

**UNIVERZITA KARLOVA**

**HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA**

**Validace podle Naomi Feil v sociální práci**

**Naomi Feil Validation in social work**

*Diplomová práce*

Vedoucí práce:

prof. PhDr. Beáta Krahulcová, CSc.

Autor práce:

Bc. Adéla Kináčová, DiS.

**Praha 2020**

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala vedoucí diplomové práce prof. PhDr. Beátě Krahulcová za čas a rady při zpracování diplomové práce. Také bych ráda poděkovala své rodině a přátelům, kteří mi při psaní práce pomáhali a podporovali mě. V neposlední řadě bych také ráda poděkovala respondentům za jejich čas při zpracování mého dotazníkového šetření. Děkuji také Mgr. Renátě Nentvichové Novotné za její konzultace při psaní práce.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem předkládanou diplomovou práci „Validace podle Naomi Feil v sociální práci“ vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány a že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 20. 04. 2020

Bc. Adéla Kináčová, DiS

## **Anotace**

Diplomová práce se zabývá tématem Validace podle Naomi Feil v sociální práci. Diplomová práce je členěna na dvě části – část teoretickou a praktickou. Teoretická část popisuje metodu Validace její vznik, principy, Validační techniky, pro koho je Validace zamýšlena, jaké přináší výhody a jak Validace zapadá do českého prostředí. Cílem praktické část je zjistit jakým způsobem je tato metoda využívána, jak vypadá aplikace této metody, jak se praktická aplikace metody liší od teoretického základu zpracovaného Naomi Feil. Výzkumná metoda pro zjištění využívání Validace je dotazníkové šetření s otevřenými otázkami, které bylo prováděno v domovech pro seniory, kde pracovníci absolvovali kurz Validace.

**Klíčová slova:** Validace, Naomi Feil, senior, sociální práce, domov pro seniory

## **Annotation**

Master thesis is focused on Naomi Feil Validation in social work. This master thesis is divided in to two parts – theoretical and empirical part. The theoretical part is mainly focused on describing Validation, it's beginning, principles, Validation techniques, who is Validation meant for, what benefits it brings, how Validation fit in to Czech environment. The aim of this master thesis is find out how is Validation used, how the practical application looks like and how does it differ from the theoretical background set by Validation author Naomi Feil. The Research method used to find out is questionnaire with open questions. This questionnaire was sent to care homes. Requirement was that employees in these care homes have been at Validation training.

**Keywords:** Validation, Naomi Feil, the elderly, social work, care home

Úvod.....	6
Teoretická část.....	8
1. Validace jako metoda práce se starými lidmi.....	8
2. Co je to Validace? .....	10
3. Principy Validace .....	12
4. Erik Erikson – periodizace lidského vývoje.....	15
5. Fáze dezorientace podle Naomi Feil .....	17
6. Validáční techniky.....	25
7. Kdo jsou dezorientovaní velmi staří lidé? .....	34
8. Validáční pracovník.....	38
9. Kdo má z Validace prospěch? .....	41
10. Individuální Validace .....	44
11. Validáční skupiny.....	47
12. Validace v českém prostředí a standardy kvality sociální služeb.....	52
Praktická část.....	55
13. Metoda výzkumu .....	55
14. Interpretace výsledků dotazníkového šetření .....	57
14. Vyhodnocení hypotéz.....	74
15. Validace v ČR.....	77
16. Diskuze .....	80
Závěr.....	84
Použitá literatura.....	87
Seznam příloh.....	88
Abstrakt .....	91

# Úvod

Etapa života po odchodu ze zaměstnání se stále prodlužuje. Někteří z nás mají štěstí a prožijí etapu stáří v dobrém zdravotním stavu a dobré kondici. Čím déle ale člověk žije tím, větší je pravděpodobnost, že přijdou nějaké životní ztráty se kterými se budu muset smířit a vyrovnat. V takovém případě Validace pomáhá. Validace pomáhá i pečujícím a má mnoho přínosů.

Jako téma diplomové práce jsem si vybrala metodu Validace podle Naomi Feil. Jde o metodu, jejíž autorka je sociální pracovnice Naomi Feil a vytvořila ji mezi roky 1963 a 1980 při práci se seniory. S termínem Validace jsem se poprvé setkala v předmětu Práce se seniory. Metoda mě ihned zaujala svým lidským a empatickým přístupem k velmi starým lidem. Vzhledem k mému zájmu pracovat právě s touto cílovou skupinou jsem se rozhodla, že si zvolím Validaci jako téma své práce. S přibývajícím počtem seniorů vzrůstá také potřeba vhodných metod pro práci s touto cílovou skupinou. Důležitou potřebou této cílové skupiny je balancování svého dosavadního života. S touto potřebou jim může pomoci metoda Validace.

Práce je rozdělena do dvou částí, a to části teoretické a části praktické.

V teoretické části je popsána metoda Validace, důvod jejího vzniku, pro koho je určena, jaké jsou principy a cíle Validace. Jaké jsou Validační techniky a popis práce Validačního pracovníka. V první části práce také popíšu individuální a skupinovou Validaci a jaké jsou její přínosy pro klienty i pro pečující. Budu se také snažit popsat, jak Validace zapadá do českého prostředí sociální péče o seniory.

V praktické části se soustředím na dotazníkové šetření, jehož cílem bylo zjistit, jak Validace vypadá v domovech pro seniory. Jak se liší od teorie, kterou sepsala Naomi Feil. Otázky v dotazníku budou i otevřené, aby měli respondenti, co největší prostor pro popsání metody, jak metodu vnímají a jestli jim pomáhá v jejich každodenní práci.

Cílem diplomové práce je popsat podrobněji metodu Validace, která je v českém prostředí relativně nová a málo používaná. Zjistit, jakým způsobem je tato metoda využívána, jak vypadá aplikace této metody, jaké výhody přináší a důvody pro využívání této metody při práci s velmi starými dezorientovanými lidmi nebo lidmi trpícími demencí a jak se praktická aplikace metody liší od teoretického základu zpracovaného Naomi Feil.

Jako základní výzkumnou otázku jsem stanovila: Jakým způsobem je prováděna metoda Validace ve vybraných pobytových zařízeních pro seniory s ohledem na teoretický koncept vytvořený Naomi Feil?

Pevně věřím, že v závěru této práce budu schopná na tuto výzkumnou otázku odpovědět shrnutím dat, které jsem získala z dotazníkového šetření.

## Teoretická část

### 1. Validace jako metoda práce se starými lidmi

Autorkou metody Validace je Naomi Feil, která se narodila roku 1932 v Mnichově, ale vyrostla v Americkém Ohiu. Po získání magisterského titulu z oboru sociální práce na Kolumbijské univerzitě začala pracovat se seniory. Mezi roky 1963 a 1980 vyvinula Naomi Feil metodu Validace vzhledem k její nespokojenosti s tradičními metodami práce se silně dezorientovanými velmi starými lidmi. V roce 1982 vydala svou první knihu *Validation: The Feil Method* a její druhá kniha byla vydána v roce 1993 s názvem *The Validation breakthrough*. Naomi Feil je také zakladatelkou a ředitelkou *Validation Training Institute*.<sup>1</sup>

Ve své první knize *Validation: The Feil Method* uvádí, že když v roce 1963 začala pracovat s velmi starými lidmi (lidé přes 80 let), bylo jejím cílem pomoci těmto lidem čelit realitě a vytvořit si vztahy v rámci své skupiny. V roce 1966 došla k závěru, že pomáhat jim čelit realitě je nerealistické. Každý z jejích klientů byl zachycen ve vlastním světě fantazie. Prozkoumávání pocitů a reminiscence pomáhala členům skupiny reagovat jeden na druhého. Po čase se vzdala cíle orientovat klienty v realitě, když se je pokusila orientovat na současné nesnesitelné reality zjistila, že někteří členové skupiny se spíše stáhli nebo začali být nepřátelští.<sup>2</sup>

Jako příklad uvádí jednu situaci, kdy se klientka zvedla a řekla, že musí odejít, protože musí jít domů nakrmit své děti. Naomi Feil jí vysvětlila, že nemůže jít domů, protože teď žije v domově pro seniory a její děti tady nejsou. Klientka jí řekla, že to ví, ale právě proto musí odejít, protože musí jít domů ke svým dětem. Žádné prezentování reality ji nedokázalo přesvědčit. Cítila se zbytečná. Chtěla být doma a být matkou svým třem dětem a cítit se užitečná.

Lidé se často ve stáří vrací k starým křivdám v životě a chtějí, aby je někdo validoval, aby někdo validoval jejich vztek nebo zármutek.

---

<sup>1</sup> <https://vfvalidation.org/naomi-feil-bio/> [online]. [cit. 2019-03-30].

<sup>2</sup> FEIL, Naomi a VICKI de KLERK-RUBIN. *V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old*. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 9



V českém prostředí je termín Validace relativně nový, metoda samotná ale zas tak nová není. I přes dobově podmíněné názvy se u nás Validace už dříve prováděla.<sup>3</sup> Metoda Validace není v českém prostředí velmi dobře popsána. Trochu více jí popisuje Eva Rheinwaldová ve své knize Novodobá péče o seniory.

V dalších podkapitolách bude metoda Validace rozebrána do větších detailů včetně její definice, cílů, principů, fází dezorientace, její souvislosti s vývojovou periodizací života podle Erika Eriksona a Validačních technik.

---

<sup>3</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, str. 256

## 2. Co je to Validace?

Co je tedy metoda Validace? V první kapitole je popsáno, jak Naomi Feil k metodě dospěla.

Validovat znamená **uznat** a **potvrdit** pocity druhého člověka. Validovat znamená říci, že jejich pocity jsou skutečné. Popírání pocitů jedince ho zneplatní. Validace využívá empatie k naladění se na vnitřní realitu dezorientovaného seniora. Empatie neboli „vyzkoušet si chodit v botách druhého člověka“ buduje důvěru a důvěra přináší bezpečí. Bezpečí nám přináší sílu a síla obnovuje náš pocit hodnoty. Tento pocit pomáhá redukovat stres. Pomocí empatie dokáže Validací pracovník rozpoznat vodítka, náznaky a pomáhá klientům vložit jejich pocity do slov. Tímto je validuje a pomáhá jim obnovit důstojnost.<sup>4</sup>

Cílovou skupinu pro Validaci tvoří osoby ve věkové kategorii nad 80 let, kteří nemají v anamnéze duševní onemocnění a jejich dezorientace vznikla jako kombinace tělesných, psychických a sociálních změn.<sup>5</sup>

Někteří dezorientovaní staří lidé se již nepotřebují vracet do minulosti, když se cítí silní, milovaní a mají pocit hodnoty v současnosti. Neexistuje jeden jednoduchý vzorec, který by fungoval pro všechny, ale všichni se cítí šťastnější, když jsou validováni.

### Validace je:

- teorie rozvoje pro staré dezorientované lidi,
- metoda pro třídění jejich chování,
- specifická technika, která pomáhá dezorientovaným velmi starým lidem znovu získat důstojnost skrze individuální Validaci a také validační skupiny.<sup>6</sup>

### Cíle Validace:

- obnova pocitu vlastní hodnoty,
- redukce stresu,
- ospravedlnit žití,

---

<sup>4</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 10

<sup>5</sup> MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních*. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada), str. 240

<sup>6</sup> Tamtéž, str. 11-12

- snaží se vyřešit nedořešené konflikty z minulosti,
- zvýšit verbální a non-verbální komunikaci,
- zlepšit chůzi a psychickou pohodu,
- zabránit jedinci stáhnout se do vegetativní fáze.<sup>7</sup>

**Cíle Validace** popisuje ve své knize Novodobá péče o seniory také Rheinwaldová:

- pomoci vyřešit skryté konflikty vyjádřením pocitů potlačených v minulosti,
- pomoci při aktivitách prožívat minulé radosti a nahrazovat jimi intelektuální city,
- stimulovat smyslové vzpomínky,
- pomoci unikat nudě a stresu,
- pomoci uniknout bolestivému pocitu samoty a neužitečnosti.<sup>8</sup>

Rheinwaldová také definuje Validaci: „Validace znamená respektování dezorientovaných lidí, kteří mají za sebou dlouhý běh života. Je pokorným uznáním jejich moudrosti.“<sup>9</sup>

Haškovcová v knize Fenomén stáří, Validaci krátce zmiňuje. Jako cíl metody uvádí vyřešit nedořešené problémy minulosti, vyrovnat se s prožitým životem a snížit stres způsobený životními ztrátami, dosáhnout spokojenosti a vrátit lidem pocit vlastní identity.

Malíková v knize Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních píše o Validaci jako o dalším významném způsobu pomoci, která není jen naučenou technikou, jež by měla být rutinně uplatňována. Je to filosofie přístupu k velmi starým dezorientovaným lidem nebo lidem s demencí.<sup>10</sup>

Procházková charakterizuje Validaci jako metodu sociální práce spojenou s komunikačními technikami na základě empatie.<sup>11</sup>

---

<sup>7</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 11

<sup>8</sup> RHEINWALDOVÁ, Eva. Novodobá péče o seniory. Praha: Grada, 1999. Psyché (Grada), str. 48

<sup>9</sup> Tamtéž, str. 48

<sup>10</sup> MALÍKOVÁ, Eva. Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada), str. 239

<sup>11</sup> PROCHÁZKOVÁ, E. Biografická péče: důstojná péče, Sestra, 2008, Vydání č. 5/2008, Praha, str. 19

### 3. Principy Validace

Pro Validaci je podstatné přijetí těchto základních humanistických přesvědčení a hodnot:

- Všichni lidé jsou jedineční a musí se s nimi jednat individuálně.
- Všichni lidé mají hodnotu, bez ohledu na to, v jakém stádiu dezorientace se právě nachází.
- Chování dezorientovaných starých lidí má vždy důvod.
- Chování starých lidí není pouze důsledkem anatomických změn v jejich mozku, ale reflektují kombinaci fyzických, sociálních a psychologických změn, které přichází v různých etapách života člověka.
- Staří lidé nemohou být nuceni změnit své chování nebo dokonce vlastnosti. Chování můžeme změnit pouze tehdy pokud se daná osoba změnit chce.
- Konkrétní životní úkoly jsou spojeny s vývojovými etapami života. Neschopnost naplnit úkol v odpovídající vývojové etapě může vést k psychologickým problémům.
- Empatie buduje důvěru, redukuje úzkost a přináší důstojnost.<sup>12</sup>

Abychom pochopili chování jedince, jeho nebo její musíme znát jeho fyzickou stránku, sociální a psychické potřeby. Chování nemůžeme soudit jako dobré nebo špatné bez toho, aniž bychom ho viděli v kontextu těchto potřeb. Veškeré chování musí být posuzováno skrze kontext toho co je správné v dané vývojové fázi života.

Validační teorie a praxe je založena na následujících **principech**:

- Bolestivé pocity, které jsou vyřčené, uznané a validované důvěryhodným posluchačem, zeslábnou.
- Bolestivé pocity, které jsou ignorovány nebo potlačeny získávají na intenzitě a mohou se stát „toxické“.
- Časně, dobře uložené emocionální vzpomínky přetrvávají na určitém stupni až do stáří.

---

<sup>12</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 28 – 29

- Pokud se starším lidem nedaří dobře si vybavovat nedávné vzpomínky, často se pokouší vrátit řád do života vybavováním si starších vzpomínek.
- Pokud dochází ke zhoršování zraku používají staří lidé oči své mysli, aby viděli. Pokud dochází k zhoršování sluchového vnímání obrací se ke zvukům minulosti.
- Lidé mají mnoho úrovní vědomí.
- Pokud se současnost stane příliš bolestivá, někteří staří lidé přežívají díky vracení se ke starým vzpomínkám a stimulaci vzpomínek z minulosti.
- Současné emoce mohou vyvolat emoce, které jedinec cítil již v minulosti.<sup>13</sup>

Validační pracovník si uvědomuje ztrátu zraku, sluchu, poruchy paměti a sociální kontroly u velmi starých lidí. Rozumí také tomu, že někteří z těchto klientů, jejichž současná realita může být trochu rozmazaná se uchylují do minulosti, aby si oživilí známé tváře. Potřebují se vrátit, aby spravili zničené vztahy. Validační pracovník jejich chování neodsuzuje jako nevhodné, ale vnímá je jej v kontextu fyzických, sociálních a psychologických faktorů. Jejich chování je léčivé, jejich hledání minulosti je účelné.<sup>14</sup>

Validace je založená na představě, že za každým chováním je určitý důvod. Klíč k tomu, aby bylo možné staré lidi validovat je porozumět tomu, proč se tak chovají a přijmout způsob jakým se chovají. Pokud s Validací pracujeme, musíme přijmout fyzický úpadek jedince a vstoupit do jeho světa. Rovněž bychom se měli stát pečující, důvěryhodnou autoritou. Velmi starý člověk se poté cítí v bezpečí a začíná komunikovat slovy nebo bez slov. Tito klienti reagují na upřímné, autentické doteky, péči a empatii. Zvýšení pocitu vlastní identity a pohody často vede ke změně v chování. Nejdůležitější podle autorky je fakt, že tato metoda pomáhá klientům k rozhodnutí nestáhnout se do vegetativního stavu, ale pokračují v komunikaci vzhledem k jejich možnostem.<sup>15</sup>

Eva Malíková píše, že podstata Validace vychází z teorie, že chování každé osoby s demencí (nebo dezorientovaných starých lidí) má svou příčinu v nevyřešených a nezpracovaných emočních prožitcích a situacích z minulosti.

---

<sup>13</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 30

<sup>14</sup> Tamtéž, str. 31

<sup>15</sup> Tamtéž, str. 31

Hlavním smyslem Validace je zjistit prožitá traumata, uvědomit si dřívější události v životě klienta a hledat jeho vzpomínky. Po nalezení a identifikaci příčin je nezbytný druhý krok, a to poskytnutí pomoci klientovi vyrovnat se s nimi.

## 4. Erik Erikson – periodizace lidského vývoje

Naomi Feil při vytváření metody Validace vycházela také z periodizace lidského vývoje od německého psychologa Erika Eriksona, který rozdělil lidský život do osmi fází a který uvedl, že v každé fázi vzniká konflikt, který musíme vyřešit. Naomi Feil na jeho teorii navazuje a popisuje ji ve své knize Validation Breakthrough.

V kojeneckém věku se učíme věřit matce, že nás nikdy nenechá hladové a v zimě. Učíme se věřit, že se k nám vždy vrátí. A časem se naučíme, že jsme milováni a můžeme věřit, že matka se vrátí. Pokud se této důvěře nenaučíme neseme si s sebou životem velké břemeno nedůvěry vůči lidem okolo nás.

Později v dětství je naším úkolem naučit se kontrole. Zjistíme, jaká ve světě panují pravidla a naučíme se, že někdy se nám všechno nepodaří tak, jak bychom si přáli, často děláme chyby a pokud jsou tyto chyby přijaty, tak se pak nebojíme zkoušet nové věci a nebojíme se pádu a chyb. V případě dětí, jejichž rodiče vyžadují dokonalost a učí své dítě, že nesmí plakat, nesmí na nic nezapomenout, nic pokazit, tak tyto děti dostanou do svého života další zátěž. Až do staří si s sebou nesou potřebu stálé kontroly. Takto vychovaní lidé mají pocit, že lásku si musí zasloužit a nemůžou si dovolit chyby. Ve stáří se, ale chybám nevyhnou a takoví klienti často viní personál, své děti nebo jiné okolnosti za to, že nemohou něco najít. Je to z toho důvodu, že nikdy neprožili takové ztráty. Bojí se často vyjádřit své pocity. Pevně se drží věcí a nechtějí je pustit.

V období dospívání je náš úkol osamostatnit se a rebelovat. Odmítáme své rodiče jako autority a jejich pravidla. Nalézáme vlastní hodnoty a vytváříme si vlastní pravidla. Bojujeme abychom našli sami sebe, odlišili se od lidí, jež milujeme, ale jsme ochotní to risknout, protože už jako kojenci jsme se naučili, že naši rodiče nás budou milovat i když s nimi budeme bojovat. V případě, že nemáme v sobě zakořeněný pocit bezpodmínečné lásky je pro nás rebelie riskantní. Pokud budeme bojovat a nepodrobíme se rodičům, nemusí nás už milovat, mohou nás opustit a my budeme sami. Tím pádem děláme to, co nám rodiče říkají a neseparujeme se od autority, existujeme v rámci naší rodiny a nezjistíme kdo jsme jako samostatné osobnosti. Okolní svět nám přidělil naši identitu a bojíme se odmítnutí okolního světa, pokud se začneme prosazovat.

V dospělosti bychom měli navázat blízký vztah s druhým člověkem. Snažíme se dosáhnout intimity. Pokud jsme si jistí svou identitou, dokážeme překonat strach z odmítnutí a strach z toho, že nám někdo ublíží. Dokážeme se vyrovnat s tím, že naše

láska nebude opětována. Přijmeme to riziko. Pokud jsme se nenaučili dělat chyby v dětství, jak se to naučíme v tomto období? Když nás pronásledují pocity opuštěnosti z kojeneckého věku, rozpaky ze selhání z dětství a pocit odmítnutí z dospívání, tak se straníme ostatních a zůstáváme izolovaní a stanou se z nás samotáři.

Střední věk je čas, kdy se naučíme adaptovat na situace, které nejdou podle našeho plánu, ale dokážeme se s tím smířit. Musíme se smířit se stárnutím. Podíváme se do zrcadla a přijmeme fakt, že nebudeme žít věčně. Musíme přijmout ztráty, které přichází. Můžeme přijít o životního partnera nebo práci, ale my se dokážeme přizpůsobit. Ale pokud jsme se naučili, že musíme být perfektní, že nemůžeme přijít o kontrolu a nemůžeme sdílet naše pocity, tak bez našeho partnera jsme nikdo, bez práce nejsme nic. Abychom dokázali přežít, snižujeme dopad těchto změn. Jsme zaseklí a nedokážeme se posunout do nové fáze života.

