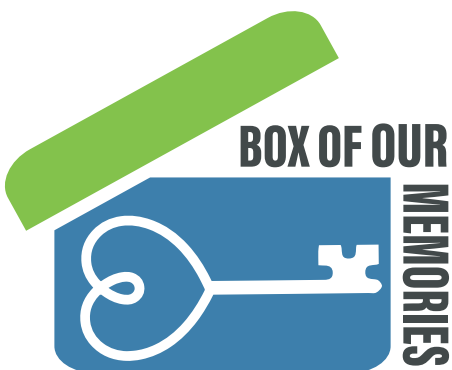


WWW.BOXOFOURMEMORIES.EU



METODOLOŠKI PRIRUČNIK

KUTIJA NAŠIH SJEĆANJA



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

GA: 2020-1-PL01-KA204-081598

METODOLOŠKI PRIRUČNIK KUTIJA NAŠIH SJEĆANJA

Ovaj je priručnik izrađen u partnerstvu u sklopu programa Erasmus Plus i projekta „Kutija naših sjećanja“ - Program obrazovanja odraslih u pogledu gubitka pamćenja, broj ugovora: 2020-1-PL01-KA204-081598..

Potpunu odgovornost ovog priručnika snosi autor te Nacionalna agencija i Europska komisija nisu odgovorne za njegov sadržaj.

GLAVNI SURADNICI:

ANS (voditelj aktivnosti)

Licia Boccaletti, Davide Muradore

Dornbirn City Archive

Philipp Wittwer

Elderberry

David Powell, Karl David Långbacka

Gryd

Peter Stevens

Symplexis

George Triantafyllou

Muzej Slavonije

Jesenska Rici



Priručnik je dozvoljeno koristiti u skladu s „Creative Commons“ licencom:
Creative Commons – Attribution - Non commercial – NoDerivatives - 4.0 International – CC BY-NC-ND 4.0

Sadržaj

› UVOD	5
› DEMENCIJA I PRISJEĆANJE	6
Što je demencija?	6
Farmakološka terapija nasuprot nefarmakološke terapije	8
Terapija prisjećanja kod liječenja demencije	8
Arhivi i muzeji kao potencijalni pomagači u skrbi o osobama s demencijom	9
› STUDIJE SLUČAJEVA INOVATIVNIH METODOLOGIJA ZA PROMICANJE AKTIVNOSTI ZA POBOLJŠANJE PAMĆENJA U ARHIVIMA I MUZEJIMA	11
MUZEJ ŽIVOTNIH PRIČA	12
PROGRAM I APLIKACIJA MOJA KUĆA SJEĆANJA	13
STARI GRAD	16
MUZEJSKI PROGRAM ALBUM	17
PROJEKT ALZHEIMER MUZEJA SUVREMENE UMJETNOSTI – NAĐIMO SE U MUZEJU	18
USKRŠNJE JAJE	19
› DIDAKTIČKE BILJEŠKE	20
Uvod	21
Metoda	21
Razgovor	22
Priprema	22
Kutija sjećanja	22
Pojedinačno ili u skupinama	23
Opće ili specifično prisjećanje	23
Praktična provedba	23
Najbolji savjeti za komunikaciju	24
Sudionici	24
› UPORABA VJEŽBI PAMĆENJA KOD NESLUŽBENIH NJEGOVATELJA	26
Uključivanje u značajne aktivnosti	27
Prisjećanje i kako ono može pomoći	27
Praktična primjena	28
Savjeti za komunikaciju	28
Osim prisjećanja	29
› PRIRUČNIK I APLIKACIJA PROJEKTA KUTIJA NAŠIH SJEĆANJA	30
Priručnik	31
Aplikacija	31
› POJMOVNIK	33
› LITERATURA I IZVORI	37



