**REMINISCENCE (VZPOMÍNÁNÍ) – JEDNA Z VYUŽÍVANÝCH METOD PRÁCE S KLIENTY V DIAKONII ČCE – STŘEDISKU V MYSLIBOŘICÍCH**

Reminiscence je vzpomínková terapie, kdy si klient přirozenou formou vybavuje vzpomínky. Tuto techniku využíváme nejen u lidí s demencí, ale i u ostatních klientů, kteří jsou schopni a ochotni vybavit si různé historické události o tom, co dělal, čím, byl, kde žil, co uměl a co měl rád. Základem práce se vzpomínkami je umění naslouchat. Staří lidé potřebují ze všeho nejvíce přirozený lidský zájem o to, čím, byli, co v životě dokázali a co mělo v jejich životě cenu.

Vzpomínky na události dávno minulé zůstávají kupodivu dlouho zachovány i v paměti postižené demencí. Zájem o tyto vzpomínky jsou úžasnou příležitostí k navázání kontaktu s klientem a zároveň příležitostí, jak mu vyjádřit obdiv a úctu. Zkušenosti mnohých dokládají, že stačí málo, aby člověk začal vyprávět.

V našem středisku se vzpomínkami klientů pracujeme jak na **individuální** rovině, tak i ve skupině. Individuální „vzpomínání“ probíhá dle potřeb jednotlivých klientů s vyškolenou pečovatelkou přímo na pokojích. **Skupinové** „vzpomínání“ probíhá 1x týdně a může se ho zúčastnit každý, kdo má zájem a potřebu povídat si s ostatními o tom, co prožil, co si nese ze své minulosti a co bylo v jeho životě důležité. Setkávání mají vždy dané téma (např. žně, svatby, plesy, zahrada, vaření, oblékání) a od něj se potom odvíjí následné činnosti. Klienti spolu např. pečou bábovku podle starého receptu, prohlížejí se staré časopisy nebo jedou na výlet na místa, kde už dlouho nebyli a jsou uloženy v jejich vzpomínkách.

Reminiscenci využíváme v péči o naše klienty již několik let. Zjistili jsme, že díky této metodě dochází ke zlepšení kvality života našich klientů. Lépe se začleňují do kolektivu, lépe komunikují a přirozeně jim roste sebevědomí.