Ve stáří si odůvodňujeme a ospravedlňujeme, co jsme udělali v našem životě. Je to čas podívat se zpět a utřídit si, kdo jsme. Ve stáří se připravujeme na smrt, pokud se cítíme dobře s tím, čeho jsme v životě dosáhli, umíráme v sebeúctě bez ohledu na naše chyby, omyly a nedosažené sny. Kdysi jsem chtěla být slavná herečka toho jsem nedosáhla, ale dokázala jsme využít své herecké schopnosti, abych byla dobrá učitelka. Mám se ráda bez ohledu na vše, co se mi nepovedlo. Dokážeme přijmout, jací jsme, jací jsme byli ale, i to kým jsem nikdy nebyli. Můj život měl smysl. Integrita ve stáří je schopnost rozpoznat naše silné stránky navzdory našim slabostem. Jestliže ale nedokážeme přijmout, kdo jsme, a nevěříme, že budeme milováni, i když zestárneme, a naše paměť vybledne, tak upadneme do zoufalství. Pokud ho budeme ignorovat, můžeme se ze zoufalství dostat do deprese. Naše břímě začne být nesnesitelné a s tím se posunujeme do období pozdního stáří.

Naomi Feil vidí jako úkol v období pozdního stáří vyřešení minulosti proti vegetativní fázi, kterou definuje jako úplné stažení se člověka do sebe. Velmi staří lidé, kteří mají hluboké nevyřešené pocity z předchozích vývojových etap, se často vrací do minulosti, aby své pocity vyřešily. Snaží se urovnat všechny věci, než odejdou. Nejde o vědomý krok jako u páté a šesté fáze u Eriksona. Jde o hlubokou lidskou potřebu zemřít v míru. Ti, kteří dosáhnou integrity ve stáří, se do fáze, kdy by měli vyřešit svou minulost, nikdy nedostanou. Vzhledem ke stárnutí populace a prodlužování délky života bude stále více starých lidí, kteří se dostanou do této fáze a ti, kteří se tam dostanou, budou potřebovat, aby jim někdo naslouchal, validoval jejich pocity. Pokud je nikdo nebude poslouchat, dostanou se do fáze vegetace.



## 5. Fáze dezorientace podle Naomi Feil

Naomi Feil ve svých knihách popisuje 4 fáze dezorientace. Nedostatečně orientovaní lidé a dezorientovaní lidé vstupují do finální fáze života, kterou Naomi Feil popisuje jako fázi vyřešení minulosti versus vegetování. Tito lidé nikdy nedosáhli integrity, kterou známe z vývojové teorie Erika Eriksona. Autorka rozdělila tuto populaci do čtyř fází. Tyto fáze mohou být identifikovány podle fyzických a psychických charakteristik. Každá fáze je víc odtrhuje od reality. Na těchto kategoriích bychom neměli striktně trvat, jak autorka sama píše, lidé se někdy z fáze do fáze dostanou během pěti minut. Obvykle se ale v jedné fázi nachází většinu času.

Abychom dokázali porozumět klientům v těchto čtyřech fázích, musíme pochopit, jakým způsobem používají symboly. Symbol je předmět nebo osoba v současnosti, který reprezentuje důležitý předmět nebo osobu z minulosti. V případě, že jsou naše kognitivní schopnosti nedotčené, dokážeme si spojit dvě věci nebo dva lidi a porovnat je bez toho, abychom ztratili naši identitu. Dokážeme přemýšlet v metaforách. Dezorientovaní lidé také používají symboly, mohou vzít předmět nebo člověka, se kterými jsou v kontaktu v přítomnosti, a využijí je k vyjádření emocí z minulosti. Často také využívají osoby ze současnosti k vyjádření nashromážděného vzteku vůči svým rodičům. Špatně orientovaná žena, která má v sobě potlačený vztek vůči své matce, může tento vztek ventilovat směrem ke své dceři, která se o ni nyní stará. Zamění svou matku za svou dceru. Dezorientovaní lidé ztratili kognitivní schopnost oddělovat lidi nebo předměty ze své minulosti a přítomnosti. Naomi Feil ve své knize *Validation: The Feil Method* uvádí seznam typických symbolů a jejich významů, které vypožadovala za svou pětatřicetiletou praxi. Seznam přepsaný z této knihy je uvedený v příloze diplomové práce.<sup>16</sup>

### 1. Fáze dezorientace: Nedostatečná orientace<sup>17</sup>

Lidé v této fázi dodržují společensky předepsaná pravidla až na jednu výjimku potřebují vyjádřit konflikty z minulosti skrytou formou. Využívají lidi v současnosti jako symboly lidí z minulosti. Řeč, rozum a racionální myšlení jsou velmi důležité. Klienti s nedostatečnou orientací si váží jasného, zřetelného rozhodnutí a kontroly. Často odmítají doteky a blízký oční kontakt. Dokáží se orientovat v čase, promýšlet věci, dávají věci tam,

---

<sup>16</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. *V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old*. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 47

<sup>17</sup> Tamtéž, str. 49 - 51

kam patří a udržují pořádek. V případě, že je někdo zastihne, když něco zapomenou nebo udělají chybu, cítí se zahanbeni. Jsou schopni vést rozhovor v případě, že si v příběhu něco nepamatují, vymýšlejí nějaké části příběhu, aby tyto výpadky paměti zakryli. Pocity stáří, neúčinnosti nebo osamění vnímají jako trest za své minulé chování. Pokud jsou lidé v této fázi v instituci, mohou často říkat, že jim zaměstnanci tráví jídlo. Jídlo je symbolem lásky. Zahořklí, osamělí a nemilovaní obviňují lidi kolem sebe, že jim kradou jejich věci, protože se cítí okradení ve stáří a v dětství se cítili okradení svými sestrami, bratry, rodiči o svou důstojnost.

#### **Fyzické vlastnosti lidí ve fázi nedostatečné orientace:**

- vidění je zřetelné a soustředěné,
- postoj je pevný,
- pohyb v prostoru (i v kolečkovém křesle nebo s chodítkem) je přesný, jistý, rozhodný,
- obličejové svaly a tělesné svaly jsou napjaté,
- čelist často vyčnívá,
- ruce má často založené a má tendence ukazovat prsty,
- rty jsou pevně sevřené a dýchání je mělké,
- tón hlasu je zřetelný, ostrý, pronikavý nebo kňouravý,
- často svírá kabát, hůl nebo kabelku,
- kognitivní schopnosti jsou relativně nedotčené, dokáže třídit do kategorií, je časově orientován,
- čtení, psaní, počítání,
- ztráta zraku, sluchu, mobility jsou relativně minimální.

#### **Psychické vlastnosti lidí ve fázi nedostatečné orientace:**

- potřeba vyjádřit skryté emoce,
- chtějí rozumět okolí a chtějí, aby jim bylo od okolí porozuměno,
- jsou orientováni v realitě,
- uvědomují si občasné zmatení, ale odmítají ho a konfabulují,

- slyší, vidí, mluví a pohybují se dobře,
- odmítají změny,
- popírají emoce jako osamělost, vztek, hněv, strach, sexuální touhu,
- obviňují ostatní při ztrátě věci,
- nedokáží pochopit vnitřní důvody svého současného chování,
- chtějí Validaci od autority: zaměstnanci instituce, přátelé, rodina, lékaři a další,
- odmítají dotyky a intimitu, nechtějí, aby byla vidět jejich zranitelnost,
- potrpí si na dodržování intimní zóny jako neviditelného kruhu, která obklopuje každého člověka. Cítí se bezpečně, pokud je tato zóna nedotknutelná.

## 2. Fáze dezorientace: Zmatenost v čase<sup>18</sup>

V této fázi se u člověka prohlubují ztráty. Dochází ke zhoršení vidění, sluchu, mobility, hmatových smyslů, čichu, chuti a kognitivní kapacity, což může vést jedince ke stažení se do sebe a odtažení se od reality. Lidé v této fázi již nedokážou popírat zhoršování jejich stavu a nedokáží se již držet reality. Orientace v čase a realitě už v této fázi není udržitelná. Namísto sledování času, hledají vzpomínky. Ztrácí přítomnost a hledají svůj minulý život. Jedna emoce spouští další. Lidé a předměty se stávají symbolem a lístkem do minulosti.

Lidé v této fázi ztratí kontrolu, komunikační schopnosti, sociální dovednosti. Už se nedokáží držet sociálních pravidel a často jim chybí stimulace od druhých, protože jsou jimi ignorováni a izolováni. Stávají se nekontrolovatelnými jak fyzicky, tak psychicky.

V této fázi se lidé vracejí k elementárním pocitům jako je láska, nenávisť, strach nebo odloučení a boj o vlastní identitu. Tyto pocity jsou vyjadřovány mnoha dezorientovanými starými lidmi doma nebo v institucích. Validační pracovník by měl porozumět jejich strachu ze samoty, chápat jejich potřebu vlastní identity a dokázat rozpoznat jejich volání o pomoc v případě, že musí čelit něčemu neznámému. Pokud o takové klienty pečuje, musí porozumět všeobecnému strachu ze smrti, touze po tom někam patřit, po smyslu a lásce a neměli bychom v žádném případě mluvit o plačících klientech jako o někom, kdo chce pozornost.

---

<sup>18</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 51 - 53

Špatně orientovaný člověk začne být více zmatený v čase až po zhoršení jeho celkového stavu. Pokud by ještě předtím došlo k Validaci, nemusel by se stáhnout tolik do sebe. Validace by mu pomohla, aby dále komunikoval a řešil každodenní problémy i před zhoršováním jeho stavu. S Validací by dokázali vyjádřit své pocity. Jako příklad autorka uvádí, že syn umístil svého otce do pečovatelského domu poté, co již nemohl vydržet otcovo obviňování a výčitky. Tento přesun zavinil, že jeho otec se přesunul z první fáze do fáze druhé. K tomuto nemuselo dojít, pokud by byl tento starý člověk včas validován, mohl vyjádřit své úzkosti, a nemusel se tak se přesunout do fáze zmatenosti v čase.

#### **Fyzické vlastnosti lidí ve fázi zmatenosti v čase:**

- uvolněné svaly, pohyby jsou uhlazené,
- oči jsou otevřené, ale často nesoustředěné s pohledem do dálky,
- dýchání je pomalé a nestabilní,
- pohyb v prostoru je pomalý, nekoordinovaný, často se ptá: kudy mám jít?,
- řeč je pomalá,
- často se ptají,
- tón hlasu je nízký, občas bývá i hlasitý a hrubý,
- ramena mohou být pokleslá dopředu, při chození šoupe nohama.

#### **Psychické vlastnosti lidí ve fázi zmatenosti v čase:**

- realita bývá „rozmazaná“ z důvodu zhoršujícího se racionálního uvažování, vidění a sluchu,
- schopnost vyjadřovat emoce je zachována, ale schopnost zapamatování si faktů zachovaná není,
- metaforické myšlení je ztraceno, nedokáží kategorizovat osoby a předměty nebo se porovnat,
- vracejí se k intuitivnímu vědění,
- pamatují si příjemné smyslové pocity z dětství,
- neposlouchají lidi v přítomnosti,
- zapominají nedávné události, ale výborně si vybavují události z minulosti, ve které prožívali silné emoce,

- jejich energie se zaměřuje na řešení nedořešených konfliktů, aby vyvolali pocity užitečnosti a potěšení,
- nemohou hrát hry, které mají pravidla, např. bingo,
- určují čas podle osobních emocí nikoli podle hodin. Čas měří podle životních zkušeností. Příklad: člověk může být hladový po lásce. Symbolem pro lásku je pro mnoho lidí jídlo. Tento člověk může požadovat jídlo hned po obědě,
- používají zájmena bez konkrétního odkazu koho tím myslí. „On“ může odkazovat k Bohu, otci, vlastní osobě, světu, autoritě atd.
- častěji používají symboly jako zástupce pro lidi a vzpomínky ze své minulosti, přemýšlejí spíše v symbolech než prostřednictvím slov,
- při pečujícím doteku a očním kontaktu se snižuje stres,
- schopnost číst je často zachovaná ale ztrácí schopnost psát,
- nedokáží udržet pozornost delší dobu,
- slyší zvuky z dávné minulosti, zejména při úplné ztrátě sluchu,
- ztrácí kontrolu, často vyžadují okamžité uspokojení základních instinktů jako je láska, hlad nebo sexuální chťič.

### 3. Fáze dezorientace: Opakující se pohyby <sup>19</sup>

Lidé, kteří v druhém stádiu nesdílí své emoce s druhým člověkem, který by je mohl validovat, nedokáží často vyřešit své pocity a dostanou se proto do třetí fáze dezorientace, kdy dojde ke ztrátě schopnosti verbalizovat řeč a snaží se vyřešit své konflikty z minulosti. Části těla se stávají symboly a pohyby v této fázi nahrazují slova. Člověk, který se cítí svázan, se opakovaně obléká a svléká, aby se cítil svobodný. Někdo, kdo je emociální vyhladovělý může jíst například křidu, aby ulevil své touze. Jiní, kteří cítí hněv, mlátí do věcí, dokud se jejich hněv nezmenší.

Každý člověk má jiné uvažování o tom, jaké chování je „špatné“. Toto uvažování je většinou silně navázané na to, co považovali za „špatné“ chování jeho rodiče. Velmi staří lidé mají schopnost vyjádřit tyto emoce, aby mohli vyřešit své problémy. Mnoho emocí jako stud, vina, sexuální chťič nebo strach ležely celý život pohřbené v nitru člověka, kde

---

<sup>19</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 53 - 55

byly kontrolovány a skryty, aby se nedostaly ven. Ve stáří po mnoha letech se dostávají na povrch. Tyto pocity zaplavují celou jejich osobnost. Vztek kvůli pevným pravidlům, hanba kvůli tomu, že jsme se těžko učili na nočník, pocity viny jsou vyjádřeny skrze zmatené pohyby.

Ve třetí fázi je řeč značně omezená, v případě ztráty logické, naučené řeči se vrací do fáze základních lingvistických vzorců. Osamělí, izolovaní a chtějící svou matku ji přivedou zpět jazykem používaným v dětství „ma ma ma“. Tímto pohybem rtů si velmi starý člověk vrací svou matku k sobě a není už tak osamělý.

Tělesné pohyby dokáží přesunout některé lidi zpět do minulosti. Velmi starý člověk, který se kolébá, může vzpomínat na to, jak byl kolibán svou matkou. Sestra, která se jemně dotýká takového člověka, symbolizuje matku. Tento dotek se stává dotekem matky a snižuje se tím úzkost a starého člověka naplní pocit bezpečí. Jedním dotekem se přesune o 80 let zpět v čase.

Těmito živými představami změní pečovatelský dům v produktivní pracoviště a „cestují“ zpět v čase. Křeslo, které je pevné jako otec, se stane „tatínkem“. Lidé, kteří zní nebo se podobají lidem z minulosti, se těmito lidmi stanou bez ohledu na věk nebo pohlaví. Bez toho, aby se zvedli ze své postele nebo křesla „tancují“ a „chodí“ díky těmto představám.

#### **Fyzické charakteristiky lidí ve fázi opakující se pohyby:**

- kolébají se a tancují,
- zpívají, ale nedokáží mluvit ve větách,
- broukají si, dělají různé zvuky,
- svaly jsou uvolněné, pohyby jsou jemné ale nejsou si vědomi těchto pohybů,
- oči jsou často zavřené nebo nejsou soustředěné,
- častěji pláčou,
- prsty a rukama bubnují, klepají, tlučkou, dokola rozepínají a zapínají knoflíky,
- opakují jeden zvuk nebo pohyb stále dokola,
- dýchání je stabilní, rytmické a vyrovnané,
- hlas je nízko položený a melodický,

- mají momenty velké fyzické síly při vyjadřování hněvu nebo pokud se snaží získat lásku,
- ztratí schopnost čtení i psaní,
- dokáží zpívat celé písně z raného dětství.

**Psychické charakteristiky lidí ve fázi opakující se pohyby:**

- potřeba řeči se ztratí z důvodu jejího nepoužívání,
- stálý pohyb udržuje člověka při životě, pomáhá snižovat úzkost, zmírňuje nudu a potvrzuje vlastní existenci,
- schopnost a touha k přemýšlení je ztracena,
- opakující se zvuky stimulují, ujišťují a pomáhají vyřešit pocity,
- pokud jsou motivovaní dokáží obnovit své zavedené sociální role,
- ztrácí sebeuvědomění a hůře si uvědomují své tělo v prostoru,
- bez motivace se uzavrou proti vnějším podnětům,
- mají dostatek energie pro tanec a zpěv, ale skoro žádnou pro mluvení a myšlení,
- mají zkrácenou dobu pozornosti, nedokáží se soustředit na víc než jednu věc nebo člověka,
- nereagují, pokud zde není stimulace více faktorů – blízký kontakt, pečující dotek, tón hlasu a oční kontakt,
- snaží se vyřešit nedořešené konflikty skrze pohyb,
- dokáží částečně obnovit nepoužívanou řeč a limitované racionální uvažování a interagovat s druhými, ale pouze v upřímném, láskyplném, validujícím vztahu,
- nedokáží hrát hry, které mají pravidla, jsou netrpěliví, chtějí okamžité uspokojení svých potřeb.

**4. Fáze dezorientace: Vegetativní stav** <sup>20</sup>

V tomto stavu se velmi starý člověk uzavře zcela před světem, vzdá se v boji o vyřešení svého života. Vlastní stimulace je minimální, pouze nutná k přežití. Pokud jsou klientům ve

---

<sup>20</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 56 - 57

třetí fázi podávána sedativa nebo jsou jiným způsobem uklidňováni nebo je zde snaha je orientovat na realitu, často se stáhnout do stavu vegetace. Toto uzavření před světem je kompletní.

Naomi Feil nahrávala reakce lidí na Validaci v této fázi. Někteří klienti reagovali neverbálně, jedna paní otevřela oči a zavolala jméno svého syna po třech měsících pokračující Validace.

Lidé ve vegetativním stavu potřebují dotek, uznání a péči, dokud žijí. Při pomáhání dezorientovaným velmi starým lidem v raných fázích je nutné zabránit posunu do pozdějších fází dezorientace.

**Fyzické charakteristiky lidí ve vegetativní fázi:**

- oči jsou převážně zavřené, nejsou soustředěné a bývají „prázdné“,
- svaly jsou uvolněné,
- sedí v křesle, nebo leží v posteli ve fetální poloze,
- ztratili vědomí o svém těle,
- pohyby jsou neznatelné.

**Psychické charakteristiky lidí ve vegetativní fázi:**

- nepoznávají blízké příbuzné,
- jakékoliv emoce vyjadřují pouze výjimečně,
- nemají zájem na aktivitě,
- není zde způsob, jak zjistit, zda řeší své vnitřní konflikty.



## 6. Validační techniky

Validační techniky jsou relativně jednoduché. Naomi Feil sama uvádí, že k nim není třeba vysokoškolský titul, ale potřebujeme schopnost akceptovat a vcítit se do starých dezorientovaných lidí. Validační pracovník se musí naučit dát stranou své mínění a očekávání ohledně chování a naučí se být citlivý k důvodům chování dezorientovaných lidí. Techniky, které Validace využívá vyžadují pouze osm minut denně upřímné, neodsuzujícího empatického naslouchání.<sup>21</sup>

Tyto techniky dokáží výrazně snížit úzkost dezorientovaných klientů. Pomáhají také velmi rodinám a pečovatelům, kteří často trpí pocity vyhoření z každodenní náročné práce s dezorientovanými lidmi. Různé techniky se hodí pro různé fáze dezorientace vysvětlené v předchozí kapitole. Techniky se dají lehce naučit a mohou být prováděny během běžného dne. Používáním těchto technik mohou pečovatelé zlepšit životy svých klientům, tak i své vlastní.<sup>22</sup>

### Technika č. 1: Centrování

K centrování se validující soustředí na své dýchání za účelem zbavení se vlastního rozčilení a frustrace. Validující se tím otevře pocitům člověk, se kterým se snaží komunikovat. Abychom mohli empaticky naslouchat jinému člověku, je nezbytné nejdříve uvolnit vlastní emoce. Všechna validační sezení by měla začít touto technikou. Centrování trvá zhruba tři minuty a mělo by být příjemné a relaxující. Jak se centrovat/soustředit:

- soustředit se na bod zhruba 5 cm pod pasem,
- zhluboka se nadechnout nosem, naplnit své tělo kyslíkem, vydechnout ústy,
- měli bychom ukončit veškerý vnitřní dialog a všechnu svou pozornost věnovat dýchání,
- tento proces bychom měli opakovat osmkrát.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 36

<sup>22</sup> Tamtéž, str. 36

<sup>23</sup> Tamtéž, str. 37

## **Technika č. 2: Užívání neohrožujících, věcných slov k vybudování důvěry**

Lidé v pozdním stáří, v období, kdy je jejich úkolem vyřešit svou minulost, často nechtějí rozumět svým pocitům, nemají zájem porozumět tomu, proč se chovají tak, jak se chovají, pokud bychom je konfrontovali s jejich emocemi, stáhli by se z komunikace. Aby s nimi mohl validující efektivně komunikovat, musí se vyhnout otázkám, které je nutí čelit jejich emocím. Místo toho by se měl validující soustředit na věcné otázky – kdo, jak, kdy, kde. Validující by se měl vyhnout otázkám, proč se něco stalo nebo proč udělali to, co udělali.<sup>24</sup>

### **Příklad techniky:**

Osmdesátiletá žena si stěžuje své dceři, že jí hospodyně krade šperky. Raději, než se s matkou hádat, soustředí se dcera na věcné otázky a ptá se „Kdo ti krade šperky, mami?“ Matka je touto otázkou zaujatá a říká, kdo jí podle ní krade šperky. Dcera se pak zeptá „Co ti vzala?“ a pokračuje tím ve věcných otázkách. Matka jí odpovídá, že ty šperky, které jí dal manžel. Dcera odpovídá, že to byly krásné šperky a její otec jí dával vždy krásné šperky a zeptá se na věcnou otázkou „Kdy ti je dal?“ Její matka začne vzpomínat, kdy ji je manžel dal. Její hněv byl validován, matka přestane obviňovat hospodyně a začne vzpomínat na svého muže.<sup>25</sup>

## **Technika č. 3: Opakování**

Ve fázi řešení své minulosti často nalézají útěchu v tom, když slyší svá slova opakovaná jiným člověkem. Validující zopakuje jádro věci a používá při tom stejná klíčová slova. Tón hlasu a rytmus řeči by měl být také napodoben. Pokud klient mluví rychle, měl by validující mluvit také rychle.<sup>26</sup>

## **Technika č. 4: Využití polarity**

Technika polarity zahrnuje tázání se klienta, aby se zamyslel na tím, co může být nejextrémnější příklad jeho nebo její stížnosti. Myšlenkou na nejhorší možný scénář klient vyjadřuje své pocity a nachází v tom úlevu.