UVOD

Ovaj metodološki priručnik prvi je intelektualni ishod projekta „Kutija naših sjećanja“ – projekta obrazovanja odraslih u pogledu rada s osobama koje pate od gubitka pamćenja. Uz njega dolazi i strategija primjene koja će poduprijeti održivost i utjecaj ishoda projekta. Projekt „Kutija naših sjećanja“ ima za cilj poboljšati dostupnost digitalnih, neformalnih obrazovnih mjera starijoj populaciji na temelju prisjećanja. To će se postići bliskom suradnjom s muzejima i arhivima kao osobito prikladnim okruženjima za primjenu takvih mjera. Očekivani učinak jest podizanje razine svijesti o tome da gradovi trebaju postati pristupačniji osobama koje pate od demencije, kao i jačanje vještina njegovatelja i edukatora pri ophođenju s demencijom.

Dokument podrazumijeva sljedeći sadržaj:

1. Pregled literature na temu praktičnih pristupa koji se temelje na prisjećanju s posebnom pažnjom usmjerenom k arhivima i muzejima.
2. Paneuropski inovativni primjeri vježbi pamćenja u arhivima i muzejima.
3. Didaktičke bilješke kako ovaj metodološki okvir edukatori odraslih mogu koristiti u domovima za starije i nemoćne, društvenom sektoru, arhivima, muzejima i galerijama.
4. Didaktičke bilješke o načinu korištenja intelektualnih ishoda u neformalnom obrazovanju odraslih snjegovateljima, obiteljima i onima koji pate od gubitka pamćenja.
5. Uvid u kasnije intelektualne ishode koji su povezani s oblikovanjem priručnika i aplikacije za „Kutiju naših sjećanja“.
6. Ključni opis poslova kako bi se osigurali zajednički temelji i razumijevanje.

DEMENCIJA I PRISJEĆANJE

Što je demencija?

Demencija nije posebno određena bolest već grupa simptoma koji utječu na pamćenje, razmišljanje i društvene sposobnosti dovoljno da ometaju svakodnevni život. Demencija je uglavnom kronična i progresivna bolest. Alzheimerova bolest je najčešći oblik demencije.





Te bolesti zahvaćaju velik broj starijih osoba diljem svijeta, no važno je napomenuti da se demencija ne treba smatrati normalnim dijelom procesa starenja. Utječe na pamćenje, razmišljanje, razumijevanje, računanje, rasuđivanje, jezik i sposobnost učenja.

Oštećenja kognitivnih funkcija obično su popraćena bihevioralnim i psihičkim simptomima demencije (BPSD) poput:

BIHEVIORALNI SIMPTOMI DEMENCIJE	PSIHIČKI SIMPTOMI DEMENCIJE
<ul style="list-style-type: none"> Lutanje - Hiperaktivnost Napetost Neprijmjereno socijalno ponašanje Verbalna ili fizička agresija Pružanje otpora Poremećaj spavanja Seksualna dezinhibicija Narušeni apetit Konstantno glasanje Izmišljanje, fantaziranje Poremećaj gomilanja 	<ul style="list-style-type: none"> Halucinacije Depresija Euforija ili suprotno tome Apatija i ravnodušnost Anksioznost i razdražljivost

Kao što je rečeno, demencija je progresivna bolest: razvoj simptoma demencije prati progresivno pogoršanje prilikom obavljanja svakodnevnih aktivnosti poput pripremanja obroka, obavljanja telefonskih poziva, a i vođenja brige o vlastitoj higijeni.

Razvoj bolesti također podrazumijeva i progresivno pogoršanje simptoma gubitka pamćenja,

poteškoće u govoru i razumijevanju, snalaženja u vremenu i prostoru, pogoršanje mogućnosti društvenog rasuđivanja i „neobična“ ponašanja.

Osobe koje pate od demencije s vremenom trebaju sve više dodatnu pomoć službenih i neslužbenih njegovatelja. Zbog toga su njegovatelji pacijenata s demencijom izloženi visokoj razini opterećenja koja ne samo da utječe na njihovo fizičko i psihičko zdravlje, već umanjuje njihove sposobnosti da se brinu o potrebitima i tako stvaraju začarani krug. Sukladno tome, važno je naglasiti bitnost dobrobiti samog njegovatelja i prepoznati utjecaje bolesti, moguće znakove stresa i pronaći načine kako pružiti jednaku potporu njegovateljima kao i oboljelima.

