

Univerzita třetího věku, Masarykova univerzita

Realizované kurzy „Trénování paměti a dalších kognitivních dovedností“ (2015-2017 - Moduly 1, 2, 3):

- ◇ Domov pro seniory Hodonín (Modul 1)
 - ◇ Domov pro seniory, Domov pro osoby se zdravotním postižením Habrovany (Modul 1 a 2)
 - ◇ Domov pro seniory Božice (Modul 1 a 2)
 - ◇ Domov pro seniory Skalice (Modul 1 a 2)
 - ◇ Domov pro seniory Strážnice (Modul 1 a 2)
 - ◇ Domov pro seniory Černá Hora (Modul 1 a 2)
 - ◇ Domov pro seniory Foltýnova, Brno (Modul 1)
 - ◇ Domov pro seniory Vychodilova, Brno, prac. Tábor (M1)
 - ◇ Domov pro seniory Újezd u Brna (Modul 1)
 - ◇ Domov pro seniory Plaveč (Modul 1)
 - ◇ Domov pro seniory Znojmo (Modul 1)
 - ◇ Domov pro seniory Kyjov (Modul 1)
 - ◇ Sociální služby Lipník nad Bečvou (Modul 1)
- Modul = 12 vyuč. hodin (tj. 6 x 2 vyučovací hodiny).



Lektoři:

Více jak 15-ti letá praxe ve vzdělávání dospělých.

- **Mgr. Miroslava Dohnalová**, absolventka UK Praha, pedagogická fakulta, certifikovaný lektor vzdělávání dospělých, specialista na rozvoj duševní práce, spoluautorka a lektorka konceptu 10-ti zlatých pravidel chytrého učení.
- **Ing. Zbyněk Dohnal**, absolvent VUT Brno, fakulta stavení, specialista na paměťové techniky, myšlenkové mapy a metodiky využívání principů vizuálního myšlení. Spoluautor a lektor konceptu 10-ti zlatých pravidel chytrého učení.

Akreditace MPSV ČR

- **Techniky zvyšování kognitivní kondice III.**, 8 vyuč. hodin, program zaměřený na cvičení a metodiku práce s klienty sociálních služeb, č. a.: 2015/0690-PC/SP/VP/PP

Další vzdělávací programy:

- **Techniky zvyšování kognitivní kondice I.**, 8 vyuč. hodin, program zaměřený na cvičení a metodiku práce s klienty sociálních služeb, č. a.: 2015/0689-PC/SP/VP/PP.
- **Techniky zvyšování kognitivní kondice II.**, 12 vyuč. hodin - cyklus, program zaměřený na cvičení a metodiku práce s klienty sociálních služeb. Program je výběrem cvičení ze seminářů *Techniky zvyšování kog. kondice I. a III.* č. a.: 2014/1344-PC/SP/VP/PP.
- **Vzdělávání a kognitivní trénink seniorů**, 12 vyučovací hodiny - cyklus 6-ti pracovních setkání s **účastí uživatelů sociálních služeb a pracovníků sociálních služeb**. Návěstí přímé práce s uživateli sociálních služeb, č.a.: A2017/0187-PC/SP/VP/PP. Doplňuje program *Techniky zvyšování kognitivní kondice I.*

Programy byly vytvořeny na základě **více jak 120 realizovaných kurzů v přímé práci s uživateli sociálních služeb** v rámci:

(i) Univerzity třetího věku, Masarykova univerzita Brno (přímo v domovech pro seniory) a

(ii) v rámci klubové činnosti při dlouholeté spolupráci s organizací DOTYK II. - práce s lidmi s psychickým onemocněním schizofrenií.



DONASY

Adresa:

DONASY s.r.o.
Chopinova 13
623 00 Brno
IČ: 259 29 496

Sídlo:

Nezvalova 20
787 01 Šumperk

GSM: +420 602 730 976 | +420 602 367 076

E-mail: donasy@donasy.cz | mdohnalova@donasy.cz

<http://donasy.cz>

<http://donasy.cz/vzdelavani/nase-kurzy/>

Fotogalerie: <http://donasy.cz/o-nas/relax/>



DONASY

Techniky zvyšování kognitivní kondice III.

Vzdělávací a výcvikový program akreditovaný MPSV ČR pro pracovníce a pracovníky v sociálních službách pracující s lidmi s kognitivním postižením.

Motto:

„Emoce se odehrávají v divadle těla, zatímco pocity v divadle vědomí!“

Antonio Damasio, neurovědce *)

Vzdělávací a výcvikový program vytvořený pro pracovníky v sociálních službách, kteří pracují s dospělými lidmi s různými kognitivními poruchami. Obsah doplňuje a volně navazuje na seminář „Techniky zvyšování kognitivní kondice I.“, ale účast na prvním semináři není podmínkou.

Seminář je orientován prakticky, program obsahuje více jak 30 různých cvičení kognitivních funkcí. **Výuka metodických postupů** a uváděné **poznatky** v průběhu semináře vychází ze zkušeností získaných lektory na více jak 120-ti lekcích v přímé práci s lidmi s kognitivními deficitem realizovaných za poslední tři roky (do konce roku 2017).

Emoce a kognitivní funkce

Emoce jsou tělesné děje, neurochemické reakce, které nastavují organismus k akci. Emoce významně **ovlivňují vnímání, kognitivní funkce a chování** jedince.