---

<sup>24</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 37

<sup>25</sup> Tamtéž, str. 38

<sup>26</sup> Tamtéž, str. 38-39

**Příklad techniky:**

K validování ženy, která si stěžuje, že jídlo, které jí dali, je hrozné, se jí validující zeptá „Je to to nejhorší kuře, jaké jste kdy jedla?“ Validující ví, že tato žena si tímto způsobem ventiluje svou frustraci kvůli nesedící protéze. Ví, že klientka potřebuje někoho, kdo bude naslouchat jejímu hněvu. Tím, že jí nechá uvolnit svou zlost skrze stěžování si na jídlo, jí pečoval/ka pomáhá snížit úzkost.<sup>27</sup>

**Technika č. 5: Představování si opaku**

Představování si opaku často vede k vybavení si známého způsobu řešení problému za předpokladu, že starý člověk důvěřuje validujícímu.

**Příklad techniky:**

85letá žena si stěžuje, že k ní do pokoje v noci chodí muž. Validující se jí zeptá: „Jsou noci, kdy k Vám nepříjde?“ Žena odpoví, že když s ní validující při minulém sezení byl v pokoji tak tam muž nebyl, ale hned jak odešel, muž se objevil. Validující její slovo opakuje: „Myslíte tím, že když jste sama, tak ten muž přijde. Kdybych s vámi byla pořád, už by vás neobtěžoval?“ Žena odpoví, že vlastně nikdy v životě nebyla sama. Její manžel s ní byl celý život a bylo to velmi těžké, když zemřel. „Co jste dělala potom co zemřel?“ může se zeptat validující pracovník. Klientka potom říká, že se po jeho smrti velmi bála a jakmile byla noc, vyndala všechny jeho fotografie a jeho oblíbené valčíky a celou noc se dívala na jeho fotografie a poslouchala jeho oblíbenou hudbu. A to jí pomohlo přečkat celou noc.

Tím, že validující vyzval ženu k zamyšlení se nad situací, ve které se muž neobjevil, jí pomáhá vybavit si podobnou situaci a jakým způsobem se s ní vyrovnávala v životě dříve. Společně najdou fotky a vzpomínají na jejího manžela. Žena si obnovila důvěrný a známý způsob vyrovnání se strachem být sama.<sup>28</sup>

**Technika č. 6: Vzpomínání**

Zkoumáním minulosti můžeme znovu získat copingové strategie, které pomohou dezorientovanému člověku přežít ztráty současnosti. V době, kdy se člověk dostane do fáze stáří, je už příliš pozdě, aby se naučil novým copingovým dovednostem. Validační

---

<sup>27</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 39

<sup>28</sup> Tamtéž, str. 40

pracovník může pomoci lidem oživit si staré způsoby, jak zvládat stres, pokud bude používat slova jako „vždy“ a „nikdy“, tak může vyvolat dřívější vzpomínky. Například pokud se zeptá: „Vždycky jste měla takový problém se se spaním paní Jonhsonová? I když byl váš manžel ještě živý?“ Validační pracovník může vyvolat dřívější vzpomínky, jak tento problém klientka řešila, na který již mohla zapomenout.<sup>29</sup>

Technika č. 5 (představování si opaku) a technika č. 6 (vzpomínání) se používají současně. Jedna technika následuje druhou a pomáhá se tím obnovit způsoby překonávání stresu u starých dezorientovaných lidí.

### **Technika č. 7: Udržování upřímného, blízkého očního kontraktu**

Velmi starý člověk ve druhé a třetí fázi dezorientace cítí lásku a bezpečí, pokud pečující osoba skrze oční kontakt ukáže náklonnost. I staří lidé se zhoršujícím postižením zraku cítí koncentrované soustředění validačního pracovníka, který jim hledí přímo do očí. Lidé ve fázi zmatenosti v čase, kteří mnohdy bloudí a hledají pečujícího rodiče, často přestanou bloudit, když se jim Validační pracovník zadívá zpřímá do očí. Pracovník se stane rodičem a člověk se cítí milován a v bezpečí. Jejich úzkost je zredukována. Mohou dokonce na nějaký čas vnímat současnou realitu.<sup>30</sup>

### **Technika č. 8: Užívání dvojznačnosti**

Lidé zmatení v čase často užívají slova, která nemají význam pro ostatní. Komunikují neverbálně způsobem, který je složitý pochopit. Použitím dvojznačnosti validující může komunikovat s časově zmatenými lidmi, i když oni často nerozumí, co jim říká.

#### **Příklad techniky:**

Časově zmatený člověk může říkat, že mu někdo ubližuje. Kdo mu má ubližovat nevíme, protože slovo, které používá, nemá žádný význam. Validující se zeptá: „Kde vám ubližují?“ Zájmenem oni nahrazuje neznáme slovo, které dezorientovaný člověk používá. Použitím slov „on“, „ona“, „ono“, „něco“ nebo „někdo“ vyplňujeme slovo, kterému nerozumíme. Podporujeme tím dezorientovaného člověka v komunikaci a snižujeme nebezpečí, že se klient stáhne do vegetativního stavu.<sup>31</sup>

---

<sup>29</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, str. 40-41

<sup>30</sup> Tamtéž, 2002, str. 41-42

<sup>31</sup> Tamtéž, str. 42

### **Technika č. 9: Použití zřetelného, nízkého, vlídného tónu hlasu**

Při běžných okolnostech hrubý tón hlasu způsobuje u dezorientovaných lidí vztek nebo stažení. Vysoké slabé tóny jsou obtížně slyšitelné pro většinu starších lidí. Je důležité při mluvení používat zřetelný, nízký pečující tón hlasu. Pečující tón hlasu často vyvolává vzpomínky na osoby, které milovali a tím se snižuje úroveň stresu.

#### **Příklad techniky:**

90letému muži, který je na pomezí druhé a třetí fáze dezorientace, chybí jeho manželka. Nevidí, neslyší a není schopný rozlišit současnost od minulosti. Uprostřed noci začne hledat svou manželku. Najde postel se spící ženou a lehne si k ní. Validační pracovník rozumí, že tento muž se vrátil v minulosti, aby naplnil potřebu být se svou ženou. I přestože je muž hluchý validující využije pečující a vlídný tón, aby uklidnil oba klienty. Chápe, že muži jeho manželka chybí, a zatímco mu pomáhá z postele, pokládá mu otázku: „Chybí vám vaše žena hodně, pane Drew? Myslel jste, že paní Jonesová je vaše žena. Je jí podobná?“ Všechno, co říká, říká klidně a její tón je pečující a plný respektu. Muž začne plakat, když ho vede zpět do jeho pokoje a říká jí, že je úžasná žena, protože si ji zamění se svou ženou. Validující odpoví, že jeho žena byla jistě skvělá žena a ví, že ji moc miloval. Vyjádřením lásky a následná Validace pomůže muži usnout bez medikace.

Tato technika by se neměla užívat s dezorientovanými lidmi, kteří vyjadřují silné pocity nebo mluví emotivně. Použitím vřelého a vlídného tónu na někoho, kdo je naštvaný, se pouze zvýší jeho vztek nebo odtažení. V takovém případě by měl validující použít následující techniku.<sup>32</sup>

### **Technika č. 10: Pozorování a napodobování pohybů a emocí (zrcadlení)**

Ve druhé a třetí fázi dezorientace vyjadřují lidé pocity často bez zábran. Při komunikaci je důležité vzít do úvahy jejich fyzické charakteristiky a způsob, jakým se pohybují. Validační pracovník by měl pozorovat jejich oči, obličejové svaly, dýchání, změny barvy, bradu, horní ret, ruce, břicho, pozice na židli, pozice nohou a všeobecně svalové napětí, aby mohl napodobovat tento postoj. Pokud klient chodí po místnosti, validující by měl dělat to samé. Když validovaný klient těžce dýchá, validující by měl dýchat stejně. Pokud je tato metoda prováděna s empatií, zrcadlení může efektivně pomoci ve vytváření důvěry mezi

---

<sup>32</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, 42 - 43

klientem a pracovníkem. Pomáhá to pracovníkovi vstoupit do emociálního světa klienta a vytvořit verbální a neverbální vztah.

Zrcadlení lidí ve třetí fázi dezorientace (opakující se pohyby) může být někdy bizarní a rozrušující pro pracovníky a tato technika není pro každého. Pouze pracovník, který je opravdu ochoten vstoupit do světa lidí v této fázi, by se měl pokoušet o tuto techniku.

#### **Příklad techniky:**

Mildred Hopkinsová, bývalá sekretářka, která nikdy nebyla vdaná, pracovala 45 let ve stejné firmě. Do pečovatelského domu přišla ve svých 86 letech ve třetí fázi dezorientace (opakující se pohyby). Práce byla jejím jediným zdrojem důstojnosti. Její mozek ji už neinformoval o pozici svého těla. Svým vnitřním zrakem viděla svůj psací stroj a její prsty se hýbaly, jako kdyby psala na svém psacím stroji dopis, který diktuje její nadřizovaný. Validáčnický pracovník napodobuje její pohyby prstů. Mildred k pracovníkovi vzhledne, navážou oční kontakt a pohybují prsty spolu. Validující se na Mildred podívá a zeptá se: „Kolik slov dokážete napsat za minutu?“ S pýchou v hlase odpoví Mildred: „92.“ a jsou to první slova, která pronese od doby, co před šesti měsíci vstoupila do pečovatelského domu.

V zrcadlení jejích pohybů validující ukázal empatii s Mildred. Díky pocitu bezpečí ve vztahu se Mildred dokázala podívat do vnějšího světa. Její řeč se zlepšila a je si více vědoma svého okolí.<sup>33</sup>

#### **Technika č. 11: Propojení chování s nesplněnými (nenaplněnými) lidskými potřebami**

Většina lidí potřebuje mít pocit, že jsou milováni a opečovávaní, aby byli aktivní a zapojili se do života a aby dokázali vyjádřit své hluboké emoce někomu kdo je poslouchá s empatií.

#### **Příklad techniky:**

S láskou 93letá žena skládá papírový ubrousek. Vyhlazuje každou nerovnost, která na ubrousku je, pečlivě ho skládá, aby všechno bylo, tak jak má. Najednou přijde servírka a ubrousek jí vezme. Stará žena začne volat o pomoc a validující jí ubrousek vrátí a žena opět začne uhlazovat. Zeptá se jí: „Cítíte se díky tomu v bezpečí a hřejivě?“ Stará žena se usměje a odpoví, zatímco stále hladí ubrousek: „Ma ma ma. Miluji tě.“

---

<sup>33</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 43-44

Nějakým způsobem se ten ubrousek stal jemnou a milující matkou pro tuto starou ženu. Pracovník si propojil hlazení a urovnávání (chování) s lidskou potřebou lásky. Když starý člověk bouchá, pochoduje, hladí nebo klepe, Validační pracovník si to může spojit s jednou ze tří základních lidských potřeb – potřeba lásky, užitečnosti (užívání pohybů spojených s prací) nebo potřeba vyjádřit prvotní emoce.<sup>34</sup>

### **Technika č. 12: Identifikace a používání preferovaných smyslů**

Většina lidí má preferovaný smysl. Pro někoho to je zrak nebo čich a pro některé třeba hmat. Znalost preferovaného smyslu člověka je jeden ze způsobů budování důvěry, protože to umožňuje pečovateli mluvit jazykem člověka, do jehož světa vstupuje. K objevení smyslu, kterému dává klient přednost, validující musí naslouchat a pečlivě pozorovat, musí se snažit zjistit, co se klient snaží říct a co skutečně vlastně říká. Jedna technika pro určení preferovaného smyslu člověka je požádat ho, aby se zamyslel nad zážitkem z minulosti, a popsat ho. První smysl, který použije, odhalí jeho oblíbený smysl.

Například rezidentka v domově může popisovat výlet do hor, který zažila, když byla mladá. „Bylo to skvělé“ říká. „Byli jsme v horách a já jsem viděla špičky všech stromů.“ Tato rezidentka pravděpodobně preferuje zrak a bude reagovat na vizuálně popisovaná slova.

Jiní lidé mohou být citliví na sluch nebo hmat a mohou preferovat, když slova uslyší, například „to zní špatně“, „slyšel jsem to jasně“, „hlas byl tvrdý“ nebo jiní potřebují slova „cítit“, například „cítím se hrozně“, „něco cítím“, „tohle je pro mě těžké“. K posílení důvěry ve vztahu validující by měl zkusit používat taková slova, které reflektují preferovaný smysl člověka.<sup>35</sup>

### **Technika č. 13: Dotýkání**

Dotýkání je technika, která je obvykle nevhodná pro lidi v první fázi dezorientace (nedostatečná orientace), ale často je efektivní s lidmi ve fázi zmatenosti v čase. V této druhé fázi lidé ztratí jejich obranný systém a často se zhoršuje vidění a sluch. Odříznutí od vizuálních a sluchových podnětů potřebují cítit přítomnost jiné lidské bytosti. Ztratili přehled o čase a často nejsou schopni poznávat lidi ze svého okolí. Už nepoznávají rozdíl mezi lidmi, které znali celý život, a lidmi, které nikdy v životě neviděli. Validační

<sup>34</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 45

<sup>35</sup> Tamtéž, str. 45-46

pracovník se může stát okamžitě milovanou osobou, protože lidé zmatení v čase dokáží začlenit cizince do svého života.

Ve třetí fázi (opakující se pohyby) nemají lidé představu o tom, kde jsou. Jsou zapouzdření ve svém vlastním světě. Aby s nimi mohl pracovník komunikovat, musí se dostat do jejich světa a dotknout se jich stejným způsobem, jako se jich dotýkala milovaná osoba. Ve druhé fázi dezorientace je dobré k lidem přistupovat zepředu. Pokud se k nim blížíme zezadu, může je to vylekat.

Naomi Feil zjistila, že příjemné vzpomínky z raného dětství jsou často vyvolané dotykem. U lidí ve fázi opakujících se pohybů Validační pracovník může nastolit důvěrný vztah užíváním následujících technik:

- užitím konečků prstů v lehkém, krouživém pohybu na líčkách,
- užitím konečků prstů krouživým pohybem s jemným tlakem na týlu hlavy,
- užitím spojených prstů obou rukou vzadu na krku v malých kroužkách,
- užitím obou rukou k masáži ramen a šíje,
- dotek vzadu na lýtkách špičkami prstů.

Dotýkat se se jiné lidské bytosti je intimní důvěrný akt a pečovatelé – profesionálové i rodiny – musí vždy respektovat, že někdy i lidé, jejichž kontrola a smysly byly zničené, nechtějí, aby se jich někdo dotýkal. Jakýkoli indikátor odporu k fyzickému kontaktu by měl pečovatel pochopit jako znamení, že dotýkání není vhodné. Osobní prostor lidí, ať už jsou dezorientovaní nebo ne, musí být vždy respektován.<sup>36</sup>

#### **Technika č. 14: Užití hudby**

Když jsou zapomenuta slova, tak se nám začnou vracet melodie z raného dětství do mysli. Jsou navždy uchovány v našich mozkových obvodech. Učení z raného dětství, které se průběhu let upevňuje, zůstává v naší hlavě. Lidé ve fázi opakujících se pohybů často dokáží zazpívat ukolébavku od začátku do konce.

#### **Příklad techniky:**

Když bývalý 95letý námořník ve třetí fázi dezorientace pochodoval neklidně po svém pokoji, jeho dcera mu začala zpívat ukolébavku. V ten moment se námořník zastavil,

---

<sup>36</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 47-48



podíval se na svou dceru, usmál se a začal zpívat s ní. Tento námořník nepoznával svou vlastní dceru, neznal své jméno, ale dokázal zazpívat každé slovo z té písničky. Jeho dcera s ním teď může komunikovat prostřednictvím hudby.

Po zpívání s rodinou dokáží lidé občas říct i pár slov. Hudba dodává energii lidem ve druhé a třetí fázi dezorientace.<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 48

## 7. Kdo jsou dezorientovaní velmi staří lidé?

Beatrice Neugarten, americká psycholožka, která se zabývala vývojovou psychologií a psychologií stárnutí, rozlišovala „mladé staříky“ od velmi starých lidí. Podle jejího popisu „mladí“ staří lidé<sup>38</sup> jsou ve věku 55 až 74 a velmi staří lidé se nachází za hranicí 75 let. Neugarten věřila, že sociální a psychologické potřeby těchto dvou skupin se liší a musí se na ně nahlížet odlišně. Naomi Feil ještě zdůrazňuje individualitu stárnutí u každého člověka. Jsou sedmdesátníci, kteří se chovají jako devadesátníci a naopak. Stárnutí jako proces je velmi individuální a musíme na něj tak i pohlížet.<sup>39</sup>

Velmi staré dezorientované lidi můžeme podle Naomi Feil charakterizovat takto:

- mají neflexibilní vzorce chování
- drží se svých zavedených rolí, které už často nedokáží vykonávat,
- vedou boj se svými nedořešenými pocity,
- mají tendenci stahovat se z reality současnosti, aby přežili,
- je zde signifikantní kognitivní zhoršování a nedokáží už při jednání využít vhled do situace.<sup>40</sup>

Pro tuto populaci je Validace velmi vhodná. Validace pomáhá lidem, kteří:

- jsou velmi staří, ve věku 80 a více,<sup>41</sup>
- vedli relativně šťastný produktivní život,
- ve svém životě prožili několik krizí, které popírali a nemají je proto vyřešené,
- drží se rodinných rolí,
- vykazují známky permanentního poškození mozku, sluchu nebo zraku,
- ubývá jim schopnost pohybu, schopnost kontrolovat své emoce a pamatovat si nedávné události,

---

<sup>38</sup> Z anglického young old people.

<sup>39</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 16

<sup>40</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 26

<sup>41</sup> Naomi Feil v tomto případě uvádí, že věk je spíše obecný vzhledem již k zmíněné individualitě stárnutí. Jsou zde vždy výjimky. Hranici 80ti let nastavila z důvodu svých zkušeností s lidmi, kdy zjistila, že lidé starší 80 let začnou trpět nějakým stupněm fyzického zhoršování stavu, který souvisí se stářím a začínají hodnotit své životy.

- uspokojují své potřeby lásky, identity a vyjadřují své pocity skrze tělesné pohyby a představováním si věcí ze svého dřívějšího života,
- mají nevyřešené emoce, které musí vyjádřit,
- na podprahové úrovni vnímání se rozhodnou, že se stáhnout do sebe, aby unikli bolestivé realitě současnosti,
- jsou ve fázi vyřešení minulosti vs. vegetativní stav, vzpomínají na minulost za účelem ji vyřešit. Toto řeší až do konce života.<sup>42</sup>

Každý člověk je unikát a reaguje odlišně na fyzické a sociální změny, které každému přináší „staré stáří“. V tomto období se lidé od sebe liší víc než v jakémkoli jiném vývojovém období. Kategorizovat dezorientované staré lidi do škatulky „demence“ nebo „Alzheimerova choroba“ často vede k nesprávné metodě pomoci pro tyto lidi. Metody, které jim následně nepomáhají. Někdo dokáže přijímat rány, které mu život dává a zůstat orientovaný i po vážném poškození mozku. Jiní se s podobným poškozením stanou velmi dezorientovaní. Stav a funkčnost mozku je pouze jedno kritérium a neposkytuje nám dostatek informací ke správné diagnóze. Chování člověka v období „starého stáří“ je ovlivněno jeho získaným souborem copingových mechanismů společně s fyzickými a sociálními ztrátami. Jedinci s velkým množstvím vzorců chování mají nejlepší šanci na úspěch, pokud jsou postaveni proti fyzickému zhoršování ve stáří. Tito lidé Validaci nepotřebují. Dokáží validovat sami sebe skrze život.<sup>43</sup>

Validace není určena pro lidi, kteří:

- jsou orientovaní,
- jsou mentálně postižení,
- mají v minulosti diagnostikovanou duševní nemoc,
- utrpěli orgánové trauma (například afázie po cévní mozkové příhodě).<sup>44</sup>

---

<sup>42</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 27

<sup>43</sup> Tamtéž, str. 28

<sup>44</sup> Tamtéž, str. 28

**Důvody k dezorientaci:****A) Fyzické ztráty** <sup>45</sup>

Fyzické stárnutí znamená postupnou ztrátu dobré tkáně v těle. Lidský život může dosáhnout až 120 let. Lidé, kteří se pevně drží svých mladistvých rolí popírají běžné známky stárnutí. Toto popírání začíná ve středním věku, když se začnou objevovat první vrásky, kůže už není tak pevná, řídnou vlasy, zhoršuje se noční spánek, někdo si může projít léčbou rakoviny, nebo šedého zákalu, má malou mozkovou příhodu, nebo srdeční problémy a mnoho dalších ztrát, které jsou se stárnutím spojené. Lidé, kteří těmto ztrátám nečelí a dále je popírají, se zaseknou na místě a nedokáží se posunout dál. Stárnutí se ale zastavit nedá a popírání těchto ztrát ve středním věku a ve stáří může poté ve „starém stáří“ vést k úplnému odtržení od reality a stažení se do fantazie. Zhoršování tělesného stavu člověka pomáhá ve skutečnosti lidem, kteří mají nedokončený některý z vývojových úkolů (viz. podkapitola 1.3.), aby dosáhli posledního úkolu podle Naomi Feil a to je navrátit minulost za účelem vyřešení.

Pokud dojde ke ztrátě nebo výraznému zhoršení sluchu, lidé se za to často stydí, a tak to raději popírají. Ztráta sluchu v nás probouzí nejistoty z dob minulých. A tím se stane mnohem jednodušší slyšet hlasy z minula, když vnější svět je ztlumený. Lidé potom mají tendenci se stahovat do sebe dál od reality, které by jim mohla ublížit.

Při zhoršování zraku je venkovní svět více rozmazaný a v této mlze se nám může vyjasnit vnitřní svět. Ve stáří zrakový nerv často trpí poškozením. Člověk s poškozenou sítnicí může použít se vnitřní oko, aby viděl. Velmi živé (eidetické) představy mu vrací jeho milované z minulosti. Vrací mu vzpomínky dobré i špatné.