1.2 Farmakološka terapija nasuprot nefarmakološke terapije

Trenutno je samo nekoliko vrsta lijekova posebno odobreno za demenciju i usmjereni su isključivo na Alzheimerovu bolest. Ti lijekovi stavljaju simptome pod kontrolu na neko vrijeme, ali ne mogu spriječiti napredak bolesti. Osim toga, ne reagira svaki pacijent na farmakološku terapiju. (Govoni i sur., 2020.)

S obzirom da nema potpuno učinkovite terapije za liječenje demencija, pristup koji se pokazao najučinkovitijim uključuje farmakološku terapiju i psihosocijalnu intervenciju.

Postoje tri glavna pristupa: kognitivni, multistrateški i bihevioralno-osjetilni.

- Kognitivno usmjerena intervencija (stimulacija/trening/kognitivna rehabilitacija) obuhvaća kognitivne vještine osoba s demencijom (OsD) kroz vježbe i testiranja u svrhu kompenzacije i/ili rehabilitacije.
- Multistrateški pristup uključuje općenite ili globalne intervencije koje ne utječu određeno na kognitivne mehanizme, ali koriste unutarnje i vanjske resurse pacijenta. Orijentacija na stvarnost, terapija prisjećanja, validacijska terapija i terapija radom neke su od intervencija koje pripadaju ovom pristupu.
- Na kraju, bihevioralno-osjetilni pristup podrazumijeva intervencije poput glazbene terapije, aroma terapije i fototerapije ili pak intervencije raznim senzornim podražajima (glazba, esencijalna ulja, svjetla) kao sredstvima za prijenos neverbalnih informacija (Govoni i sur., 2020.).



Nije svaka intervencija ovdje spomenuta čvrsto znanstveno utemeljena osim one koje pripada kognitivnom pristupu. No njihova široka rasprostranjenost, uvjerenost praktikanata takvih pristupa, nepostojanje nuspojava i pozitivni rezultati koji se empirijski mogu vidjeti u manjim grupama potkrjepljuju njihovu kliničku uporabu i prilika su za daljnja istraživanja. Glavni je zadatak postići smanjenje utjecaja bolesti i potaknuti osobe s demencijom da nastave autonomno svoje životne uloge (Govoni i sur., 2020.).

1.3 Terapija prisjećanja kod liječenja demencije

Terapija prisjećanja uključuje rekonstrukciju i razgovor o iskustvima iz prošlosti putem različitih materijala, a počelo je tako da se starije osobe takvih iskustava lakše prisjete, u usporedbi s nedavnim događajima, te stoga predstavljaju stimulirajuću aktivnost čak i za osobe sa značajnijim

poteškoćama u pamćenju nedavnih događaja. I njegovatelji i osobe s demencijom mogu uživati beneficije psihosocijalnih poboljšanja koje je potakla terapija prisjećanja.

Terapija prisjećanja (TP) jedna je od najpopularnijih psihosocijalnih intervencija u pomoći kod demencije. Predstavljena je 1980-ih, a temelji se na evociranju i raspravi s drugom osobom ili grupom o prošlim aktivnostima, događajima i iskustvima, koristeći razne dodatne materijale. Uključuje prisjećanje prošlih događaja uz upotrebu glazbe, slika, fotografija i drugih pomagala, često pripremljenih uz sudjelovanje njegovatelja (Cotelli i sur. 2012.).

U novije se vrijeme ICT (informacijsko-komunikacijska tehnologija) koristi kao metoda koja je podrška TP-u, koristeći više angažiranih medija i omogućavajući više korisnika; može uključivati internetske kamere, fotografije, interakcije s računalnom grafikom i personalizirane videozapise. Takav digitalni sadržaj može sadržavati više ili jače vizualne i slušne podražaje za pojačani angažman osoba s demencijom.

