceeași ureche și se încearcă să se determine care dintre ele scot același sunet. Acest exercițiu este executat foarte bine și de către doamne. În videoclip, doamna Hannelore o lasă mai întâi pe doamna Gerti să ghicească. Apoi doamna Sissy.

Analiza 1 „Simțul auditiv ”:

Când îi vine rândul doamnei Sissy, au mai rămas doar 4 recipiente. Prin urmare, este mai bine: Puneți din nou la loc cele două cutii de la doamna Gerti, amestecați-le și începeți din nou jocul.

Într-un clip suplimentar pentru simțul auzului trebuie recunoscute voci de animale:

Clip situațional 2 „Simțul auzului”:

Ca mai sus.

Cuprinsul clipului 2 „Simțul auzului ”:

Acum, doamna Hannelore a căutat pe internet voci de animale și a găsit un exercițiu în care se aud voci de animale - fără să se spună despre ce animal este vorba, pentru că cele două doamne trebuie să ghicească. Începe foarte ușor, dar devine din ce în ce mai dificil.

Analiza 2 „Simțul auditiv ”:

Acest exercițiu pentru auz se poate face în mai multe moduri: Primele acorduri de muzică pop, coloane sonore din filme celebre, seriale TV, muzică de operetă, voci ale rudelor (înregistrate cu telefonul mobil) sau înregistrați chiar dumneavoastră sunete (grindină, furtună, pârâu, ploaie, mașină, motoretă etc...).

Ca un al 5-lea simț exersăm **simțul tactil**:

Clip situațional „Simțul tactil”:

Ca mai sus.

Cuprinsul clipului „Simțul tactil ”:

Doamna Hannelore a pregătit un săculeț. În el se află diverse obiecte, de exemplu o cheie, o monedă, o scoică, o piatră, o lingură etc... O roagă pe doamna Gerti să aleagă o scoică cu ochii închiși. Frau Gerti o găsește repede. Acum mai are un exercițiu pentru doamna Sissy. O husă de pantofi cu un separator pentru ambii pantofi conține 5 mostre de țesături mici diferite, fiecare oferind o senzație tactilă diferită (de exemplu, prosop din frotir, pânză de in, pâslă etc.). Ea trebuie să scoată orice bucată dintr-o parte și să găsească prin pipăit bucata de țesătură corespunzătoare din cealaltă parte. De asemenea, reușește cu ușurință și acest exercițiu.

Analiza „Simțul tactil ”:

Deseori puteți obține astfel de saci de pânză atunci când cumpărați pantofi sau puteți cumpăra orez în saci de pânză. În acest caz, doamnei Gerti i s-a cerut să aleagă o anumită bucată. Dar puteți, de asemenea, să o rugați să introducă mâna, să ia orice obiect și să ghicească ce este (mai dificil). Și aici, ați putea face un joc de memorie tactilă (2 saci cu aceleași obiecte și să alegeți orbește 2 obiecte de același fel. Sau îi dați persoanei un obiect în mână (de exemplu, o cheie) și ea trebuie să scoată acest obiect din sac.

Sau 2 pungă de orez cu linte, 2 x orez, 2 x hârtiuțe dintr-un cuib de decorațiuni de Paște. Rezultă din nou un exercițiu de memorie tactilă.

Deprinderi:

Odată cu vârsta, simțurile se diminuează. Cu exerciții de acest gen, putem lucra puțin contra acestei tendințe. De exemplu, simțul gustului se diminuează (în cazul zahărului, de obicei, acesta se păstrează pentru o perioadă lungă de timp); multe persoane în vârstă se plâng de gustul neplăcut - nu pentru că persoana care are grijă de ele gătește prost, ci pentru că percepția gustului se diminuează - mai adaugă condimente!

Înainte de exercițiu, asigurați-vă că ochelarii sunt curați; este aparatul auditiv pus? - sunt bateriile OK?, nu uitat de suflatul nasului; concentrarea scade, așa că nu stați prea mult!

De multe ori nu este vorba de a recunoaște CE tocmai a fost gustat, mirosit, auzit, simțit, ci CE este acel ceva....

Lectură recomandată:

Căutări pe internet privind „Exerciții de memorie pentru seniori” și căutări similare.

Numeroase cărți pe această temă, cărți de rebus, etc.

Vedeți, de asemenea, clipul nostru video „Formare - Corpul”

Vedeți, de asemenea, clipul nostru video „Training - Memoria“

Vedeți, de asemenea, clipul nostru video „Training - Viața de zi cu zi!”

Vedeți și videoclipul nostru „Training - Creativitate”