Stárnutím v mozku probíhá mnoho změn. Máme méně glukózy a kyslíku pro metabolismus mozku. Kinetický nervový systém je poškozen. Velmi staří lidé začnou ztrácet kontrolu nad svaly a žlázami. Funkčnost střev a měchýře se stává obtížnější. Lidský mozek má miliardy nervových buněk. Ve dvaceti letech ztrácíme několik tisíc nervových buněk. Kolem 90 let někteří lidé již utrpěli významná poškození mozku. Všichni stárneme individuálně v závislosti na naší genetické výbavě a prostředí, ve kterém žijeme. Někteří staří lidé ztratili schopnost intelektuálního myšlení – schopnost kategorizovat věci. Pokud je náš mozek zdravý, dokážeme dát židle, stůl, křeslo do kategorie nábytek. Lidé, kteří

---

<sup>45</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 20 – 22.

ztratili schopnost kategorizovat, již toto nedokáží. Jejich kognitivní myšlení už nefunguje. Velmi starý člověk je řízen vzpomínkami. Minulost a současnost splynou.

Náš pohybový systém může utrpět nějaká poškození. Senzorické receptory, které jsou v našem těle, už nedokáží informovat mozek o pozici těla. Vnímání vlastního těla je menší.

### **B) Sociální ztráty** <sup>46</sup>

Ztráta milovaného člověka, ztráta práce, ztráta sociálních rolí matky, dítěte, zaměstnance nebo přítele připravuje starého člověka o sociální stimulaci. Dotek, oční kontakt, uznání, Validace od blízkých lidí jsou základní lidské potřeby. S malou nebo žádnou stimulací z vnějšího světa se člověk stahuje do svého světa, až se dostane do fáze vegetování nebo zemře. Ztráta stimulace vede ke ztrátě identity. Od raného dětství až po „staré stáří“ máme potřebu interagovat se druhými. Uvzněním v kolečkovém křesle někteří staří lidé ztratí kontakt s vnějším světem. Bez zpětné vazby od druhého člověka staří lidé nedokáží porovnat své vnitřní vnímání s tím, co se opravdu děje venku.

Někteří velmi staří lidé vždy potlačovali sociální ztráty. Když zemřel někdo, koho měli rádi, raději bolest, kterou cítili, potlačili a uzavřeli hluboko do svého nitra. Uvědomění si bolesti by vedlo k nesnesitelné úzkosti, které by způsobila paniku, pláč, rudé tváře, zpcené ruce, neschopnost se pohnout a zvýšený tlukot srdce. Bolest může způsobit příliš mnoho zmatku pro velmi starého člověka, proto se stáhnou do sebe, aby přežili strach z toho, že by museli čelit realitě sami.

---

<sup>46</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 23

## 8. Validační pracovník

Pro Validačního pracovníka je nejdůležitější, aby dokázal přijmout, že odtažení od reality a stažení se do sebe sama je pro velmi staré přirozená součást stárnutí a že jejich vrácení se k minulosti je metoda, jak přežít – je to léčebný proces a způsob jakým zmírňujeme rány, které nám stárnutí uštedří. Stáří není nemoc. Validační pracovník musí přijmout zhoršování tělesného schránky velmi starých lidí a ví, že jejich životní cíle se liší od mladých, zdravých jedinců.

Naomi Feil uvádí i příklady cílů obou skupin, aby upozornila na jejich na první pohled jasné rozdílnosti.<sup>47</sup>

### Cíle mladých lidí:

- myslet, být produktivní, vymýšlet věci,
- zřetelně komunikovat, používat jasná, srozumitelná slova,
- sledovat čas, vyhnout se dennímu snění,
- kontrolovat své emoce,
- přizpůsobit se pravidlům společnosti,
- stát se „někým“ a pracovat s cílem být úspěšný.<sup>48</sup>

### Proti tomu stojí cíle dezorientovaných starých lidí:

- vzdálit se od bolestivých pocitů současné neúčinnosti,
- znovu zažít pocity potěšení, které prožili v minulosti,
- snaží se snížit pocit nudy stimulováním smyslových vzpomínek,
- vyřešit nedorozumění konflikty pomocí vyjádření svých pocitů.<sup>49</sup>

Validační pracovníci se vyhýbají jakémukoliv morálnímu hodnocení nebo odsuzujícímu postoji. Akceptují a respektují moudrost starých lidí. Validační pracovníci nikdy nepřicházejí ke klientovi s cílem orientovat je na současnost, nebo se je snažit o realitě přesvědčit. Stejně tak nezlehčují pocity klienta. Validační pracovníci by měli být vždy

---

<sup>47</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: theFeilmethod :how to helpdisorientedold-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 32 - 33

<sup>48</sup> Tamtéž, str. 32

<sup>49</sup> Tamtéž, str. 33

upřímní, protože dezorientovaní staří lidé poznají předstírání. I hluchý člověk „uslyší“ vysmívání a i slepý „uvidí“ samolibé ušklíbnutí. Na podprahové úrovni poznají rozdíl mezi upřímným a respektujícím přístupem a blahosklonným, neupřímným.<sup>50</sup>

Úkolem validačního pracovníka je pomoci dezorientovaným starým lidem dosáhnout finálního životního úkolu, a to je zemřít v pokoji. Aby toho bylo dosaženo musí být takový člověk vyslyšen důvěryhodným naslouchajícím, který jeho pocity respektuje a ví, že tyto pocity jsou opravdové. Uvězněné pocity se musí vyjádřit, aby se dosáhlo vyřešení minulosti. Validační pracovník ví, že pokud jsou lidské pocity uznány a validovány, člověk se cítí lépe. Naslouchání s empatií snižuje stres a úzkost.<sup>51</sup>

Starý dezorientovaný člověk není dítě a Validační pracovník při práci s ním není v pozici rodiče, a proto by neměl používat výrazy jako „měl/a byste“ nebo „musíte“. Validační pracovník netrestá, nevyhrožuje a nejedná se starým člověkem blahosklonně. Nesnaží se zarazit projevy emocí u klienta, zároveň si ale nevynucuje vyjadřování emocí, protože respektuje soukromí starého člověka. Snaží se naladit se na klienta, na jeho životní rytmus, naslouchá náznakům, které může klient vyjádřit verbálně a všímá si také neverbálních náznaků. Validační pracovník přetváří emoce ve slova, aby je mohl validovat a dát tím starému člověku pocit důstojnosti. Validace znamená respektovat dezorientovaného starého člověka, který má za sebou dlouhý život, a uznat jeho moudrost. Validující nečeká, že všichni klienti se budou chovat stejně, ale respektuje jedinečnosti každého jednoho člověka. Validační pracovník při své práci využívá empatii.<sup>52</sup>

Nikdo z nás neposuzuje tříleté dítě podle „dospělých“ norem. Všichni jsme byli tříleté děti a dokážeme se do nich vcítit a stejně tak jsme všichni byli v období dospívání ve rebelské fázi, a proto nesoudíme adolescenty jako psychotické, když bouřlivě vyjadřují své pocity ve snaze najít vlastní identitu. Nikdo z nás ale nebyl starý a je tak je těžší se do starého člověka vcítit. Je těžké naladit se na životní rytmus starého člověka, vidět ho jeho očima, přesto a možná právě proto musíme při práci s nimi používat empatii. Dokážeme se na staré lidi naladit, protože stejně jako oni i my jsme ve svých životech utrpěli ztráty.

Validační pracovníci jsou odpovědní za vlastní emoce, když se necítí příjemně. Lidé, kteří nedokáží se starými lidmi sdílet důvěrné emoce nebo komunikují čistě na verbální,

---

<sup>50</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feilmethod: how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 32–33

<sup>51</sup> Tamtéž, str. 33

<sup>52</sup> Tamtéž, str. 33–34

intelektuální a logické rovině, by s nimi neměli pracovat. Nebude jim s nimi příjemně a nebudou schopni je validovat.

Velký důraz Naomi Feil klade na to, že Validační pracovník by měl vědět, že staří lidé nikdy zcela nevyřeší své nedokončené životní úkoly. Musí se smířit s tím, že je budou řešit až dokonce života. Radí také, jak předcházet syndromu vyhoření a pocitu selhání, který se může při práci se starými lidmi objevit. Píše, že lidé nejčastěji dosáhnou syndromu vyhoření, pokud od velmi starých dezorientovaných lidí očekávají jednání odpovídající jejich vlastním standardům. Očekávají, že budou zřetelně mluvit, kontrolovat své emoce, každý den budou dělat pokrok, budou dodržovat pravidla, poslouchat a komunikovat verbálně. Vyhoření přichází z nerealistických očekávání. Validační pracovník musí přijmout, že dezorientovaní lidé si nebudou pamatovat jména nebo jaký je den, kolik je hodin. Je důležité, aby akceptovali zhoršující se tělesný stav klientů. Změny, které Validace přináší jsou zprvu malé, ale po čase se objeví i když to může být jenom úsměv, a po třech měsících soustavné Validace můžeme sledovat významné změny v chování člověka.



## 9. Kdo má z Validace prospěch?

Všeobecně můžeme říct, že Validace přináší prospěch třem skupinám – velmi starým dezorientovaným lidem, profesionálním poskytovatelům péče a rodinám.

### Výhody pro staré dezorientované lidi

Validace je efektivní pro lidi, u nichž došlo k zhoršování celkového stavu po dosažení věku 70 let a později, nebo kteří přišli o krátkodobou paměť, mají problémy s pohybem, mají smyslové postižení, byla jim diagnostikována Alzheimerova choroba nebo neurodegenerativní onemocnění. Lidem, kteří nedokázali čelit důležitým vývojovým úkolům v průběhu života, kteří se v životě nezískali dostatek sebedůvěry, aby dokázali ustát těžké časy, a kteří teď nedokáží vyrovnat se ztrátami, které stáří přináší a bolestivé vzpomínky drží uvnitř místo toho, aby je vyjádřili přináší Validace:

- návrat pocitu vlastní hodnoty,
- snížení nutnosti pro použití sedativ a fyzickou restrikcí,
- minimalizaci odtažení od vnějšího světa,
- podporu komunikace a interakce s lidmi,
- redukci stresu a úzkosti,
- stimulaci nevyužitého potenciálu,
- pomoc při řešení nedokončených životních úkolů,
- prodloužení možnosti samostatného bydlení.<sup>53</sup>

Lidé, kteří jsou validováni, zažívají menší regresi a odtažení od reality, zlepšuje se jim řeč. Méně pláčou, pochodují bez cíle, bouchají do věcí, zlepšuje se chůze a více interagují s ostatními. Jejich výrazy tváře se zlepšují a více se usmívají. Dokáží také lépe komunikovat se svými rodinami.<sup>54</sup>

### Výhody pro profesionální poskytovatele péče

Pečovatelé o staré dezorientované klienty, což zahrnuje zaměstnance domovů pro seniory, zaměstnance nemocnic, sociální pracovníky a komunitní pracovníky, často

---

<sup>53</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 115–118

<sup>54</sup> Tamtéž, str. 115–118

shledávají práci s těmito klienty velmi frustrující a stresující, zvláště pokud jsou s nimi v každodenním kontaktu. Validace jim poskytuje možnost ulevit fyzickému a emocionálnímu vyčerpání způsobené touto prací.

Pro poskytovatele péče Validace přináší:

- redukci frustrace,
- prevenci syndromu vyhoření,
- podporu radosti z komunikace,
- zvýšení pocitu spokojenosti při práci.<sup>55</sup>

Studie z roku 1980 na zaměstnancích domovů pro seniory zjistila, že po zavedení Validace do služeb domova, zaměstnanci začali na staré dezorientované lidi nahlížet jako na lidské bytosti s intuitivní moudrostí, a ne jako na bezduchá těla. Zaměstnanci začali chápat, co se skrývá za chováním klientů. Více klientů začalo verbálně komunikovat. Zařízení se stalo klidnějším místem, méně klientů mělo výbuchy vzteku, které potom rozrušovaly i další klienty a zaměstnanci měli větší možnost těšit se ze svého vztahu s klienty.

Správa domova si všimla změny v chování zaměstnanců:

- více residenty domova oslovovali jménem,
- používali nižší tón hlasu při komunikaci s residenty,
- skláněli se nad klienty, aby navázali oční kontakt,
- více residenty zdravili,
- dotýkali se dezorientovaných klientů více než před zavedením Validace,
- poskytovali klientům lepší péči v oblasti hygieny a úpravě jejich zevnějšku,
- častěji komunikovali s rodinami residentů a sdělovali jim validační techniky,
- pomáhali častěji klientům hledat ztracené předměty,
- více klientům naslouchali,
- přestali klienty kárat.<sup>56</sup>

---

<sup>55</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 118 - 120

### **Výhody Validace pro rodiny**

Velmi často se stává, že rodiny zažívají větší frustraci než profesionální pečovatelé, kteří se často dokáží emocionálně distancovat od klientů. Rodinní příslušníci se často zlobí na starého člověka, že se chová tak, jak se chová, protože to nedokáží pochopit. Validace se ukázala jako velká pomoc rodinám v komunikaci s dezorientovanými členy rodiny.

Rodiny se naučily validovat své rodinné členy, vnímají následující změny:

- zažívají méně frustrace při komunikaci a péči,
- dokáží lépe komunikovat,
- zažívají pocit úlevy, když se způsob komunikace nebo sociální fungování jejich blízkého zlepší,
- častěji navštěvují své příbuzné,
- získají povědomí sami o sobě a začnou se více zajímat o své vlastní stárnutí.<sup>57</sup>

---

<sup>56</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore, 2002, str. 120

<sup>57</sup> Tamtéž, str. 121–122

## 10. Individuální Validace

Individuální Validace má 3 základní kroky: <sup>58</sup>

### 1. krok: Shromažďování informací

V případě, že chceme praktikovat Validaci musí validující znát člověka se kterým pracuje. To znamená znát jeho minulost, současnost a předpoklady budoucnosti. Tento úkol také dává pracovníkovi základy pro hodnocení zlepšení.

Pracovník bude potřebovat vědět:

- fázi dezorientace,
- nedokončené životní úkoly, emoce, které nebyly vyjádřeny,
- neutěšené lidské potřeby,
- vztahy z minulosti: rodina, přátelé, úmrtí blízkých lidí, děti, partneři, sourozenci,
- zaměstnání, koníčky, nevyplněné ambice,
- jak důležité je pro klienta náboženství,
- způsoby řešení krizí,
- jak se vyrovnával se ztrátami, kteří přináší stáří,
- zdravotní stav a anamnézy.

Existují tři způsoby, jak nashromáždít tyto informace: zeptat se přímo klienta (verbální historie), pozorováním klienta a zeptat se rodiny.

### 2. krok: Stanovení fáze dezorientace

Měli bychom porovnat naše nashromážděné informace s typickými fyzickými a psychickými charakteristikami jednotlivých fází dezorientace. Pamatovat bychom, ale měli na to, že lidé se mění i v průběhu dne a pozorování by tedy mělo být delší. Znalost fáze dezorientace nám pomůže vybrat vhodnou validační techniku.

---

<sup>58</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 58-80

### 3. krok: Pravidelné setkávání s člověkem a využívání validačních technik

Vyplníme plán individuální validační terapie, pro představu je přiložen v přílohách této práce v původním znění z knihy Validation: The Feil Method. Délka sezení s člověkem je individuální a záleží na verbální kapacitě, schopnosti udržet pozornosti a možnostech pracovníka. S lidmi v první fázi dezorientace by to mělo být mezi pěti až patnácti minutami. Ve druhé fázi dvě až deset minut, ve třetí a čtvrté fázi jedna až deset minut. Jde spíše o kvalitu stráveného času s klientem než o kvantitu. Pokud to umožní pracovníkům čas a klient je přístupný, můžeme využít i více času. Pokud je klient v pobytovém zařízení sezení by se měla opakovat alespoň třikrát týdně. V případě, že se jedná o klienta vyžadující akutní péči, může sezení probíhat i třikrát denně. U klientů v domácí péči je frekvence interakcí nižší. Bez ohledu na počet sezení musíme za klientem přijít znovu, pokud jsme to řekli na posledním sezení.

Validační pracovník by měl:

- být soustředěný (viz. technika centrování),
- sledovat fyzické charakteristiky (oči, svaly, bradu, tón hlasu, pohyb atd.),
- zaujatě naslouchat,
- neodsuzovat,
- být si vědom osobního prostoru každého člověka – fyzického i psychického.

Validace může probíhat kdekoli, ale měli bychom sezení ukončit v momentě, když se začnou objevovat známky snižování úzkosti. Projevy menší úzkosti se liší podle fáze dezorientace. V první fázi se redukce úzkosti projeví změnou tónu hlasu, který je méně drsný, dýchání je vyrovnané, normální pulz, zorničky už nejsou rozšířené, spodní ret je uvolněný nebo se člověk usmívá. Ve druhé fázi poznáme snížení úzkosti poté, co jsme dosáhli momentu blízkosti/intimity, klient odpovídá slovy, zlepší se řeč, lepší se i chůze. Po naší pomoci s komunikací s druhými už náš nepotřebuje. Ve třetí fázi se snižují opakující se pohyby provedli jsme intimní kontakt, negativní chování se obrátí k hudbě, pohybu nebo jiné formě vyjádření svých potřeb. S osobami ve čtvrté fázi bychom měli ukončit sezení zhruba po třech minutách bez ohledu na reakce.

Wirth popisuje validační proces jako:

- provázení klienta na cestě zpracování nevyřešených témat z jeho života, podpora jeho sebevědomí,
- empatický vztah, který dovoluje uvolnění emocí – klient je motivovaný zlepšovat svou verbální a neverbální komunikaci,
- vytvoření a upevnění důvěry – nikoli hodnocení, ale zkoumání osobní reality dezorientovaného člověka,
- vytvoření atmosféry bezpečí a nabídnutí struktury – ponechání integrity, snížení chemických a fyzických donucovacích prostředků.<sup>59</sup>

---

<sup>59</sup> MALÍKOVÁ, Eva. Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada), str. 243

## 11. Validační skupiny

Základním principem validační skupiny je poskytnout bezpečné prostředí, v němž se lidé mohou naučit věřit jeden druhému, aby mohli:<sup>60</sup>

- vyjádřit své emoce,
- interagovat jeden s druhým verbálně i neverbálně,
- vyřešit společné obtíže,
- naučit se kontrole,
- dosáhnout pocitů vlastní hodnoty.

Tento princip je důležitý pro všechny malé skupiny stejně tak jako pro validační skupiny.

Pracovník validační skupiny:

- poskytuje fyzicky bezpečné místo k setkání v důvěře,
- poskytuje psychologicky bezpečné místo, kde si lidé nebudou navzájem ubližovat,
- usnadňuje interakci mezi členy skupiny,
- vyjadřuje se jednoznačně, užívá jednoslabičná slova a věty bez dvojznačnosti,
- vytváří rituál, strukturovaný začátek, průběh i konec sezení,
- dává známé sociální role každé osobě ve skupině, tím snižuje úzkost a navrácí pocit důstojnosti,
- hodnotí celkové zlepšení,
- koordinuje zaměstnance a nutné materiální potřeby pro každou skupinu.

Cílem validační skupiny je stimulovat:

- energii,
- sociální role,
- identitu,
- interakci,

---

<sup>60</sup> FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: the Feil method : how to help disoriented old-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio, str. 81 - 92

- verbální chování,
- sociální kontrolu,
- pocit pohody a štěstí.

Tyto skupiny by měly také:

- redukovat úzkost,
- zabránit vegetativnímu stavu,
- snižovat potřebu sedativa a jiných uklidňujících opatření,
- snižovat vyhoření rodiny a zaměstnanců.

Validační skupiny jsou vhodné pro lidi ve druhé a třetí fázi dezorientace, kteří mají často málo energie a nízkou schopnost udržet pozornost v konverzaci jeden na jednoho. Ve skupině na sebe lidé koukají, sedí blízko, dotýkají se jeden druhého při tanci nebo drží rukou a energie se rozšiřuje na celou skupinou. Skupina cílí na vzpomínky, na rodinné role nebo bývalé role v rámci sociálních skupin. Lidé poslouchají a jejich řeč se zlepšuje. Začnou se mezi nimi vytvářet vztahy. Sdílením společných problémů nalézají řešení konfliktů jeden pro druhého. Znovu získávají pocit své důstojnosti, když získávají kontrolu nad svými životy. Validují jeden druhého.

K vytvoření validační skupiny vede 7 kroků:

### **1. krok: shromažďování informací**

Důležité je určit stádium dezorientace jako u individuální Validace a pozorovat fyzické a psychologické charakteristiky potencionálních členů skupiny.

### **2. krok: výběr členů skupiny**

Při vybírání členů skupiny bychom měli vědět:

- V jaké sociální roli by se cítili dobře? Bývalý kazatel může vést skupinovou modlitbu, bývalá žena v domácnosti může být hostitelkou, bývalý zpěvák může být vést zpěv ve skupině.
- Jaký je cíl pro jednotlivce? Měli bychom být specifictí: chceme, aby klient méně plakal, zlepšil si chůzi, více mluvil nebo dokázal navázat oční kontakt s ostatními lidmi? Toto bychom měli vědět.
- V jaké fázi je klient většinu času?



- Jaké téma nebo nedořešený problém by zaujal tohoto člověka? Může to být například nešťastné manželství, nevyjádřený smutek nad smrtí dítěte nebo ztráta životního partnera.
- Na jaký typ hudby bude klient reagovat?
- Na jaké úrovni je schopnost pohybu?
- Jak budou klienti ve skupině sedět? Žena, která trpí steskem po svém muži, by měla sedět vedle muže, kterému chybí jeho žena, pacient v počáteční fázi Alzheimerovy choroby by měl sedět vedle klienta typu pečujícího rodiče.

K výběru členů skupiny využijeme dotazník, který se nachází v příloze této práce. Vybereme pět až deset lidí ve stádiu dva a tři. Ve skupině bychom měli mít:

- jednoho člověka ve druhé fázi dezorientace se schopnostmi vést (vedoucí dobrovolné skupiny nebo například podnikatel),
- uvědomělého člověka s mateřskými kvalitami ve druhé fázi,
- čtyři až pět lidí ve druhé fázi, kteří si rádi povídají, mohou to být i klienti v rané fázi Alzheimerovi choroby jejichž chování je předvídatelné a máme jistotu, že nebudou projevovali agresivitu vůči druhým,
- jednoho klienta v první fázi, kteří pomáhá pracovníkovi.

