

Jiřina Šiklová –Několik úvodních slov k uvedení knížky autorek Kláry Cingrošové a Kláry Dvořákové – vydanou v nakladatelství Portál 2014 – setkání

„ Knička pro vzpomínání a procvičování paměti,“

Ta knížka má jen 140 stránek, včetně obsahu. Ale díky ní a cvičením, která tam jsou si vzpomeneme na tolik dalších věcí a událostí, že náš život se doslova rozroste či rozkošatí. Minulost bude opětně a více s námi, než dosud. Vzpomínky oživnou, díky nim se staneme vnímavější i k potřebám a přáním těch, se kterými žijeme a vedle kterých žijeme, či je potkáváme. Tím, že se rozvzpomeneme na vlastní minulost, budeme chápat více i ty druhé, včetně jejich případných chyb a nesrovnalostí. Nechválím tuto knížku pro vzpomínání a procvičování paměti jen tak náhodou. Znáám ještě z doby, kdy jsem sama pracovala na geriatrickém oddělení Thomayerovy nemocnice u primář Jiřího A. Trojana, jak bylo důležité především staré a nemocné lidi „rozmluvit“. Jak je vtáhnout do diskuse ve skupině pacientů, nebo do besedy důchodců. Tím, že se vzpomínalo na události, které tito lidé kdysi prožili a v kterých byli aktéry, zvedlo se jejich sebevědomí, zájem o skupinové dění, zlepšilo to jejich psychiku a tím i zdravotní stav. Vzpomínání je vtáhlo do jejich dřívějšího života a umožnilo jim, představit se skupině, třeba spolupacientů, v trochu jiném světle. Pokud se to podařilo, mělo to velice kladný vliv na chování tehdejších pacientů geriatrických oddělení a těch, kteří trávili poslední léta svého života v domovech důchodců. Dělali jsme to, či pokoušeli se to dělat a vzpomínky vyvolat často velmi amatérským způsobem. Nyní ale máme zde knížku autorek Kláry Cingrošové a Kláry Dvořákové, které nás uvádějí do problematiky a dávají návod, či spíše recept, jak postupovat. Jmenuje se Knička pro vzpomínání a procvičování paměti, vydána byla v nakladatelství Portál a až se s ní pracovníci ústavních zařízení trochu seznámí, bude třeba hned zajistit její druhé vydání. Proč? Protože je velice užitečná, praktická, dává náměty k procvičování paměti a náměty na přemýšlení.

Na začátku je pár stránek rad, jak tuto knížku používat, jak s ní pracovat. Vysvětluje se v této části, že vzpomínka se stává pro pacienta či účastníka takovýchto cvičení, motivem pro hledání dalších souvislostí. Tím se obnovují či zpevňují paměťové stopy. Jedinec se jakoby vrací sám k sobě, ale současně je zařazován do určité věkově vymezené i historicky podmíněné skupiny. Protože se obvykle jedná o věkově stejnorodou či tzv. homogenní skupinu, tak ostatní, kteří to poslouchají, si uvědomují další souvislosti a svoji vlastní začleněnost do této skupiny. Vzpomínky je spojují.

Na začátku je dokonce jakýsi „návod“ jak pracovat s touto knihou a jak ji využívat, pokud žijete sám či sama, nebo když se stýkáte se svými blízkými, třeba rodinnými příslušníky. A současně, je tam napsáno i jak by s tímto textem, vlastně návodem ke cvičení, měli a mohli pracovat ti, kdo se o skupiny starých a stárnoucích lidí starají jako profesionálové.

Autorky znají tyto problémy z vlastní praxe a tak vědí, že není vhodné vycházet z nějakých ve školách získaných informací, ale je lepší, vycházet ze všeobecných znalostí, případně zvyků a tradic této země. | Proto jsou jednotlivé kapitoly zaměřeny třeba na roční období, na počasí, na historické události, které ti lidé mohli prožít či o kterých určitě se učili kdysi ve škole. Uplatnit se tak může v takto vedení besedě či diskusi skoro každý. A to je podstatné. Pro odborné pracovníky jsou v této knížce i doplňující informace k tématům, třeba ke vzniku Československa, k válce, k některým významným datům naší republiky a samozřejmě i dobře vybraná odborná literatura. Takže knížka je vícefunkční. Je možné v ní jen tak listovat a číst si informace, nebo podle ní vést besedu či používat ji i jako metodickou pomůcku.

Vítám tuto knížku, doporučuji ji, věřím, že se brzo stane naprosto nezbytnou příručkou, ke které budou její uživatelé dávat další a další podněty. Gratuluji autorkám i vydavateli, byl to výborný počín. Jsem ráda, že právě toto vychází v době, kdy naše populace stárne stále rychleji a rychleji a kdy je třeba, aby ti, kteří se dožívají vyššího věku, toto období prožívali jako spokojení a plnohodnotní členové této společnosti.

Děkuji za sebe autorkám a věřím, že tento názor budou sdílet i ti, kteří jsou zde přítomni, až si tuto knihu koupí a přečtou.

S pozdravem a omluvou Jiřina Šiklová -