Základními emocemi jsou: strach, vztek, radost, smutek, odpor, údiv. Při jejich zkoumání je nutné brát v úvahu také jejich vztah k širším kontextům, jakými jsou „připoutání (vazba)“, sociální a morální hodnoty, prosociální orientace atd. Emoce jsou také subjektivním prožitkem pocitů a motivačních sil... *)

V průběhu semináře se zabýváme, zejména v teoretické části, **sociálním mozkem**, souvisejícími **základními lidskými potřebami**, a tzv. **morálními emocemi**. V praktické části jsou zařazena cvičení zaměřená na „morální“ rozhodování a další cvičení k procvičování jednotlivých kognitivních funkcí.

Účastníci se dozví, jak se projevují rozdílné poruchy při vykonávání různých cvičení, jak cvičení „dávkovat“ podle míry kognitivního postižení

a jak vést klienta k pozitivnímu výsledku, aby zažíval pocity „vítězství“, které ho dále motivují pokračovat v tréninku. Součástí metodických pravidel je i učení **po-kládat vhodné návodné otázky** klientům, pokud si s cvičením neví rady. Klient tak získá sebevědomí, že dokázal řešení najít sám.

Obsah semináře:

Seminář je rozdělen do čtyř výukových bloků po dvou vyučovacích hodinách. Výuka je strukturována tak, že v úvodu každého bloku získávají účastníci základní informace důležité pro pochopení činnosti mozku ve vztahu ke kognitivním funkcím. Jedná se o témata:

- ◆ teorie sociálního mozku;
- ◆ základní lidské potřeby v sociální oblasti;
- ◆ citový mozek, emoce a pocity;
- ◆ morální emoce, proč si pomáháme;
- ◆ druhá strana mince - lidské zlo;
- ◆ morální rozhodování a lidská moudrost;
- ◆ šest způsobů jak přimět lidi k souhlasu.

Cvičení jsou rozdělena podle kognitivních funkcí, doplněná o metodické postupy a poznatky z praxe, tj. přizpůsobení stavu klienta, různé projevy kognitivních deficitů. Typy cvičení:

- ◆ **Paměť**
 - ◆ Procedurální paměť, psycho-motorická cvičení.
 - ◆ Cvičení paměti - doplňování písmen a slov, zeměpisné znalosti, pamatování hodin.
- ◆ **Pozornost**
 - ◆ Vyhledávání a počítání písmen v poezii.
 - ◆ Vyhledávání společných znaků.
- ◆ **Exekutivní funkce**
 - ◆ Rébusy, Ravenovy matice, počítání trochu jinak.
 - ◆ Rozhodování v různých situacích - co je morální?
 - ◆ Logické myšlení, hledání logických vazeb.
- ◆ **Vyjadřovací schopnosti**
 - ◆ Divadlo, poezie, antická literatura.
- ◆ **Zpracování informací**
 - ◆ Vyhledávání slov.
 - ◆ Poznávání jazyků, melodií a předmětů.
 - ◆ Hrátky s hodinami a časem.
- ◆ **Prostorové vnímání**
 - ◆ Doplňování a rozpoznávání tvarů.
 - ◆ Přiřazování správných tvarů, rozpoznávání bodů.

Reference:

- ◆ **Masarykova univerzita, Brno, Univerzita třetího věku** - spolupracujeme jako externí lektori - kurzy zaměřené na rozvoj kognitivních dovedností a aktivizaci paměti. Výuka v rámci projektu U3V v regionech.
- ◆ **Vyšší a střední policejní škola MV ČR v Praze** - vedeme kurzy pro aktivizaci paměti, myšlenkové mapy a deset zlatých pravidel chytrého učení - pedagogičtí pracovníci, policisté, vyšší policejní důstojníci, záchranáři.
- ◆ **Techniky zvyšování kognitivní kondice** - akreditované kurzy pro pracovníky v sociálních službách - realizováno pro více jak 30 zařízení sociálních služeb v rámci OLK a JMK (<http://akademietrenovanipameti.cz/projekt235/2014/03/pusobnost-projektu/>).
- ◆ **Univerzita třetího věku v regionech** - do roku 2015 realizováno více jak 100 vzdělávacích a tréninkových akcí v domovech pro seniory v přímé práci s klienty.
- ◆ **DOTYK II** - realizováno více jak 20 vzdělávacích a výcvikových akcí zaměřených na rozvoj kognitivních funkcí pro osoby s psychickým onemocněním schizofrenií v rámci klubové činnosti.

Cílové kompetence

Účastníci:

- ◆ získají znalosti o kognitivních funkcích a pochopí jejich význam a smysl;
- ◆ získají přehled o tom, jaké typy cvičení lze používat pro procvičování a rozvoj jednotlivých kognitivních funkcí;
- ◆ získají praktické zkušenosti pro řešení procvičovaných úloh zaměřených na kognitivní funkce;
- ◆ naučí se klást návodné otázky pro práci s klientem při procvičování kognitivních funkcí;
- ◆ získají základní znalosti o emocích, jejich roli v životě, co je podkladem morálního hodnocení a rozhodování;
- ◆ dozví se, jak se u různých cvičení projevují kognitivní deficity vyplývající z kognitivních poruch klientů;
- ◆ naučí se „dávkovat“ obtížnost cvičení v závislosti na schopnostech a dovednostech klienta.

*) Radkin Honzák: *Psychosomatická prvouka*. Praha: Vyšehrad, 2017.