Ve skupině bychom neměli mít:

- více než dva klienti ve třetí fázi, měli by to být klienti, kteří okamžitě reagují na pracovníkův dotek, neustále se opakující pohyby mohou narušit setkání a podnítit úzkost u ostatních členů skupiny,
- klienty ve třetí fázi, kteří nedokáží sedět nebo mají hlasité, opakující, neustálé pohyby.
- klienty ve pozdějších stádiích Alzheimerovi choroby nebo s duševní poruchou, jejichž chování nedokážeme předpovídat,
- orientované klienty
- chronicky nemocné klienty, jejichž stav není způsob stárnutím.

### **3. krok: najít roli pro každého člena skupiny**

Role dávají strukturu setkáváním a pomáhají jednotlivcům, aby se na setkávání podíleli. Role dávají členům skupiny pocit užitečnosti a vlastní nutnosti ve skupině, mají stimulovat staré vzorce chování a pocit identity. Pracovník přiděluje role podle prostředí, ze kterého klient přichází. Pokud přidělená role způsobuje úzkosti, neměl by v ní pokračovat. Role ve validační skupině jsou nejlépe určeny, pokud si je lidé spontánně vyberou. Dobře prováděné a přidělené role by se neměly měnit.

Ve skupině může určit různé role například „předseda“, jehož úkolem je vést skupinu a otevírat a uzavírat setkání. Další role může být vedoucí sboru, předčítač poezie, aranžér židlí nebo květin, sekretářka. Důležitá je role „lídra emocí“, měla by to být osoba, která má mateřskou osobnost a dokáže podpořit členy skupiny ve třetí fázi, když začnou plakat nebo bouchat do věcí, či začnou tlouct do sebe. Většinou vyřeší problém, který je ve skupině diskutován. Hostitel nebo hostitelka je také důležitou rolí. Pomáhá s občerstvením.

### **4. krok: zahrnutí ostatních zaměstnanců a všechna oddělení**

Pro skupinovou Validaci je nutná pomoc a podpora ostatních zaměstnanců zařízení. Individuální Validaci dokáže zvládnout i jednatel, ale pro skupinu je potřeba pomoc s přesunem lidí na setkání, se zařízením občerstvení, připravit klienty na setkání, s návrhy na nové členy nebo témat na setkání, výběr vhodného dne a doby setkání.

Každý týden by se Validací pracovník měl setkávat se sestrami a ošetřujícím personálem. Měl by také sdílet Validaci a validační postupy se členy rodiny klienta.

### **5. krok: do setkání zahrnout hudbu, mluvení, pohyb, jídlo**

Validační skupina zahrnuje i hudbu, mluvení, pohyb a jídlo. Vše má ve skupině místo a podle typu skupiny, verbálních schopností a nálady se každému z těchto faktorů věnuje ve skupině jiný prostor. Přestože každé setkání je jiné probíhá vždy stejným způsobem ve stejném rituálu, což dává členům pocit bezpečí a tento pocit sdílí i pracovník zejména na začátku kdy se skupina utváří. Rituál dává skupině rytmus. Hudba může stimulovat klienty ve druhém a třetím stádiu, kteří už nemluví, ale budou rádi zpívat. Na setkání by měl mít pracovník vždy vybráno diskuzní téma. Pracovník může do skupiny přinést míč, aby klienty rozpohyboval nebo mohou tancovat, pohybovat se do rytmu hudby. Jídlo zajišťuje výživu a lidé ve třetím stádiu se v sociální atmosféře budou cítit více motivováni, aby se najedli. Jídlo by mělo být vybrané tak, aby se dalo jednoduše jíst, protože klienti si ho budou mezi sami podávat, nebo to bude úkol klienta, jenž má roli hostitele.

## **6. krok: příprava setkání**

Před každým setkáním by měl mít pracovník připravený program sezení, vybranou hudbu a písně, téma k diskuzi, básně, tanec a občerstvení. Měl by připravit potřebné materiály a místnost na setkání, naaranžovat židle do malého kruhu, aby klienti seděli blízko. Členové skupiny by se ve velkém kruhu nemuseli slyšet nebo vidět a blízkost vytváří energii. Ošetrovatelský personál by měl být informován o zasedacím pořádku, který pracovník vytvořil, tak aby lidé seděli vedle člověka, se kterým jim bude příjemně. Pracovník by měl sedět vedle klienta se sluchovým postižením a klienta, který potřebuje častý dotyk a podporu. Naproti pracovníkovi sedí vedoucí skupiny.

## **7. krok: setkání**

Skupiny se musí setkat alespoň jednou týdně. Vždy ve stejný čas a stejnou dobu. Setkání trvají od dvaceti minut až jednu hodinu. Záleží na energii ve skupině. Skupina má 4 části – vznik (vytváření energie), život (verbální část setkání, řešení problému), uzavření (vytvoření pozitivní, intimního pocitu sounáležitosti se skupinou, pocit „my“), příprava na další setkání.

## 12. Validace v českém prostředí a standardy kvality sociální služeb

O tématu validační terapie jako cesty naplnění standardů kvality sociálních služeb pro klienty staršího věku s poruchami orientace pronesla na mezinárodní konferenci „*Autonomie ve stáří – strategie jejího zachování*“ příspěvek Eva Klimentová.

Ve svém příspěvku hovoří o metodě Validace, jejich principech, čtyřech stádiích dezorientace a o vztahu Validace ke standardům kvality.

Podle jejího názoru poskytují principy a postupy Validace přímé návody k jejich naplnění v každodenním životě specifické klientely starých lidí s poruchami orientace nejen v rezidenčních zařízeních.<sup>61</sup>

Validace pomáhá zachovat důstojný život uživatelů za pomoci postupů, které jsou bezpečné a odborné, a respektuje jejich lidskou důstojnost a individuální potřeby bez ohledu na hloubku jejich postižení – **standard 1** (cíle a poslání poskytování sociální služeb). Validační terapie má propracovanou teoretickou základnu a zázemí a tím nahrazuje tzv. „intuitivní péči“ zaopatřením, které odráží nejnovější poznatky o specifických potřebách osob s poruchami orientace v realitě. V souladu s metodikou jsou služby poskytovány všem pracovníkům – kritérium 1.3. (poskytovatel má písemně zpracovány pracovní postupy zaručující řádný průběh poskytování sociální služby a podle nich postupuje).<sup>62</sup> Poskytovatelé služeb věnují za podpory speciálních postupů maximální prostor vlastní vůli uživatelů v rozhodnutích, která se jich bezprostředně týkají, péče je vysoce individualizovaná – kritérium 1.4.<sup>63</sup> (poskytovatel vytváří a uplatňuje vnitřní pravidla pro ochranu osob před předsudky a negativním hodnocením, ke kterému by mohlo dojít v důsledku poskytování sociální služby).<sup>64</sup>

Validace zdůrazňuje respekt k základním lidským právům uživatelů sociální služeb a jejich ochranu, viz. kapitola 1.2. – **standard 2** (ochrana práv osob), a to i při jejich omezené schopnosti se jich domáhat vlastním přičiněním. Závislost klienta na poskytované službě není sice zpochybňována (je důsledkem jeho postižení), ale je s ní nakládáno

<sup>61</sup> SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL, ed. *Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování*. V Ostravě: Ostravská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, str. 250

<sup>62</sup><https://www.mpsv.cz/web/cz/standardy-kvality-socialnich-sluzeb> [online].

<sup>63</sup> SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL, ed. *Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování*. V Ostravě: Ostravská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, str. 250

<sup>64</sup><https://www.mpsv.cz/web/cz/standardy-kvality-socialnich-sluzeb> [online].

s respektem k osobním svobodám uživatelů, k jejich soukromí, lidské důstojnosti a specifickým potřebám.<sup>65</sup>

**Standard 3** (jednání se zájemcem o sociální službu) Validace také plně respektuje. Za použití specifických komunikačních a podpůrných technik, které usnadňují rozhodování uživatele o jeho osobních cílech. Pečující i organizace poskytující služby se přizpůsobují potřebám klienta a nikoli naopak. V případě, že klient již není schopen objektivně své cíle formulovat, podporuje validační terapie při hledání individuálních cílů širokou spoluprací s rodinou a sociálním okolím klienta při tzv. terapeutických konferencích.<sup>66</sup>

Průběh služby je v každém případě přiměřeně plánován v průběhu běžné spolupráce s klientem v souladu s principy Validace – **standard 5** (individuální plánování průběhu sociální služby). Terapeutické plány jsou individuální a otevřené změně, staví se na vlastních zachovaných schopnostech klienta a jeho osobních rozhodnutích o aktivitách, kterých by se rád zúčastnil – kritérium 5.1 (poskytovatel má písemně zpracována vnitřní pravidla podle druhu a poslání sociální služby, kterými se řídí plánování a způsob přehodnocování procesu poskytování služby; podle těchto pravidel poskytovatel postupuje) a kritérium 5.2 (poskytovatel plánuje společně s osobou průběh poskytování sociální služby s ohledem na osobní cíle a možnosti osoby).<sup>67</sup>

Vzhledem k zohledňování specifických potřeb a omezení klientů s poruchou orientace v realitě Validace naplňuje i **standard 7** (stížnosti na kvalitu nebo způsob poskytování sociální služby). U klientů zejména v prvním a druhém stádiu dezorientace jsou stížnosti velmi časté a bývají „pouze“ projevem jejich momentální nejistoty a dezorientace v realitě, může být jejich evidence součástí osobní denní dokumentace klienta. Obrácení pozornosti klienta k jinému tématu v rámci využití metod Validace tedy nevyvazuje poskytovatele služeb z nutnosti naplňování druhé části kritéria 7.5 – stížnosti jsou evidovány. U osob s poruchami orientace v realitě se však může jevit jako kontraproduktivní k udržení jejich spokojenosti se ke stížnostem vracet. Pro sledovanou skupinu klientů nabývá zvláštního významu kritérium 7.6 - stížnosti jsou zaznamenávány tak, aby odpovídaly tomu, co jimi chtěl stěžovatel říci.<sup>68</sup>

---

<sup>65</sup> SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL, ed. Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování. V Ostravě: Ostravská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, str. 251

<sup>66</sup> Tamtéž, str. 252

<sup>67</sup> Tamtéž, str. 252

<sup>68</sup> Tamtéž, str. 252

Dále Klimentová uvádí, že Validace ze své podstaty podporuje klienta v užívání služeb, které jsou v daném místě jeho pobytu veřejné a jemu dostupné, usiluje o maximální zachování jeho soběstačnosti a o začlenění do přirozeného společenství, které jej obklopuje – **standard 8**. Pro osoby ve třetí a čtvrté fázi Validace jsou tyto možnosti omezeny – řešením je otevření rezidenčního zařízení osobám „zvenčí“ – a to nejen rodinným příslušníkům, ale i dobrovolníkům.<sup>69</sup>

Personální standardy Validace naplňuje zejména svým požadavkem, aby s principy validační terapie byl seznámen nejen pečující personál, ale další osoby, se kterými klient přichází do kontaktu. Maximálně je podporována týmová práce. Jak sama Naomi Feil říká, na validační techniky a metody jsou relativně jednoduché a není k nim potřeba vysokoškolský titul, jen trochu empatie, což je jejich velkou výhodou. Příklon zařízení k Validaci obvykle nevyžaduje náklady na přijetí dalšího, specificky vzdělaného personálu nad stávající úroveň naplňující **kritérium 9.3** (pro uživatele se specifickými potřebami pracuje personál s odpovídajícím odborným vzděláním a dovednostmi).<sup>70</sup>

Autorka na závěr uvádí, že ani Validace se nevyhne potížím při naplňování standardů kvality sociálních služeb poskytovaných klientům s velmi specifickým postižením orientace v realitě. Problémovými se mohou stát postupy, které je možné posuzovat jako manipulativní – odvrácení pozornosti klienta od předmětu stížnosti s aktivním využitím jeho poruchy paměti. Zde nelze popřít, že daná dovednost je snadno zneužitelná. Potom je třeba v zařízení vypracovat takové mechanismy vnitřní i vnější kontroly, které toto nebezpečí budou minimalizovat.<sup>71</sup> Problematiku ochrany práv řeší standard 2, zejména kritéria 2.1 - Poskytovatel má písemně zpracována vnitřní pravidla pro předcházení situacím, v nichž by v souvislosti s poskytováním sociální služby mohlo dojít k porušení základních lidských práv a svobod osob, a pro postup, pokud k porušení těchto práv osob dojde; podle těchto pravidel poskytovatel postupuje, kritérium 2.2 - Poskytovatel má písemně zpracována vnitřní pravidla, ve kterých vymezuje situace, kdy by mohlo dojít ke střetu jeho zájmů se zájmy osob, kterým poskytuje sociální službu, včetně pravidel pro řešení těchto situací; podle těchto pravidel poskytovatel postupuje.<sup>72</sup>

---

<sup>69</sup> SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL, ed. Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování. V Ostravě: Ostravská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, str. 252

<sup>70</sup> Tamtéž, str. 253

<sup>71</sup> Tamtéž, str. 253

<sup>72</sup> <https://www.mpsv.cz/web/cz/standardy-kvality-socialnich-sluzeb> [online]

## Praktická část

V praktické části diplomové práce jsem se soustředila na zjištění, jak Validace probíhá a jak ji vnímají zaměstnanci ve vybraných domovech pro seniory, ve kterých probíhaly kurzy Validace pro zaměstnance. Po zjištění, jak Validace skutečně vypadá po prozkoumání odpovědí na otázky z dotazníkového šetření, budou tyto informace srovnány s tím, jak Validaci popisuje Naomi Feil.

### Cíle praktické části:

Základním cílem praktické části je určit, jakým způsobem je prováděna metoda Validace ve vybraných pobytových zařízeních pro seniory s ohledem na teoretický koncept vytvořený Naomi Feil.

Druhým cílem praktické části je zjistit, jak je Validace procentuálně zastoupena v domovech pro seniory a domovech se zvláštním režimem na území ČR.

## 13. Metoda výzkumu

Jako metodu pro zjištění stanového cíle jsem zvolila dotazníkové šetření. Dotazníkové šetření patří do tzv. kvantitativní formy získání dat, které umožňuje získat větší množství dat od většího počtu respondentů, než by to bylo možné například u rozhovoru. U dotazníkového šetření, které probíhalo v domovech pro seniory, byly zvoleny převážně otevřené otázky, které umožňovaly dotazujícímu vyjádřit odpověď svými slovy. Cílem bylo zjistit, jak metodu Validace vnímají a otevřené otázky daly respondentům možnost rozepsat své odpovědi.

Výzkum probíhal od prosince 2019 do března 2020.

Výběr vzorků byl záměrný. Při dotazníkovém šetření byl dotazník zaslán do domovů, ve kterých probíhal kurz nebo kurzy metody Validace. Podmínkou výběru vzorku bylo absolvování alespoň jednoho kurzu Validace.

Před začátkem výzkumu byly stanovy hypotézy:

1. Předpokládám, že většina pracovníků využívajících Validaci budou pracovníci v sociálních službách.
2. Předpokládám, že pracovníci ve vybraných domovech pro seniory absolvovali jednodenní kurz Validace.

3. Předpokládám, že většina respondentů před kurzem o metodě Validace neslyšela a jejich impuls k absolvování kurzu Validace byl ze strany zaměstnavatele.
4. Předpokládám, že Validaci v domovech využívají nepravidelně a není prováděna systematicky s dezorientovanými klienty.
5. Předpokládám, že respondenti vnímají metodu Validace jako nejvhodnější pro velmi staré lidi, nad 80 let.
6. Předpokládám, že respondenti vnímají Validaci jako metodu komunikace s klienty.
7. Předpokládám, že existuje vztah mezi délkou absolvovaného kurzu metody Validace a schopností využívání konkrétních Validáčnických technik.



## 14. Interpretace výsledků dotazníkového šetření

Dotazníkové šetření bylo zaměřeno na zjištění, jak Validace vypadá v českých domovech pro seniory. Při šetření bylo osloveno celkem deset domovů pro seniory, o kterých bylo zjištěno, že jejich zaměstnanci absolvovali kurz nebo kurzy Validace. Tato informace byla získána z Registru smluv jakožto informačního systému veřejné správy provozovaného od 1. července 2016 Ministerstvem vnitra ČR, v němž veřejné instituce v souladu se zákonem 340/2015 Sb. zveřejňují soukromoprávní smlouvy a smlouvy o poskytnutí dotace nebo návratné finanční výpomoci v hodnotě nad 50 tisíc Kč bez DPH<sup>73</sup> nebo informaci o Validaci domovy samy uvedly na svých webových stránkách. Z deseti oslovených domovů odpovědělo na žádost s vyplněním dotazníků sedm domovů pro seniory.

Dotazník se skládá ze 14 otázek, ze kterých je 12 otázek otevřených a dvě otázky polouzavřené, v nichž byly respondentům dány možnosti výběru jedné nebo více odpovědí. Z odpovědí u otázek, které se zvětší části shodovaly, byly pro lepší přehlednost vytvořeny grafy. U otázek, které byly nejdůležitější pro objasnění stanového cíle, jsou vypsány všechny odpovědi, protože jejich jedinečnosti a rozlišnosti nešly vložit do grafického zpracování.

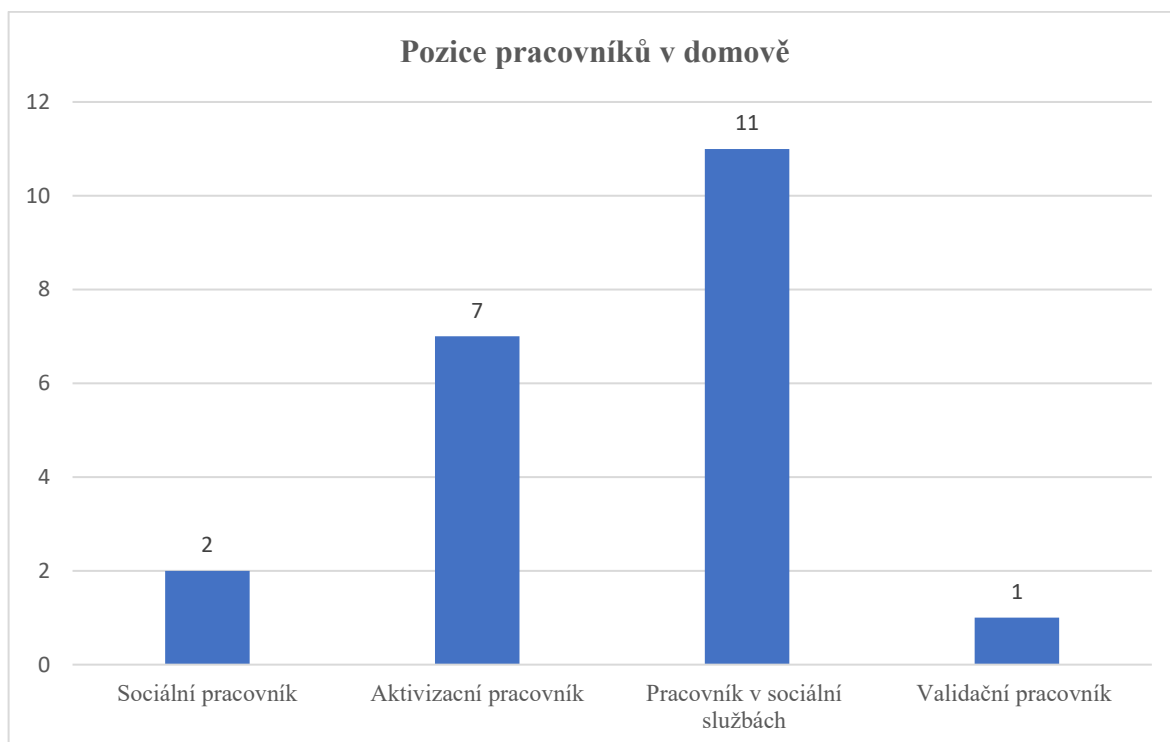
Dotazníkové šetření probíhalo od prosince 2019 do března 2020, kdy byly dotazníky rozeslány do domovů. Celkový počet vrácených dotazníků byl 21.

---

<sup>73</sup> <https://smlouvy.gov.cz> [online].

### 1. otázka – Na jaké pozici v domově pracujete?

První otázka se soustředila na zjištění pracovní pozice respondentů, aby bylo možné určit, na jaké pozici pracovníci Validaci nejčastěji používají.

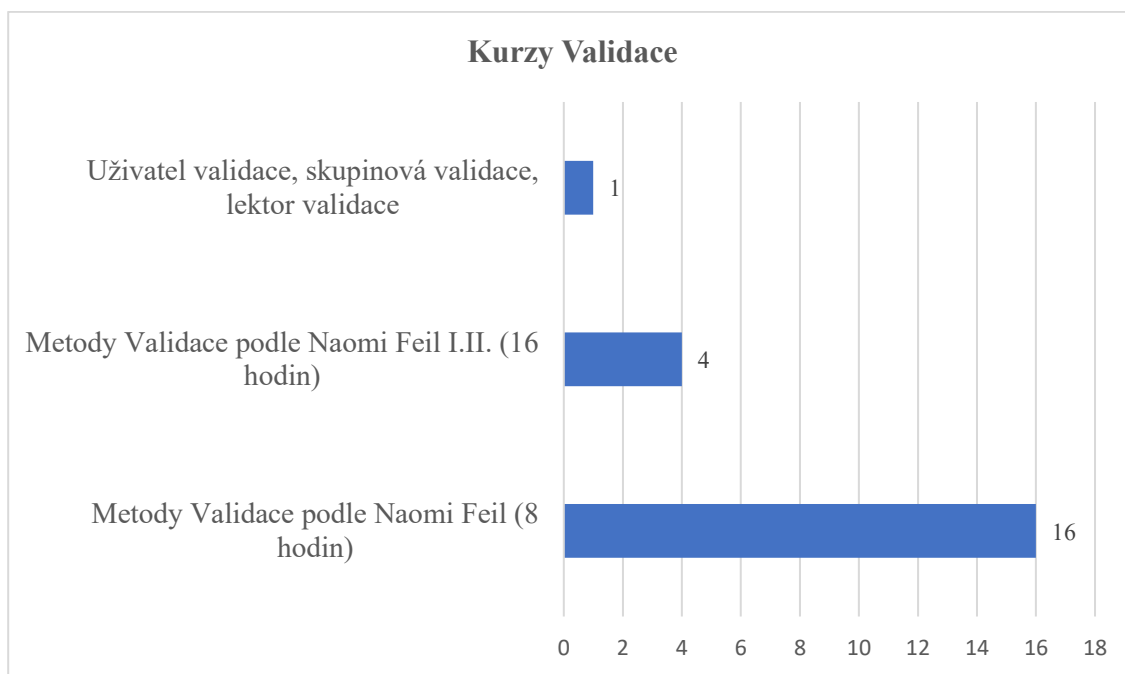


Graf č. 1 – Pozice pracovníků v domově

Ze získaných odpovědí můžeme vidět, že nejčastěji s Validací pracují aktivizační pracovníci a pracovníci v sociálních službách, kteří jsou s klienty v každodenním kontaktu a potřebují s nimi najít vhodný způsob komunikace. Méně Validaci využívají sociální nebo vedoucí pracovníci, kteří vzhledem k charakteru své práce nejsou v takovém intenzivním kontaktu s klienty. Jeden respondent se v domově pro seniory zabývá pouze Validací. Tato situace je v českých domovech pro seniory velmi výjimečná. Ze získaných informací si dovoluji tvrdit, že žádný český domov pro seniory nemá samostatné Validační pracovníky.