Kutije sjećanja često se koriste u TP-u, kako u tradicionalnim, tako i u digitalnim varijantama. Memorijska kutija je u osnovi zbirka predmeta, glazbe ili slika koji su značajni za tu OsD i koji potiču lijepa sjećanja na važne trenutke u životu te osobe. Sadržaj kutije sjećanja može se koristiti za započinjanje razgovora i značajnije uključivanje OsD-a.

Iako se prisjećanje široko koristi u skrbi za osobe s demencijom, a dostupna istraživanja sugeriraju da terapija prisjećanja može poboljšati raspoloženje, autobiografsko pamćenje i neke kognitivne sposobnosti (Cotelli i sur. 2012.), to zasigurno nije jedini pristup koji se može usvojiti za uključivanje osoba s demencijom u aktivnosti usmjerene na promicanje njihove dobrobiti nefarmakološkim intervencijama. Ostali primjeri uključuju kreativno pripovijedanje priča, vođeni razgovor i radnu terapiju temeljenu na umjetnosti.

1.4 Arhivi i muzeji kao potencijalni pomagači u skrbi o osobama s demencijom

Arhivi i muzeji mogu igrati važnu ulogu u potpori programima usmjerenim na poticanje sjećanja i angažmana osoba s demencijom i njihovih njegovatelja, pružajući izvore za prisjećanje kao i za druge metode psihosocijalne intervencije.

> ARHIVI

Arhivi mogu funkcionirati kao agenti društvene solidarnosti, služeći kao simboli identiteta i sjećanja jedne zajednice. Fotografija glavne ulice 1950-ih godina, plakat lokalnog sajma, zapisi neke tvrtke, glazbenog društva ili starih lokalnih novina, intervjui s radnicima čeličane koja više ne postoji ili film s karnevalskog festivala koji više ne postoji - sve ove pohranjene zbirke mogu pokrenuti sjećanja. Sjećanja zbog kojih se možete osjećati 'kao kod kuće', pokreću emocionalnu čežnju i psihološke procese formiranja identiteta (Brown, 2013.).

Pokazalo se da su arhivi snažni agenti u oporavku zaboravljenih sjećanja (Tischler i Clapp, 2020.). Stoga se mogu koristiti, na primjer, za usmjeravanje i informiranje o polaznim materijalima otkrivanjem popularnih i odmah prepoznatljivih marki, proizvoda i okruženja prošlog stoljeća koji se mogu koristiti za sastavljanje tematskih "kutija sjećanja" za osobe s demencijom. U tom kontekstu postoje značajni primjerci koje nude archive tvrtki poznatih marki (poput Bootsa, Nestléa ili Mark & Spencera) ili radiotelevizijske kuće (poput BBC-a) koje su svoje resurse učinile dostupnima u tu svrhu. Na lokalnoj razini gradska arhiva može pružati zapise izravno povezane s OsD-ima uživo - npr. pokazujući fotografije njihovog nekadašnjeg radnog mjesta. Istraživanje je pokazalo da arhivski zapisi od izravnog značaja mogu izazvati snažne emocije i potaknuti jasna sjećanja.

Štoviše, arhivi su bili uključeni u promicanje prisjećanja i pripovijedanja priča koristeći predmete iz svojih zbirki, uključujući fotografije i video zapise, kako bi potaknuli raspravu.

› MUZEJI

Mnogi su **muzeji** počeli nuditi programe usmjerene na osobe s demencijom i njihove negovatelje s ciljem pružanja prilika za smislen angažman, suzbijanje stigme povezane s demencijom i na kraju povećanje dobrobiti tih osoba. Iako se programi mogu široko razlikovati, oni obično uključuju jednu ili više sljedećih aktivnosti:

Programi promatranja umjetnosti, gdje se odabrana umjetnička djela predstavljaju sudionicima zajedno s pitanjima kako bi se olakšala rasprava u malim skupinama ili gdje se umjetnička djela koriste za poticanje kreativnog pripovijedanja. Korištenje muzeja kao polazišne točke za razgovor ne da nije nemoguće, već je i od velike koristi za sve koji sudjeluju u dijalogu. Osobe s demencijom i njihovi najmiliji mogu puno toga dati i muzejima i jedni drugima. Bez obzira na stadij bolesti, osoba s demencijom još uvijek ima sposobnost komunikacije, izražavanja, dijeljenja i iskazivanja osjećaja, iako postupno s više poteškoća i većom potrebom za oslanjanjem na neverbalnu komunikaciju. Muzeji mogu potaknuti i promovirati to razmišljanje i reakciju, čak i ako riječi više nisu dostupne (Rhoads 2009).

Programi stvaranja umjetnosti, gdje se odabrana umjetnička djela koriste kao izvor inspiracije za stvaranje jednostavnih umjetničkih projekata koristeći različite medije, materijale i tehnike. Te radionice omogućavaju pojedincima da izraze svoju kreativnost i dožive trenutke blagostanja i povezanosti s drugima.

Rukovanje raznim objektima, gdje se osobe s demencijom potiču da rukuju predmetima iz baštine i razgovaraju o njima. Ti predmeti mogu oživjeti uspomene iz prošlosti, ali mogu biti i malo tajanstvene prirode ili čija svrha nije odmah očita što potiče znatiželju i učenje. Camic i sur. (2017.) su u istraživanju pokazali da dodirivanje i razgovor o izvornim muzejskim predmetima u malim skupinama povećava subjektivnu dobrobit sudionika različitih vrsta demencije s blagom ili umjerenom razinom oštećenja.

Art terapija, oblik je terapije koja koristi umjetničke medije kao svoj primarni način komunikacije. Iako se art terapija može izvoditi u više različitih okruženja, njezina uporaba u muzejima počela se pojavljivati.¹



¹ U ovom se priručniku nećemo posebno usredotočiti na art terapiju kao privilegiju obučениh terapeuta, pa je stoga izvan opsega projekta BOOM.

STUDIJE SLUČAJEVA INOVATIVNIH METODOLOGIJA ZA PROMICANJE AKTIVNOSTI ZA POBOLJŠANJE PAMĆENJA U ARHIVIMA I MUZEJIMA

Kao što je spomenuto, arhivi, muzeji i umjetnost mogu igrati važnu ulogu kao potpora programima usmjerenima na poticanje pamćenja i angažmana osoba s demencijom i njihovih negovatelja, pružajući izvore za prisjećanje, kao i druge metode psihosocijalne intervencije.



U OVOM ĆETE ODJELJKU PRONAĆI PRIMJERE DOBRIH PRAKSI I STUDIJE SLUĀAJA IZ CIJELOG SVIJETA.

Više dobrih praksi možete pronaći na:

www.boxofourmemories.eu/best-practices

1 MUZEJ ŽIVOTNIH PRIĀA

➤ KATEGORIJA: VJEŹBE PRISJEĀANJA I MUZEJI

📍 ZEMLJA: ŐVICARSKA



Izvor: <http://www.museumfuerlebensgeschichten.ch/web/wp-content/uploads/2017/12/Bild-49.jpg>
Muzej Źivotnih priĀa. Autorska prava: Museum für Lebensgeschichten

KONTEKST

Muzej Źivotnih priĀa dio je umirovljeničkog doma Hof Speicher u Ővicarskoj. Muzej je bio ideja umjetnika Hans Ruedija Frickera. Zajedno s osobljem doma za umirovljenike prikupljaju Źivotne priĀe njegovih ŹtiĀenika i lokalnih mještana - običnih ljudi bilo koje razine obrazovanja i socijalnog statusa. Muzej je nastao zajedno s umjetničkim projektom H. R. Frickera i projektom sjećanja „Miin Ort“ (Moje mjesto): Ljudi i ono Źto je utjecalo na njih trebaju ostati u svijesti, zato fotografije velikog formata prikazuju odabrana mjesta s osobnim znaĀajem za ŹtiĀenike. Oba koncepta primijenili su i drugi domovi umirovljenika: Martinsheim u Vispu, CH i Seniorenhaus am See u Hardu, AT.