## 2. otázka – Jaké vzdělání/kurzy Validace jste absolvovali?

Tato otázka byla položena v dotazníku, aby bylo možné porovnat, jestli má na vnímání metody Validace pracovníky vliv délka kurzu, který absolvovali.

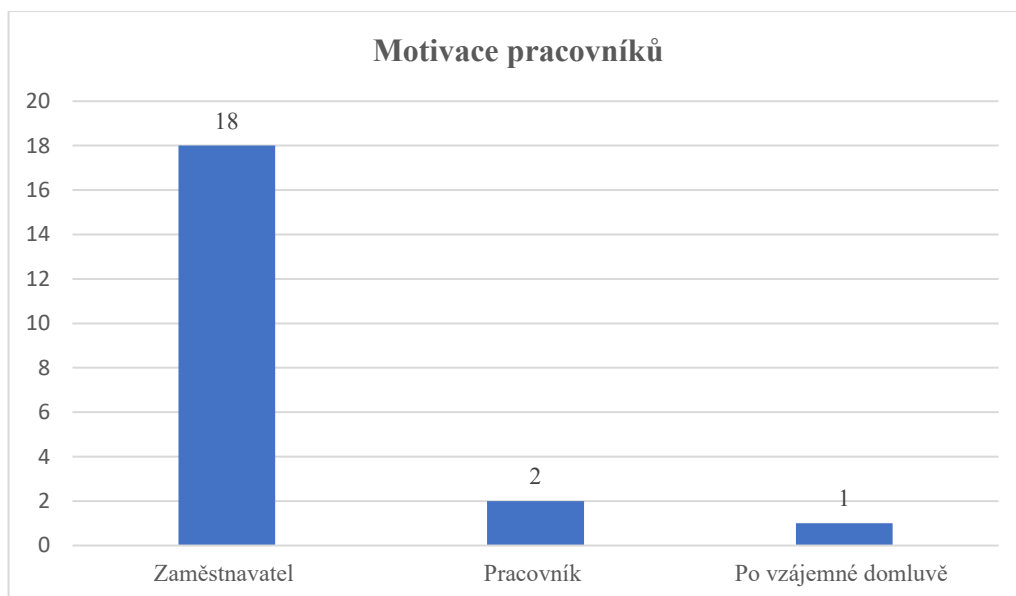


Graf č. 2. – Kurzy Validace

Z odpovědí respondentů je vidět, že většina jich navštívila osmi nebo šestnáctihodinový kurz Validace podle Naomi Feil, který organizuje například diecézní charita Brno, diakonická akademie, vzdělávací institut asociace poskytovatelů sociální služeb nebo společnost Profima effective. Ve skupině respondentů je nejvyšším dosaženým vzděláním Validace lektor Validace, který respondentka absolvovala v Rakousku, a je proto i oprávněna Validaci vyučovat a vést kurzy. V České a Slovenské republice je pouze jediná certifikovaná lektorka Validation Naomi Feil – Teacher.

### 3. otázka – Zvolili jste si kurz nebo jiné vzdělávání metody Validace sám/anebo zaměstnavatel?

Otázkou číslo tři jsem se snažila zjistit motivaci vzdělávání metody Validace. Zda měli respondenti o metodu zájem sami nebo jim kurz zvolil zaměstnavatel.

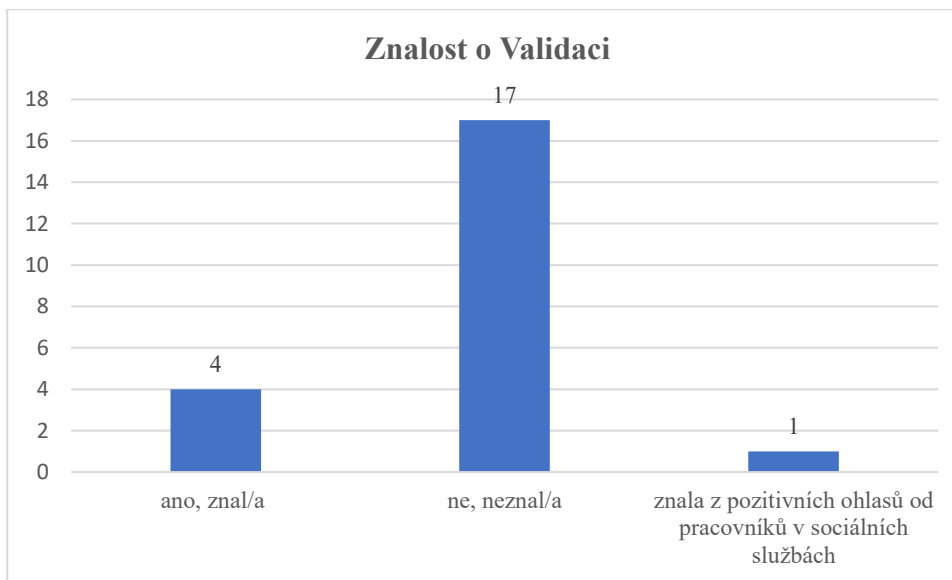


Graf č. 3. – Motivace pracovníků

Většina respondentů odpověděla, že kurz Validace jim vybral zaměstnavatel. Z toho vyplývá, že motivace pracovníků byla spíše vnější. Pouze dva respondenti si Validaci vybrali sami. Jeden respondent odpověděl, že kurz si vybral po vzájemné dohodě se zaměstnavatelem.

#### 4. otázka – Znali nebo slyšeli jste o Validaci již před absolvováním kurzu?

Tato otázka zjišťovala, zda respondenti měli povědomí o Validaci ještě předtím, než absolvovali kurz a šli tedy na tento kurz s nějakým očekáváním.



Graf č. 4. – Znalost o Validaci

Na otázku, zda respondenti znali nebo slyšeli o Validaci již před absolvováním kurzu, většina odpověděla, že neznala. Většina pracovníků se poprvé seznámila s Validací na kurzu. Jedna odpověď vysvětlovala, že respondent o Validaci slyšel před kurzem od pracovníků, kteří už nějaké zkušenosti s Validací měli.

## 5. otázka – Jak Validace ve vašem zařízení probíhá?

Pátá otázka se soustředila na praktické popsání metody Validace ve vybraných domovech.

### Odpovědi:

Respondent č. 1: používá ji občas personál při práci s demenčními klienty

Respondent č. 2: pouze na základě individuálního posouzení dané situace uživatele (např. paliativní péči)

Respondent č. 3: občas, a to formou rozhovoru

Respondent č. 4: v současné době individuálně – pravidelně chodím za klienty, kteří Validaci potřebují a věnuji se jim individuálně. Záleží také na stupni dezorientace.

Respondent č. 5: probíhá málo

Respondent č. 6: většinou jenom při rozhovorech s klienty

Respondent č. 7: je součástí každodenního života v DS

Respondent č. 8: Individuálně, když jdu ke klientovi a snažím se s ním mluvit

Respondent č. 9: Snažím se ji používat u trochu „zmatených“ klientů

Respondent č. 10: Podle znalostí z kurzu se snažím komunikovat s klienty

Respondent č. 11: Povídám si s klientem o jeho životě

Respondent č. 12: U ležících pacientů se jich snažím více dotýkat – hladit

Respondent č. 13: Validuju podle pocitu, který z klienta – jeho nálady

Respondent č. 14: Používám spíš principy, o kterých mluvila přednášející na kurzu, než abych validovala nějak odborně

Respondent č. 15: Při aktivizaci ji využívám u klientů s demencí

Respondent č. 16: Když o klienta pečuji (hygiena) povídám si s ním o jeho životě hlavně o dětství

Respondent č. 17: Ráda s klienty zpívám písničky z jejich dětství, nejde asi úplně o Validaci, ale rádi pak vzpomínají na dětství a mládí

Respondent č. 18: Moc neprobíhá, nevyžívám jí často

Respondent č. 19: Hlavně používám doteky

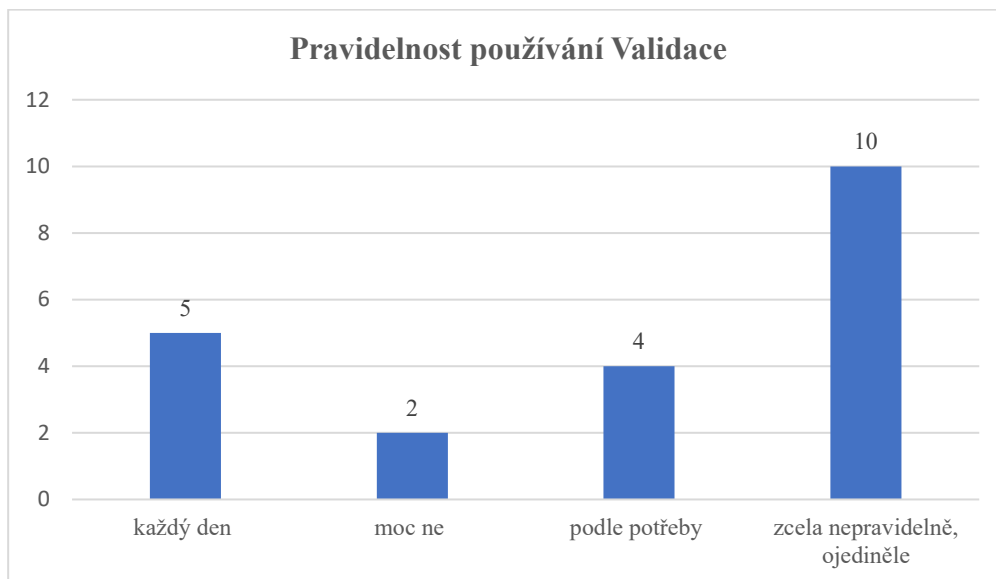
Respondent č. 20: Často si s klienty povídám

Respondent č. 21: Pokud mám na aktivizaci klienty, kteří mi přijdou odtazení, snažím se zjistit, co je trápí skrz empatii.

Z odpovědí můžeme vyvodit, že Validace v domovech, probíhá spíše nahodile bez systematického plánu. U klientů nejsou určeny stupně dezorientace. Jde o individuální Validaci. Skupinová Validace neprobíhá v žádném z vybraných domovů. Pracovníci ji využívají při rozhovorech s klienty. Větší množství respondentů zmiňuje Validaci při povídání nebo rozhovorech. Respondenti také zmiňují, že Validují podle vlastních pocitů z klientů. Z odpovědí můžeme vidět, že pracovníci se snaží validovat podle svých schopností získaných z kurzu Validace. Metodu také využívají aktivizační pracovníci pro zapojení odtazených klientů do aktivit s ostatními členy skupiny.

**6. otázka – Jak často Validaci při práci s klienty využíváte?**

Šestá otázka se snaží zjistit frekvenci a pravidelnost Validace v domovech pro seniory.



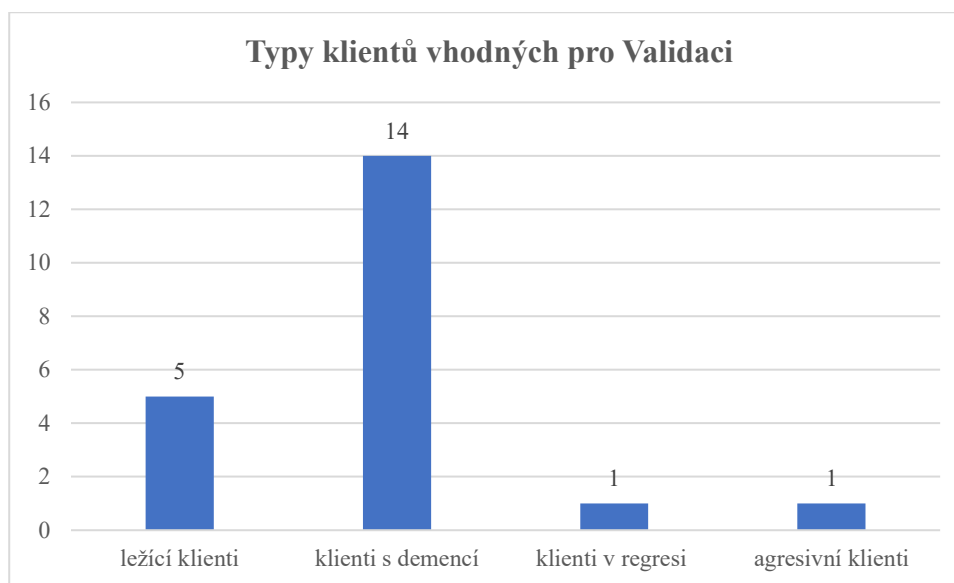
Graf č. 5. – Pravidelnost používá Validace

Zhruba polovina respondentů odpověděla, že Validace v jejich zařízení probíhá nepravidelně, velmi málo nebo podle potřeby klientů. Pět respondentů odpovědělo, že Validaci využívají při každodenní péči v jejich zařízeních nebo Validují pravidelně při návštěvách domova.



## 7. otázka – Pro jaký typ klientů se podle vás Validace hodí?

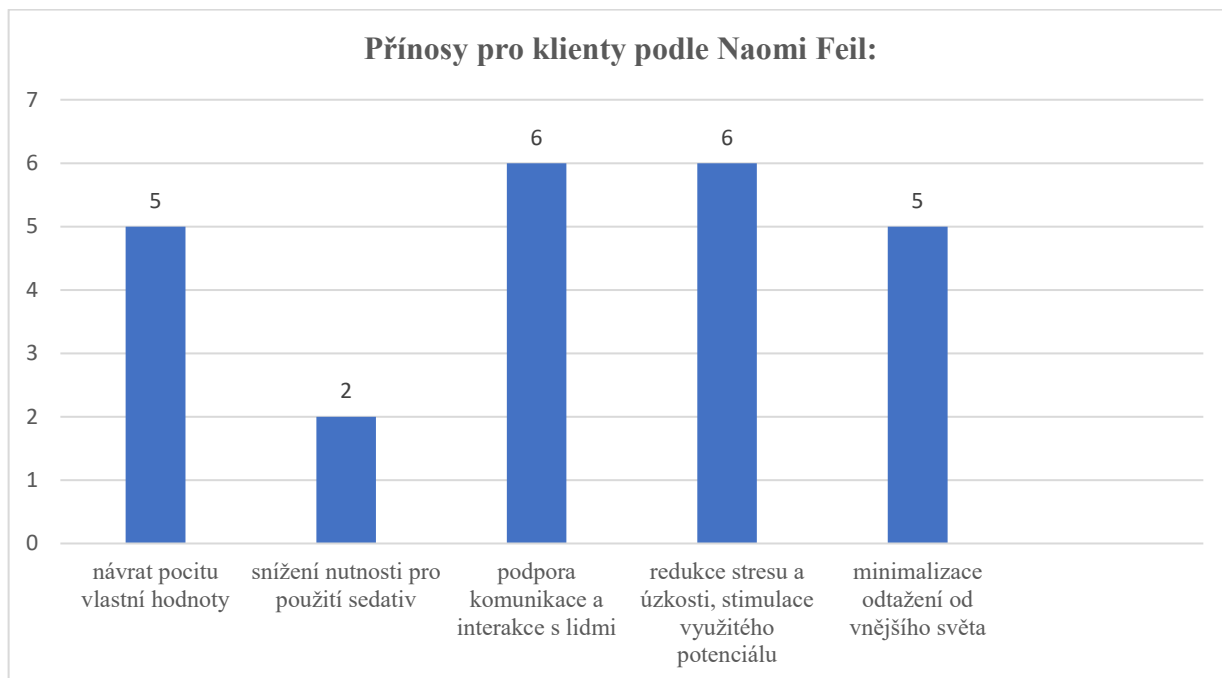
Metoda Validace je primárně určena pro osoby ve věkové kategorii nad 80 let, kteří nemají v anamnéze duševní onemocnění a jejich dezorientace vznikla jako kombinace tělesných, psychických a sociálních změn. Metoda Validace pomáhá komunikovat s lidmi s demencí nebo Alzheimerovou nemocí.



Graf č. 6. – Typy klientů vhodných pro Validaci

Podle nejčastější odpovědi respondentů se metoda Validace hodí pro klienty trpící demencí a ležící klienty. Jeden respondent odpověděl, že Validace se hodí zejména pro klienty agresivní. Podle Naomi Feil Validace může pomoci pro snížení potřeby sedativ u klientů. Další respondent napsal její použití vhodné pro klienty v regresi. O tomto přínosu mluví Naomi Feil jako o minimalizaci odtažení od vnějšího světa. Jeden respondent odpověděl, že Validace se hodí pro velmi staré klienty. Tuto cílovou skupinu, osoby starší 80 let, uvádí i Naomi Feil.

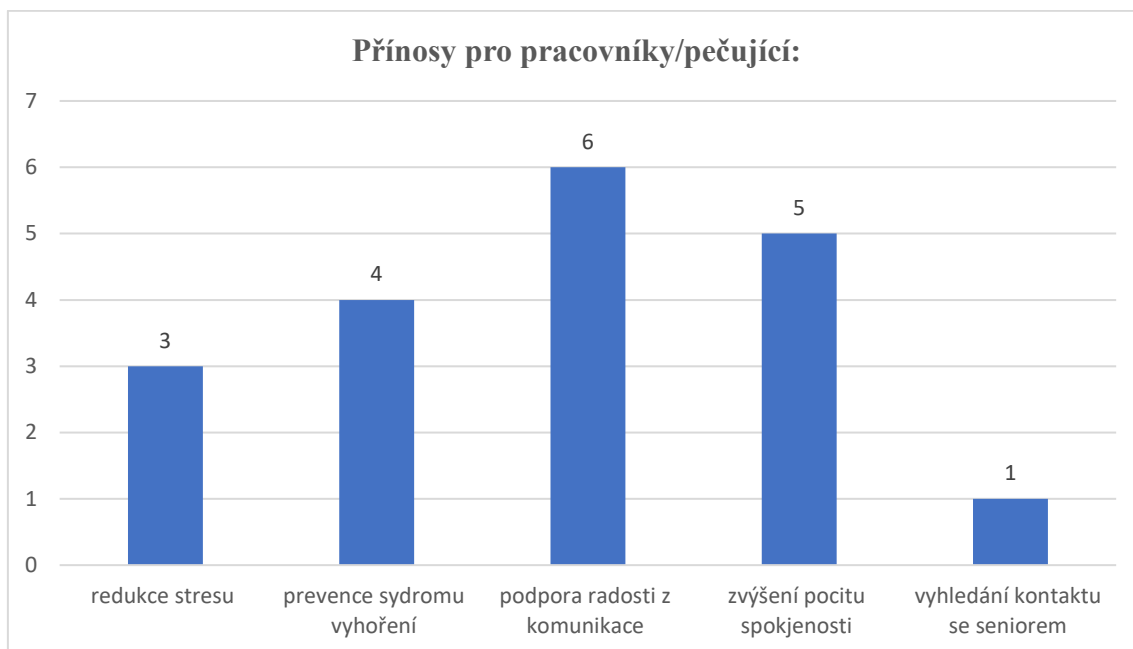
**8. otázka – Naomi Feil hovoří o přínosech pro klienty: Zvýrazněte, který z těchto přínosů vnímáte. Pokud si všímáte více přínosů, zvýrazněte je, prosím všechny.**



Graf č. 7. – Přínosy pro klienty podle Naomi Feil

V otázce číslo osm byli respondenti požádáni, aby vybrali přínosy pro klienty, které popisuje Naomi Feil, jež nejvíce vnímají při své práci. Nejčastější přínos vidí respondenti v podpoře komunikace a interakce s lidmi a redukci stresu, úzkosti a stimulace využitého potenciálu. Druhý nejčastější přínos viděli pracovníci v návratu pocitu vlastní hodnoty pro klienty a minimalizaci odtažení od vnějšího světa. Nejmenší přínos Validace vidí pracovníci pro snížení nutnosti sedativ.

**9. otázka – Naomi Feil hovoří o přínosech pro pečující/pracovníky: Zvýrazněte, který z těchto přínosů vnímáte. Pokud si všímáte více možností zvýrazněte je, prosím všechny.**



Graf č. 8. – Přínosy pro pracovníky/pečující

U deváté otázky stejně jako u otázky osmé byli respondenti požádáni, aby vybrali přínosy pro pracovníky/pečující, které nejvíce vnímají při své práci. Jako největší přínos vnímají podporu a radost z komunikace s klienty. Dále významně vnímají zvýšení pocitu spokojenosti. Na třetím místě vidí prevenci syndromu vyhoření. Redukci stresu vnímají jako přínos tři respondenti. Respondenti měli možnost vypsát vlastní odpověď, jestli oni sami vnímají nějaký přínos, který nebyl nabídnut jako možnost. Jeden z respondentů uvedl jako další vyhledávání kontaktu se seniorem.

**10. otázka – Co pro Vás Validace znamená? Jak byste tuto metodu definovali vlastními slovy (nejde o přesnou definici, jde spíše o vlastní pocity z metody Validace)?**

Desátá otázka měla zjistit pocity respondentů z Validace, jak ji vnímají a co pro ně znamená.

**Odpovědi:**

Respondent č. 1: citové propojení s uživatelem, vidění „jeho světa“ právě z jeho strany, ne té naší.

Respondent č. 2: Validace je asi moc skvělá věc, jen je potřeba, aby měl personál dostatek času, prostoru a chuti se ji naučit, a hlavně se ji chtít naučit a používat při práci s klienty.

Respondent č. 3: Metoda nám má pomoc klientům lépe porozumět.

Respondent č. 4: Validace pro mne znamená pohled na člověka s demencí, nezpochybňování vyřčeného a vyjádřeného, nastavení se na něj a jeho realitu a empatický kontakt a komunikace.

Respondent č. 5: metoda jak člověku/seniorovi pomoci prožít tíživou situaci, vcítit se do situace seniora s demencí.

Respondent č. 6: Komunikace na stejné úrovni s klientem, dát pocít klientovi, že v danou chvíli se o něj někdo zajímá a jsme tu pro něj.

Respondent č. 7: Způsob komunikace s klienty.

Respondent č. 8: Něco, co mi umožní vžít se do pocitů klienta se kterým pracuji.

Respondent č. 9: metoda, jak se přiblížit s klientem

Respondent č. 10: Naprosto výstižně slovy slovenské lektorky „umět se obout do topánok klienta“.

Respondent č. 11: Můžu díky tomu lépe vidět do klientova světa.

Respondent č. 12: Z Validace mám dobrý pocit, jenom nemám na ní nemám tolik času.

Respondent č. 13: nic pro mě neznámá, byla jsem na jednom kurzu tak toho o ní ani moc nevím.

Respondent č. 14: metoda, která pomáhá zachovat důstojnost člověka.

Respondent č. 15: Validaci vnímám pozitivně, je to hezká metoda ale abych jí mohla dělat správně potřebovala bych ještě nějaký kurz.

Respondent č. 16: empatie vůči klientovi

Respondent č. 17: schopnost mluvit s lidmi s demencí

Respondent č. 18: nevím

Respondent č. 19: Pomoc starému člověku srovnat se s jeho životem.

Respondent č. 20: vcítění se do klienta

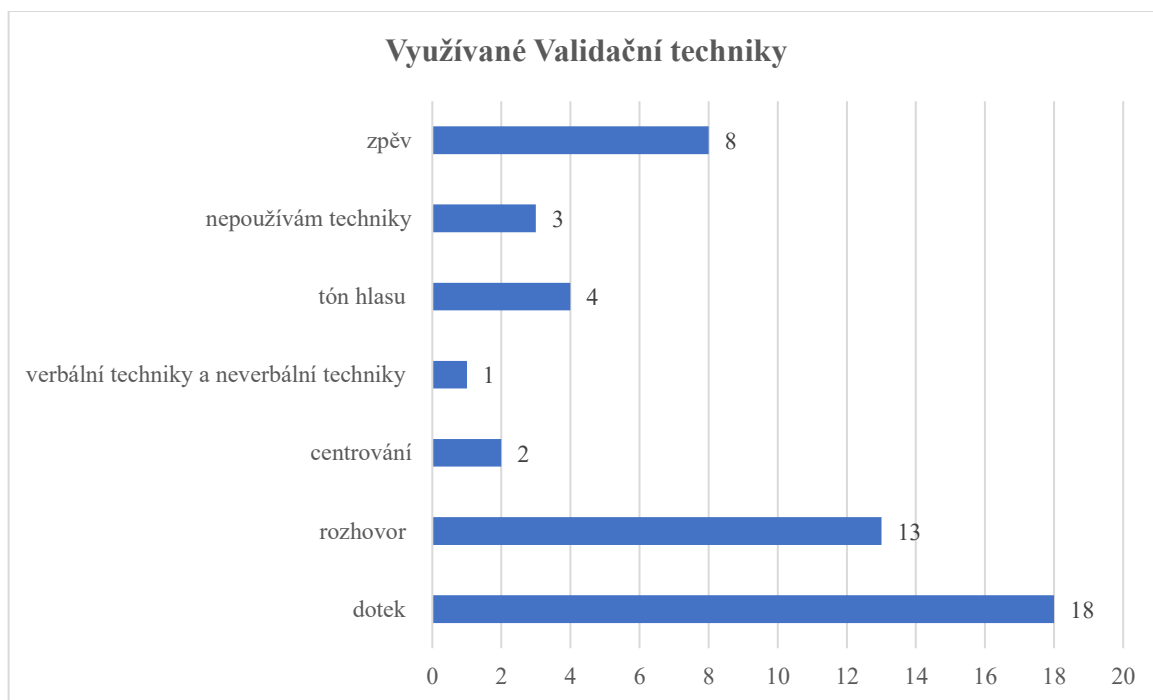
Respondent č. 21: když se Validace dělá správně tak asi může pomoc lidem

Zjistit, jak Validaci vnímají pracovníci, kteří tráví téměř každý den se starými lidmi, byl jeden z cílů praktické části, proto jsem položila otevřenou otázku a všechny odpovědi jsou vypsány.

Odpověď každého respondenta je jedinečná a odlišná. Přesto zde můžeme vidět společné znaky v některých odpovědích. První společný znak, který se shoduje ve většině odpovědí respondentů je, že Validaci vnímají ve spojení s vcítěním a empatickým přístupem ke starému člověku nebo člověku trpícímu demencí. Druhým společným znakem je, že pracovníci často v odpovědích hovoří o Validaci jako o metodě komunikace s klienty, o metodě, která jim pomáhá lépe porozumět svým klientům. Ve dvou odpovědích se odráží i to, o čem také hovoří Naomi Feil, a to je pomoc starým lidem smířit se s jejich životem a pomoc jim prožít těžké chvíle, které ve stáří přichází. Jeden respondent odpověděl, že pro něj Validaci nic neznamená, což příkládá tomu, že nemá dostatek informací o této metodě, aby mohl posoudit její význam. Z odpovědí vidíme, že respondenti Validaci vnímají velmi pozitivně.

### 11. otázka – Používáte konkrétní Validační techniky, případně jaké?

V teoretické části diplomové práce je v kapitole Validační techniky popsáno čtrnáct technik, které lze při Validaci využívat. V tabulce jsou pouze techniky, které se objevily v odpovědích respondentů. Respondenti uváděli často více než jednu techniku.



Graf č. 9. – Využívané Validační techniky

Z odpovědí respondentů můžeme zjistit, že nejčastěji využívanou technikou je dotek a rozhovor. Centrování, které Naomi Feil doporučuje před každou Validací, používají pouze dva respondenti. Jako validační technika je často využíván zpěv. Tři respondenti odpověděli, že žádné techniky nevyužívají. Mezi verbální techniky respondent uvedl parafrázování, otevřené otázky, polarita, představení si opaku, neverbální techniky – oční kontakt, nastavení těla a hlasu, dotyky (především tváře).

## 12. otázka – V čem vám Validace při práci pomáhá, pokud v něčem?

Tato otázka měla zjistit, jestli pracovníci vnímají Validaci jako něco, co jim v jejich každodenní práci pomáhá a zda jim to jejich práci nějakým způsobem ulehčuje.

### Odpovědi:

Respondent č. 1: napojení se na klienta

Respondent č. 2: při uklidňování klienta.

Respondent č. 3: Pomáhá při zachování důstojnosti člověka s demencí, i když je klient nemocný, je to stále člověk, osobnost, který si zaslouží, aby se s ním jednalo jako s člověkem

Respondent č. 4: Validace mi pomáhá k přiblížení se ke klientovi, jeho pochopení, navázání kontaktu, ponechání mu prostoru pro vyjádření, toho, co právě cítí, prožívá.

Respondent č. 5: k pocitu určitého uspokojení, že má smysl vnímat situaci uživatelů z jejich pohledu, pomáhat

Respondent č. 6: v komunikaci s klientem

Respondent č. 7: jen to, že se opravdu snažím být v danou chvíli pouze pro klienta, více ho vnímat.

Respondent č. 8: nemám pocit, že mi pomáhá, využívám ji minimálně

Respondent č. 9: u rozhovoru s klientem

Respondent č. 10: pomáhá mi lépe soucítit s klientem

Respondent č. 11: spíš se s klientem domluvím

Respondent č. 12: nejsem si jistá, jestli mi přímo v něčem pomáhá, ale mám dojem, že od toho kurzu se snažím najít důvod proč se někteří klienti chovají tak jak se chovají.

Respondent č. 13: Pomohla mi při práci s agresivním klientem.

Respondent č. 14: lépe se na klienta soustředím.

Respondent č. 15: v ničem

Respondent č. 16: Mám lepší pocit z komunikace s klienty.

Respondent č. 17: myslím, že mi to pomáhá napojit se na uživatele.

Respondent č. 18: Nevím.

Respondent č. 19: pomáhá mi to lépe pomáhat lidem u nás

Respondent č. 20: vnímat pocity klientů

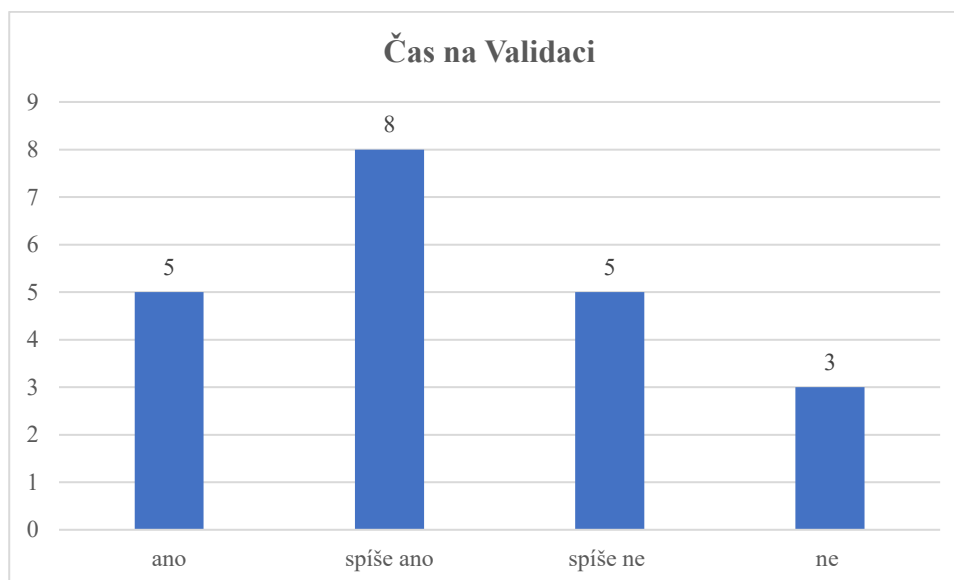
Respondent č. 21: pomáhá mi lépe klienty zapojit do aktivizačních aktivit

Tři respondenti nevnímají Validaci jako něco, co by jim v jejich práci pomáhalo. Ostatní pracovníci vidí Validaci jako nástroj, který jim pomáhá napojit se na emoce klienta nebo s ním lépe komunikovat. Pomáhá jim také zachovávat důstojnost klientů s demencí a pomáhá jim vidět člověka jako osobnost, kterou zůstává bez ohledu na své stáří nebo nemoc. Pomáhá jim také k lepšímu pocitu při práci s klienty a snahu klienty více vnímat a porozumět jim.



**13. otázka – Jste názoru, že máte dostatek času na Validaci při práci s klienty?**

Poslední otázka se zabývala množstvím času, kteří respondenti na Validaci mají a jestli mají pocit, že na Validaci mají dostatek času.



Graf č. 10. – Čas na Validaci

Tři respondenti vnímají, že na Validaci nemají dostatek času. Osm respondentů je toho názoru, že na Validaci mají spíše dostatek času nebo si tento čas dokáží udělat v případě, že cítí u klienta potřebu Validace. Pět respondentů odpovědělo, že na Validaci mají čas vždy a pět, že na Validaci spíše čas nemají vzhledem ke svým každodenním pracovním povinnostem.

## 14. Vyhodnocení hypotéz

Na začátku výzkumu a dotazníkového šetření byly stanoveny hypotézy. Pro vyhodnocování stanových hypotéz jsem získala podklady z výsledků dotazníkového šetření.

**Vyhodnocení první hypotézy: Předpokládám, že většina pracovníků využívajících Validaci budou pracovníci v sociální službě.**

První stanovenou hypotézu můžeme označit za **potvrzenou** s ohledem na odpovědi u první otázky dotazníkového šetření, která zjišťovala, na jaké pozici respondenti pracují. Z jednadvaceti dotazovaných respondentů je jedenáct respondentů pracovníků v sociálních službách, sedm aktivizačních pracovníků, dva sociální pracovníci a jeden Validáčnický pracovník.

První hypotézu jsem nastavila na základě každodenního kontaktu mezi klienty a pracovníky v sociálních službách. Právě z tohoto důvodu je metoda Validace velmi vhodná právě pro pracovníky v sociálních službách a aktivizační pracovníky, kteří se snaží klienty zapojit do aktivit, jež probíhají v domovech. Vzhledem k charakteru pracovní náplně sociálních pracovníků, kde je nedílnou součástí také administrativa, není Validace pro sociální pracovníky nutná v takové míře jako pro pracovníky v sociálních službách.

**Vyhodnocení druhé hypotézy: Předpokládám, že pracovníci ve vybraných domovech pro seniory absolvovali jednodenní kurz Validace.**

K vyhodnocení této hypotézy jsem využila odpovědi na druhou otázku dotazníkového šetření.

Z dotazovaných respondentů jich šestnáct absolvovalo kurz Metoda Validace podle Naomi Feil v časové dotaci osm hodin. Čtyři dotazovaní absolvovali dvou denní kurz metody v časové dotaci šestnáct hodin. Hypotézu mohu **potvrdit** vzhledem k získaným odpovědím. Pouze jeden z respondentů má časově náročnější vzdělání metody Validace.

Oficiální vzdělávání v oblasti Validace není možné v České republice získat. Kurzy v ČR vyučují dvě školitelky. Validation Training Institute, který sídlí ve Spojených státech nabízí pět úrovní certifikovaných kurzů:

Level 1 ValidationWorker

Level 2 Validation Group leader

Level 3 Validation Teacher

Level 4 Validation Teacher

Level 5 Validation Master

Tyto certifikované kurzy probíhají v USA, Velké Británii, Argentině, Rakousku, Francii, Německu, Itálii, Japonsku, Švýcarsku.

V České a Slovenské republice je jediná certifikovaná lektorka Validation Teacher.

**Vyhodnocení třetí hypotézy: Předpokládám, že většina respondentů před kurzem o metodě Validace neslyšela a impuls k absolvování kurzu Validace byl ze strany zaměstnavatele.**

Z první hypotézy vyplývá, že většina respondentů pracuje v domovech pro seniory na pozici pracovníka v sociálních službách. V zákoně 108/2006 Sb. nalezneme povinnost dalšího vzdělávání pracovníků v sociálních službách, obdobně jako sociálních pracovníků, i jim je zaměstnavatel povinen zabezpečit další vzdělávání v rozsahu nejméně 24 hodin za kalendářní rok. Z tohoto důvodu byla položena otázka, zda si respondenti kurz Validace vybrali sami nebo jim ho vybral zaměstnavatel.

Pro ověření třetí hypotézy byly zpracovány údaje z třetí a čtvrté otázky dotazníku. Ze všech respondentů slyšeli o Validaci před absolvováním kurzu čtyři z nich. Sedmnáct respondentů slyšelo o Validaci až na kurzu a většině, osmnácti z nich, vybral kurz sám zaměstnavatel, proto můžeme hypotézu **potvrdit**.

**Vyhodnocení čtvrté hypotézy: Předpokládám, že Validace v domovech využívají nepravidelně a není prováděna systematicky s dezorientovanými klienty.**

Na základě odpovědí, které jsem získala z dotazníkové šetření můžeme potvrdit, že Validace v domovech neprobíhá na takové odborné úrovni, jak by mohla. Jde spíše o přijetí principů Validace pracovníky, ale nejedná se o dlouhodobé a propracované působení na klienta, jak o Validaci hovoří Naomi Feil. Podle odpovědí je zřejmé, že pracovníci se snaží začlenit Validaci do své každodenní práce, ale vzhledem k nízké časové dotaci vzdělávání metody Validace není pro respondenty možné provádět Validaci odbornějším způsobem. Pouze jeden respondent stanoví u klientů stupeň dezorientace a tomu také podřizuje práci s nimi. Hypotézu můžeme **potvrdit**.

**Vyhodnocení páté hypotézy: Předpokládám, že respondenti vnímají metodu Validace jako nejvhodnější pro velmi staré lidi, nad 80 let.**

Předpokládala jsem, že respondenti budou vnímat jako cílovou skupinu Validaci klienty velmi staré, nad 80 let. Tato hypotéza se **nepotvrdila**. Na základě výsledku zkoumání můžu říci, že pracovníci vnímají cílovou skupinu pro Validaci klienty trpící demencí nebo klienty dlouhodobě neschopné samotného pohybu.

**Vyhodnocení šesté hypotézy: Předpokládám, že respondenti vnímají Validaci jako metodu komunikace s klienty.**

Z odpovědí na otázku, jak respondenti vnímají a co pro ně Validace znamená zmiňují komunikaci čtyři respondenti. Ve zbylých odpovědích respondenti často zmiňují zejména empatii nebo vcítění se do klienta, lepší pochopení klienta. Tuto hypotézu **nemůžu potvrdit**, protože se nedá ze získaných odpovědí říct, že respondenti by Validaci vnímali primárně jako metodu komunikace s klienty.

**Vyhodnocení sedmé hypotézy: Předpokládám, že existuje vztah mezi délkou absolvovaného kurzu metody Validace a schopností využívání konkrétních validačních technik.**

Z dotazovaných respondentů jich většina nevyužívá konkrétní Validační techniky. Pouze jeden respondent, který má nejvyšší vzdělání v metodě Validace ze všech respondentů využívá Validační techniky jako například centrování nebo polaritu. Domnívám se, že osmi nebo šestnáctihodinový kurz je malá časová dotace na osvojení si schopnosti pracovat s konkrétními technikami. Mohu tedy **potvrdit** přímou souvislost mezi délkou absolvovaného kurzu a schopností využívání Validačních technik.

## 15. Validace v ČR

Během vypracování své diplomové práce jsem zjistila, že metoda Validace je v České republice užívána velice zřídka. Rozhodla jsem se zjistit, jak je Validace procentuálně zastoupena v domovech pro seniory a domovech se zvláštním režimem na území ČR v krajích.

Pro toto zjišťování jsem použila informace veřejně dostupné na webových stránkách ministerstva práce a sociální věcí, konkrétně na registru poskytovatelů sociální služeb.

Nejčastěji zmiňované terapie pro seniory s kognitivní poruchou jsou:

**Reminiscence** neboli vzpomínání. Tato terapie je založena na faktu, že vzpomínky jsou spolu s vědomostmi uloženy v dlouhodobé paměti. Cílem této metody je zachovat paměťové dráhy. Další velmi často používanou terapií je trénink paměti, která je zaměřena na procvičování paměti a jiných kognitivních funkcí jako je koncentrace nebo slovní zásoba. **Bazální stimulace**, kdy pomocí podněcování všech pěti základních smyslů se snažíme, aby klient vnímal lépe své okolí. Používá se zejména u nepohyblivých osob. **Orientace v realitě** je edukační technika, která se snaží klienta orientovat v čase a místě. **Kognitivní rehabilitace** je cílená systematická snaha o zlepšení kognitivních deficitů, které vznikají v důsledku jakéhokoliv poškození mozku.

**Psychobiografický model** prof. E. Böhma, který je v současnosti stále více používaný v ČR a svými principy a filosofií mi nejvíce připomíná Validace a cíle, které nastavila její autorka Naomi Feil. Tento model se snaží přinést do geriatrické péče takový způsob myšlení, aby personál klientům lépe porozuměl a dokázal jim díky tomu poskytnout adekvátní odbornou péči. Snaží se podpořit schopnosti sebe péče starých a zmatených lidí. Můžeme říct, že Validace společně s tímto modelem patří mezi nové koncepty péče o seniory, kdy již nejde „pouze“ o uspokojování základních biologických potřeb. Profesor Böhm stejně jako Naomi Feil vychází z Erika Eriksona a jeho periodizace lidského vývoje. Oba tyto modely také pracují s metodou biografie.<sup>74</sup>

---

<sup>74</sup>Erwin Böhm Institut. [Http://www.ebinbio.cz](http://www.ebinbio.cz) [online].

Kraj	Domov pro seniory	Domov se zvláštním režimem	Validace	Procentuální zastoupení
<b>Praha</b>	64	57	2	1,65%
<b>Jihočeský</b>	30	17		0,00%
<b>Jihomoravský</b>	41	32	1	1,37%
<b>Karlovarský</b>	16	10	1	3,85%
<b>Vysočina</b>	19	17	3	8,33%
<b>Královehradecký</b>	32	14	0	0,00%
<b>Liberecký</b>	16	12	0	0,00%
<b>Moravskoslezský</b>	66	40	0	0,00%
<b>Olomoucký</b>	21	12	0	0,00%
<b>Pardubický</b>	19	17	0	0,00%
<b>Plzeňský</b>	20	15	1	2,86%
<b>Středočeský</b>	70	45	2	1,74%
<b>Ústecký</b>	40	34	0	0,00%
<b>Zlínský</b>	33	22	4	7,27%
<b>Celkem</b>	<b>487</b>	<b>344</b>	<b>14</b>	<b>1,68%</b>

Tabulka č. 1 – Procentuální zastoupení domovů, kde je Validace využívána

V tabulce, která byla vytvořena z veřejně dostupných informací vidíme, že ve většině krajů Validace není jako metoda práce s dezorientovanými seniory vůbec zastoupena. Validace je stále v České republice spíše neznámou metodou. Tento malý výzkum jsem do praktické části přidala z toho důvodu, že mě při zpracování této práce zaujalo, jak málo je tato metoda u nás známá. S Validací jsem se nesečkala ani na povinných školních praxích, které jsem absolvovala v rámci studia. Domnívám se ale, že Validace a další nové koncepty péče budou stoupat na popularitě.