OPIS

Koncept je jednostavan: nigdje skup priĀa nije veći nego u staraĀkim domovima. Ovdje se na licu mjesta prikupljaju i spašavaju od zaborava Źivotne priĀe običnih ljudi svih razina obrazovanja i socijalnog statusa.

Njihove priĀe prikupljaju osoblje, volonteri ili kustos te ih predstavljaju na izloŹbama, u knjiŹicama, na predavanjima i raspravama.

Velike fotografije postavljene su u hodniku pored vrata sobe svakog ŹtiĀenika - prikazuju odabrana mjesta s osobnim znaĀajem koja su utvrđena u razgovoru Frickera sa ŹtiĀenicima. Slike i tekstovi također su prikazani na monitoru na ulazu u dom umirovljenika. Slike uspomena nadopunjene su portretom i tekstom koji se odnose na tu osobu. H. R. Fricker nije opterećen umjetničkim izrazom fotografije, veĀ znaĀajem koje prikazano mjesto ima za ljude.

SUDIONICI

Starije osobe koje Źive s demencijom i njihove obitelji, njegovatelji i osoblje zaduŹeno za njihovu izravnu njegu.

METODOLOŹKI PRISTUP

Prikupljanje priĀa obavlja se intervjuiranjem, prikupljanjem fotografija, dokumenata ili isjeĀaka iz novina od strane osoblja, volontera ili kustosa i prezentira se na izloŹbama, u knjiŹicama, na predavanjima i raspravama. Slike za „Miin Ort“ moŹe raditi ista osoba.

UĀINAK

Korištenjem prikupljenog materijala kroz razgovor, sjećanje jednog ŹtiĀenika moŹe pomoći ostalima koji tamo Źive pri vraćanju njihovih uspomena. Prikupljene su lokalne ili regionalne priĀe i stoga ih je moguće povezati. Vrednuju se uspomena običnih ljudi, pomaŹući njihovim obiteljima i njima samima da ne budu zaboravljeni.

ĀIMBENICI USPJEHA

Prikupljanje slika, audio intervju a predmeta koji pokreću uspomena.

VIŹE INFORMACIJA NA

<http://www.museumfuerlebensgeschichten.ch/web/>
<https://sozialesnetz.hard.at/de/museum-fuer-lebensgeschichten/>

2 PROGRAM I APLIKACIJA MOJA KUĆA SJEĆANJA

► KATEGORIJA: VJEŽBE PRISJEĆANJA I MUZEJI

📍 ZEMLJA: UJEDINJENO KRALJEVSTVO



Stvori Kutiju sjećanja. Nacionalni muzeji Liverpoola.

Izvor: https://images.liverpoolmuseums.org.uk/styles/focal_point_2_1/public/2020-06/memory-box-house-of-memories.jpg



Slika zaslona aplikacije Moja kuća sjećanja

Izvor: https://play-lh.googleusercontent.com/aHBwYIUZchwpu6Gvnl8k4PYZBAMT_0I5pda5firYuEDvdyz9JG_Fb2E-keePeUcaaZP36=w2560-h1296-rw

KONTEKST

Kreiran od strane Nacionalnih muzeja grada Liverpoola, Kuća sjećanja muzejski je program osvještavanja o demenciji koji nudi obuku, pristup resursima i muzejskim aktivnostima kako bi njegovateljima omogućio brigu o osobama koje žive s demencijom usmjerenu k njima.

Muzej je razvio popratnu aplikaciju Moja kuća sjećanja koja korisnicima omogućuje istraživanje predmeta iz suvremene povijesti pripremljenih iz muzejskih arhiva. Korisnici mogu dodati ove predmete i prenijeti osobne fotografije u svoju virtualnu kutiju sjećanja ili stablo sjećanja. Aplikacija je izvorno razvijena za osobe s demencijom ili Alzheimerovom bolešću i njihove njegovatelje, ali može ju koristiti bilo tko.