## 16. Diskuze

V současné době často slyšíme o stárnutí populace. Vychází statistiky, které nám ukazují, že seniorů bude stále více. Podle Eurostatu v roce 2018 byla téměř jedna pětina (19%) obyvatel EU ve věku 65let a více. Podíl obyvatel ve věku 80 let či více se do roku 2100 pravděpodobně více než zdvojnásobí a dosáhne 14,6 % celkové populace. Demografická data z roku 2019 ukazují, že střední délka života pro české muže je 76,2 roku a pro ženy 82,1 roku. Nejsou ale výjimky, kdy se v domovech pro seniory setkáme s 90letými lidmi. Za toto vděčíme dnešní úžasné lékařské vědě, která dokáže léčit nemoci, které byly dříve smrtelné. Stále více lidí se také snaží žít zdravým životním stylem, a tak do starobního důchodu často „odcházejí“ lidé plní života a plánů do budoucnosti.

Stárnutí je velmi individuální proces a každý stárne jinak. Pamatuji na slova jedné mé profesorky, která říkala, že máme „staré mladíky“ a „mladé staříky“ a lépe by asi individualita stárnutí ani vysvětlit nešla. Někdo pocítuje stáří v 50 letech a někdo je mladý v 70 letech. Bez ohledu na to, že stáří je individuální, je nutné poznamenat, že čím vyššího věku se člověk dožije, tím křehčím se stává. Doktor Zdeněk Kalvach, filosofující geriatr a gerontolog popisuje geriatrickou křehkost jako významný klinický fenomén. Hovoří o poklesu potenciálů zdraví, ale během psaní této diplomové práce jsem si uvědomila, že se stářím přichází i jiná křehkost než pouze ta fyzická. Jakási křehkost duše. Čím déle člověk žije, tím více času má na zkoumání vlastní duše, všech svých životních rozhodnutí, každého kroku, který udělal. Během života není až tolik času přemýšlet nad tím, co se kolem nás děje. Život běží velmi rychle a často se zastaví právě až v seniorském věku. A často se stává, že životní rozhodnutí, která jsme udělali v životě, nás začnou ve stáří pronásledovat – věnovala jsem dostatek času svým dětem? Neměla jsem jim více říkat, že je mám ráda? Všechny tyto otázky mohou trápit starého člověka, a pokud se takový člověk dostane do situace, kdy se zhorší jeho kognitivní funkce v důsledku neurologického onemocnění jako je například demence nebo celkové zhoršení kognitivních schopností v důsledku věku, může se takový člověk stáhnout do sebe, přestat komunikovat se svým okolím, se světem. V takovém případě by měla nastoupit Validace jako metoda, která může pomoci starým lidem vyrovnat se s jejich životem nebo jako metoda, jak s takovými lidmi komunikovat bez toho, aby ztratili svou hodnotu člověka. Nejsem naivní, a tak vím, že Validace není zázračná metoda, díky které budou staří lidé najednou šťastní, spokojení a nic je nebude trápit, ale věřím, že Validace nebo jiné terapie jako psychobiologické modely

jsou metody, které v případě správné a pravidelné práce Validáčního pracovníka dokážou pomoci zkvalitnit poslední roky, týdny nebo dny života.

Domnívám se, že Validace a další nové koncepty péče o seniory budou v České republice růst na popularitě a bude o ně větší zájem. Zejména z toho důvodu, že si v současné době uvědomuje, jak důležitá je péče nejen o tělo a jeho biologické potřeby ale jak je důležité člověka vnímat jako komplexní – biopsychosociospirituální bytost, která má mnoho potřeb kromě biologických.

Ve své diplomové práci jsem čerpala převážně z knih, která napsala přímo autorka Validace Naomi Feil, jelikož v české literatuře je o Validaci stále málo napsáno. Přesto jsem se snažila i to málo najít a použít. Validaci ve své knize Fenomén stáří zmiňuje i profesorka Helena Haškovcová. Domnívám se, že autorka nabízí velmi zajímavý pohled na starého člověka. Líbí se mi, že její metoda se snaží najít událost, která je za příčinou chování každého člověka. Nikdy jsem nad chováním lidí tímto způsobem nepřemýšlela. Na odborné praxi v domovech pro seniory jsem občas slyšela, že nějaký klient dělá něco „naschvál“, aby pracovníce v sociálních službách rozčilil, aby jim přidělal práci a možná tomu tak v některých případech i bude, ale poté co jsem tuto metodu více nastudovala, se domnívám, že nikdo se nějakým způsobem nechová „jenom tak“. Za každým jednáním je důvod, situace v životě, která k takovému chování vedla. Podle mého názoru je metoda Validace také vhodná pro umírající pacienty, kteří se snaží smířit se svým odchodem a přemýšlí nad svým životem. Zásady komunikace a principy, které Validace nabízí, mohou pomoci těmto lidem vyrovnat se svým životem.

V empirické části své práce jsem zjišťovala, jak zaměstnanci domovů pro seniory vnímají Validaci a jakým způsobem je prováděna metoda Validace ve vybraných pobytových zařízeních pro seniory s ohledem na teoretický koncept vytvořený Naomi Feil. Při individuální Validaci uvádí tři kroky – shromažďování informací, stanovení fáze dezorientace a pravidelné setkávání s člověkem a využívání validačních technik. Pokud tyto informace srovnáme s odpověďmi v dotazníkovém šetření, vidíme, že až na jeden případ tímto způsobem Validace neprobíhá. Není to ani v možnostech pracovníků, kteří podle výsledků dotazníků Validaci provádějí nejčastěji, a to jsou pracovníci v sociálních službách. První krok, což je shromažďování informací, můžeme označit za biografii nebo životní příběh, které se většinou vytvářejí při přijímání klientů do domovů pro seniory nebo jiné sociální služby. Tento krok ale ve většině případů provádí sociální pracovník nebo jiný pracovník k tomu povoláný. Není to úkol pro pracovníce v sociálních službách. Krok druhý



je stanovení fáze dezorientace, tento krok zmiňuje jen jeden respondent a na základě získaných údajů o vzdělání respondentů můžeme předpokládat, že nemají dostatečný teoretický základ o metodě, aby dokázali určit přesný stupeň dezorientace. Třetí krok je pravidelné setkávání s člověkem, které probíhá s ohledem na povahu práce pracovníků v sociálních službách, jež jsou v každodenním kontaktu s klientem. Bohužel druhá část třetího kroku už naplněna není. Z výsledků dotazníků víme, že validační techniky pracovníci spíše nevyužívají, nejvíce využívaná je metoda doteku, rozhovoru a často pracovníci využívají zpěv.

Je vidět, že Validace v domovech není nastavena tak, jak je to v teoretickém základu Naomi Feil. Nemyslím si, že by to bylo špatně. Z odpovědí respondentů je patrné, že se velmi snaží do své práce Validaci aplikovat co nejlépe podle svých znalostí a schopností, a to je podle mého názoru nejdůležitější. Pracovníci v sociálních službách mají velmi náročnou práci, a proto je pro mě velmi povzbuzující, že většina respondentů vnímá Validaci pozitivně.

Pokud se ale podíváme, jak proces Validace popisuje Mária Wirth, jediná certifikovaná lektorka Validation Naomi Feil Teacher v České a Slovenské republice, který je popsán v teoretické části této práce, tak vidíme, že odpovědi respondentů se spíše shodují s popsaným procesem. Wirth hovoří o empatickém vztahu, který dovoluje klientovi uvolnit své emoce, vytvoření a upevnění důvěry, vytvoření atmosféry bezpečí a nabídnutí struktury, provázení klienta na cestě zpracování nevyřešených témat. Pokud si přečteme odpovědi pracovníků na otázky, jak Validaci vnímají, v čem jim pomáhá a jak probíhá Validace v jejich zařízení, nalezneme v odpovědích všechny aspekty, o kterých Wirth mluví.

V empirické části jsem také zpracovala tabulku s procentuálním zastoupením domovů, kde Validaci používají. Jak jsem již napsala výše, mám za to, že metody jako Validace budou stále více populární i s ohledem na novou nastupující generaci sociálních pracovníků, kteří vidí potřebu celostního přístupu k osobnosti člověka.

Téma diplomové práce jsem si vybrala z důvodu mého osobního zájmu o cílovou skupinu seniorů a vzhledem k demografickým datům, které jsem již zmiňovala na začátku, kdy bude stále více potřeba lepší gerontologické a geriatrické péče. Možností péče o seniory je mnoho. O naše starší nemusíme pečovat pouze v zařízeních sociální péče, ale také v domácím prostředí. Mezi současné trendy sociální práce patří právě deinstitucionalizace. Validace patří mezi metody, pro jejichž aplikaci není nutné mít

vysokou školu, jak píše sama autorka, a proto je také ideální metodou pro domácí pečovatele, kteří nemají odborné vzdělání v sociální práci nebo sociální péči, ale chtějí se starat o své nejbližší a poskytnout jim co nejlepší péči.

## Závěr

V úvodu této diplomové práce jsem stanovila cíl celé práce. Tím bylo popsat podrobněji metodu Validace, která je v českém prostředí relativně nová a málo používaná. Zjistit, jakým způsobem je tato metoda využívána, jak vypadá aplikace této metody, jaké výhody přináší a důvody využívání této metody při práci s velmi starými dezorientovanými lidmi nebo lidmi trpícími demencí, jak se praktická aplikace metody liší od teoretického základu zpracovaného Naomi Feil. Při psaní práce jsem používala primárně originální anglické knihy Naomi Feil vzhledem k tomu nedostatku literatury v českém jazyce.

Tento cíl byl zčásti naplněn teoretickou částí práce, jež se skládala z jedenácti kapitol. V těchto kapitolách je velmi podrobně popsána metoda Validace. Od jejího vzniku, přes její cíle a principy. Důležité, a proto důkladně rozepsané, jsou fáze dezorientace, tak jak je popisuje autorčina metody. Tyto fáze jsou čtyři a u každé z nich jsou popsány fyzické i psychické vlastnosti lidí. Čtrnáct Validčních technik je popsáno v páté kapitole včetně příkladů ke každé technice. V teoretické části je také popsána cílová skupina Validace, což jsou dezorientovaní velmi staří lidé. Důležitou součástí Validace je také Validční pracovník. Výhody, které Validace přináší pro validující i dezorientované lidi, jsou vypsány v osmé kapitole. První část práce také popisuje proces Validace podle autorky, která uvádí tři základní kroky. Pro sestavování Validční skupiny Naomi Feil uvádí sedm kroků. Poslední kapitola se věnuje Validaci a její využití v českém prostředí, jak jej popsala Dana Sýková a Oldřich Chytil v návaznosti na standardy kvality sociálních služeb. Pokud bych měla shrnout teoretickou část této diplomové práce, jde ve své podstatě o teoretické zpracování metody Validace, tak jak jej popisuje Naomi Feil a přispěním několika českých autorů, kteří o Validaci napsali. Druhou částí bylo zjistit, jakým způsobem Validace probíhá v českých domovech pro seniory. Odpověď na tuto otázku jsem získala díky dotazníkovému šetření od jednadvaceti respondentů. Před začátkem výzkumu jsem stanovila sedm hypotéz, které byly ověřené po zpracování odpovědí v dotaznících. Ze stanovených hypotéz jsem mohla pět potvrdit na základně výsledků výzkumu a dvě hypotézy nemohly být potvrzeny. Při mém výzkumu bylo osloveno deset domovů pro seniory, o kterých jsem měla informaci, že jejich zaměstnanci absolvovali kurz Validace. Z těchto deseti oslovených domovů odpovědělo na mou žádost o vyplnění 7 domovů. Výzkum probíhal pomocí dotazníkového šetření na záměrně vybraném vzorku respondentů. Z tohoto výzkumu jsem zjistila, že Validace ve vybraných domovech není

postavena na teoretickém základu, který představila Naomi Feil, ale jde spíše o přijetí principů Validace mezi zaměstnanci. Zejména princip empatie pro budování důvěry a vnímání jedinečnosti každého klienta.

Domnívám, že stanovené cíle jsem splnila, jelikož v první části byla metoda Validace podrobně popsána a v části druhé jsem získala z odpovědí respondentů získat obraz toho, jak Validace v domovech pro seniory vypadá.

Psaní této diplomové práce mě zaujalo. Jsem ráda, že jsem si zvolila toto téma, i když bylo velmi složité získat respondenty pro výzkumnou část vzhledem k malému množství zařízení, kde s Validací pracují a velké vytiženosti validujících pracovníků v sociálních službách. Na začátku svého výzkumu jsem od respondentů čekala spíš neutrální názor na vybranou metodu, a proto mě velmi překvapily odpovědi v dotazníkovém šetření. Je povzbuzující vidět, že i při tak náročné práci jako je pracovník v sociálních službách nebo aktivizační pracovník se tyto lidé snaží Validovat a zlepšovat život seniorů, s nimiž pracují.

Pevně věřím, že Validace bude v budoucnu více používaná a bude známější, než je v současné době. Bez ohledu na věk, nemoc nebo jak moc je starý člověk dezorientovaný, stále je to člověk se všemi svými právy a je důležité, abychom zachovávali důstojnost právě těchto lidí, kteří jsou často zcela odkázáni na pomoc druhých. Měli bychom také dávat pozor, abychom nepřehlíželi to, co se nám starší, dezorientovaní lidé snaží říci, i když nám jejich sdělení mohou připadat nepodstatná, nedůležitá či nesmyslná. To, co lidé říkají v této fázi, je něco, co chtěli říct dlouhou dobu, ale zdrženlivost jim v tom bránila. Lidé, kteří se dostanou do fáze pozdního stáří, budou potřebovat, abychom jim naslouchali, validovali jejich pocity. Pokud je nikdo nebude poslouchat, dostanou se do fáze vegetace.

Viktor Frankl ve své knize *A přesto říci životu ano* píše, že lidské utrpení je podobné reakci plynu. Pokud se určité množství plynu napumpuje do místnosti, tak to tu místnost naplní bez ohledu na její velikost. Stejně tak utrpení dokáže naplnit zcela lidskou duši bez ohledu na to, jestli je to utrpení malé, nebo velké. „Velikost“ lidského utrpení je absolutně relativní.

Vidím v tom, co napsal Frankl jistou paralelu k tomu, co píše Naomi Feil, pokud u starého člověka nevalidujeme jeho pocity a nesnažíme se mu pomoci s vyřešením jeho minulosti. Tyto nevyřešené pocity mu mohou tak dlouho plnit duši a mysl, že se nakonec raději stáhne úplně do sebe a dostane se to vegetativní fáze. A v této fázi se člověk zcela uzavře před světem.

Metodou Validace můžeme pomoci našim klientům v domovech pro seniory vyhnout se této vegetativní fázi a nabídnout jim vyřešit si vlastní minulost, jak bychom si to přáli všichni.

## Použitá literatura

[1]FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. The validation breakthrough: simple techniques for communicating with people with Alzheimer's-type dementia. 2nd ed. Baltimore. ISBN 1-878812-81-5

[2]FEIL, Naomi a Vicki de KLERK-RUBIN. V/F validation: theFeilmethod :how to helpdisorientedold-old. Rev., 1992. Cleveland, Ohio. ISBN 1-878169-00-9

[3]HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-

[4]Klerk-Rubin, V. de. (2008). Validation techniques for dementia care: the family guide to improving communication. Baltimore: Health Professions Press. ISBN 978-1-932529

80-87109-19-9.

[5]MALÍKOVÁ, Eva. Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3148-3.

[6]PROCHÁZKOVÁ, E. Biografická péče: důstojná péče, Sestra, 2008, Vydání č. 5/2008, Praha, ISSN 1210-0404

[7]RHEINWALDOVÁ, Eva. Novodobá péče o seniory. Praha: Grada Publishing, 1999. Psyché. ISBN 80-7169-828-8

[8]SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL, ed. Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování. V Ostravě: Ostravská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, 2004. ISBN 80-7326-026-3.

## Internetové zdroje

[9]Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. [cit. 2019-10-21]. Dostupné z: [www.mpsv.cz/web/cz/standardy-kvality-socialnich-sluzeb](http://www.mpsv.cz/web/cz/standardy-kvality-socialnich-sluzeb)

[10]Registr smluv [online]. [cit. 2019-08-04]. Dostupné z: <https://smlouvy.gov.cz/vyhledavani?q=Validace+Naomi+Feil>

[11]Validation Training Institute [online]. [cit. 2020-04-21]. Dostupné z: <https://vfvalidation.org/naomi-feil-bio/>

## Seznam příloh

### Příloha č. 1: Dotazník

#### Otázky pro výzkum do diplomové práce

Jmenuji se Adéla Kináčová a jsem studentkou druhého ročníku oboru sociální a charitativní práce na Husitské teologické fakultě Univerzity Karlovy. Má diplomová práce je zaměřena na metodu Validace podle Naomi Feil, a jak je tato metoda realizována v domovech pro seniory. Odpovědi na níže uvedené otázky budou použity anonymně a výhradně pro zpracování praktické části mé diplomové práce. Níže uvedené otázky jsou otevřené a délka odpovědi je na vašem uvážení. Budu vděčná za jakoukoli odpověď. Dotazníky můžete posílat na e-mailovou adresu: [kinacova.a@gmail.com](mailto:kinacova.a@gmail.com) nebo ho můžete vyplnit na: <https://forms.gle/WtZV3aJhpCJTqLDh9>

Za Vaší spolupráci Vám mnohokrát děkuji.

Adéla Kináčová

- 1. V jakém domově pro seniory pracujete? (nepovinné)**
- 2. Na jaké pozici v domově pracujete?**
- 3. Jaké vzdělání/kurzy Validace jste absolvovali?**
- 4. Zvolili jste si kurz nebo jiné vzdělávání metody Validace sám/anebo zaměstnavatel?**

**5. Před absolvováním kurzu, znali nebo slyšeli jste o Validaci už dříve?**

**6. Jak Validace ve vašem zařízení probíhá?**

**7. Jak často Validaci při práci s klienty využíváte?**

**8. Na jaký typ klientů se podle vás Validace hodí?**

**9. Naomi Feil hovoří o přínosech pro pečující/pracovníky:**

- redukce stresu,
- prevence syndromu vyhoření,
- podpora radosti z komunikace,
- zvýšení pocitu spokojenosti.

Prosím, zvýrazněte, který z těchto přínosů vnímáte. Pokud si všímáte více zvýrazněte je, prosím všechny.

**10. Stejně tak Naomi Feil hovoří o přínosech pro klienty:**

- návrat pocitu vlastní hodnoty,
- snížení nutnosti pro použití sedativ,
- podpora komunikace a interakce s lidmi,
- redukce stresu a úzkosti, stimulace využitého potenciálu,
- minimalizace odtažení od vnějšího světa.

Prosím, zvýrazněte, který z těchto přínosů vnímáte. Pokud si všímáte více zvýrazněte je, prosím všechny.



- 11. Co pro Vás Validace znamená? Jak byste tuto metodu definovali vlastními slovy  
(nejde o přesnou definici, jde spíše o vlastní pocity z metody Validace)?**
- 12. Používáte konkrétní ValidáčnÍ techniky, případně jaké?**
- 13. V čem vám Validace při práci pomáhá, pokud v něčem?**
- 14. Jste názoru, že máte dostatek času na Validaci při práci s klienty?**

#### **Příloha č. 2: Seznam grafů**

- Graf č. 1 – Pozice pracovníků v domově
- Graf č. 2. – Kurzy Validace
- Graf č. 3. – Motivace pracovníků
- Graf č. 4. – Znalost o Validaci
- Graf č. 5. – Pravidelnost používá Validace
- Graf č. 6. – Typy klientů vhodných pro Validaci
- Graf č. 7. – Přínosy pro klienty podle Naomi Feil
- Graf č. 8. – Přínosy pro pracovníky/pečující
- Graf č. 9. – Využívané ValidáčnÍ techniky
- Graf č. 10. – Čas na Validaci

#### **Příloha č. 3: Seznam tabulek**

- Tabulka č. 1 – Procentuální zastoupení domovů, kde je Validace využívána

## **Abstrakt**

Text diplomové práce se zabývá metodou Validace, jejíž autorkou je americká sociální pracovnice Naomi Feil, která tuto metodu vymyslela jako pomoc při komunikaci s velmi starými dezorientovanými lidmi. Cílem práce bylo popsat metodu Validace, její teoretický základ, který sestavila sama autorka metoda a zjistit jakým způsobem se tato metoda skutečně využívá při práci se starými dezorientovanými lidmi v domovech pro seniory. Práce byla rozdělena na teoretickou a praktickou část.

V první části práce byla popsána metoda Validace. Její principy, důvody vzniku, cílová skupina, pro koho je Validace určena, jaké jsou Validací techniky a využití Validace v českém prostředí.

Praktická část se soustředila na zjištění praktického využití a aplikace Validace v domovech pro seniory. Odpověď jsem zjistila pomocí dotazníkové šetření rozeslaného do domovů pro seniory, kde zaměstnanci absolvovali kurzy Validace, což bylo také kritérium výběru respondentů. Z výsledků šetření mohu říct, že Validace v českých domovech pro seniory se neřídí teoretickým základem, který vypracovala Naomi Feil, jde spíše o přijetí principů Validace, zejména principů empatické komunikace s klienty. Jak je již uvedeno v diskuzi domnívám se, přijetí principů Validace, jakožto empatické metody komunikace s klienty je důležitější než perfektní zvládnutí teorie této metody.

## **Abstract**

This master thesis was focused on Validation method, whose author is an American social worker Naomi Feil, who created this as a help with communication with disoriented elderly people. The aim of the thesis was describe Validation, it's theoretical background which was set by The author herself and find out how is this method used in actual work with the disoriented old people in Czech care homes. Thesis was divided in to two parts – theoretical and empirical.

In the first part was mainly concentrated on explaining the method itself. It's principles, reasons for origin, Validation techniques and use of Validation in Czech environment.

Empirical part was focused on finding out how practical usage of Validation looks like. To find out I used questionnaire that was send to care homes, where the employees finished some Validation training which was also criterion for choosing these

respondents. From these results of the research I can say that the theoretical basis created by Naomi Feil is mostly not used in Czech care homes. According to the questionnaires most employees of the care homes accepted the principles of Validation mostly it's empathic communication. As is indicated in discussion, in my opinion it's more important to accept the principles of the method then mastery of the theoretical basis of the method.