OPIS

Muzejski djelatnici su stručnjaci u dokumentiranju i čuvanju uspomena ljudi. Koristeći svoje iskustvo u radu na prisjećanju, kao i pristup muzejskim predmetima, obuka i resursi Kuće sjećanja pomažu njegovateljima da na kreativan način podijele uspomene s ljudima o kojima brinu i koji žive s demencijom.

Nagrađivani program podizanja svijesti o demenciji Kuća sjećanja kreirao je Nacionalni muzej grada Liverpoola. Program uključuje:

- Obuku o demenciji za obitelj i prijatelje
- Obuku za podizanje svijesti o demenciji za zdravstvene i socijalne radnike
- Individualnu obuku
- Aktivnosti u okviru programa uključuju:
 - 'Nađimo se u muzeju'
 - 'Šetnje sjećanjima'
 - 'Kad sam bio mali'
 - 'Kovčezi sjećanja'
 - 'Izradi stablo sjećanja'
 - 'Izradi kutiju sjećanja'

Kutija sjećanja resurs je koji pomaže u pokretanju uspomena za ljude koji žive s demencijom. Sadržaj stvari iz prošlosti te osobe koje za tu osobu imaju značenje. Fizičku kutiju sjećanja možete izraditi kod kuće ili je moguće kupiti „pakete nostalgije“ ili gotovu kutiju sjećanja putem muzejske internetske trgovine. Predmeti mogu obuhvaćati fotografije prijatelja i obitelji, pisma, zapise/CD-ove njihovih omiljenih pjesama, predmete povezane s hobbijem i osobne predmete (na primjer, ako je OsD nekada bila liječnik, mogli biste uključiti i stetoskop).

Moja kuća sjećanja besplatna je aplikacija dostupna za iOS i Android operativne sustave koja korisnicima omogućuje istraživanje slika predmeta kroz desetljeća, s dodanim opisima, zvukovnim zapisima i glazbom. Korisnici mogu te predmete sakupljati na jednom mjestu u vlastitu virtualnu kutiju (ili stablo) sjećanja u aplikaciji kako bi ih kasnije mogli pregledavati.

Predmeti u aplikaciji izvorno su preuzeti iz arhiva Nacionalnih muzeja grada Liverpoola, tako da su se uglavnom temeljili na lokalnoj povijesti Liverpoola, ali je katalog postupno proširivan tako da uključuje više općeg britanskog i irskog sadržaja. Predmeti su grupirani po temama koje korisnici mogu istraživati i spremati. Korisnici također mogu prenijeti vlastite fotografije i opise u aplikaciju.

Sve radnje i opise u aplikaciji naglas izgovara ljudski snimljeni glas na engleskom jeziku kako bi pomogao onima s oštećenjem vida.

SUDIONICI

Osobe koje žive s demencijom i njihove obitelji, njegovatelji i osoblje zaduženo za izravnu njegu (kojima je potrebno odgovarajuće obrazovanje kako bi imali odgovarajuća znanja i vještine), nastavnici i istraživači, autoriteti i zdravstveni sustavi.

Nacionalni muzeji grada Liverpoola zbirka je 7 muzeja u Liverpoolu. Program Kuće sjećanja pokrenuo je Muzej grada Liverpoola.

METODOLOŠKI PRISTUP

Stvaranje kutije sjećanja za osobe s demencijom jednostavna je aktivnost u kojoj možete koristiti terapiju prisjećanja kako biste pomogli ljudima. Zajedničkim uključivanjem i istraživanjem zbirke predmeta ili slika iz prošlosti možete potaknuti kratkoročno pamćenje stimulirajući dugoročno. Muzej nudi besplatne obuke za neformalne njegovatelje, obitelji, prijatelje i volontere u zajednici. Oni također nude strukturiranu obuku za terapiju prisjećanja za zdravstvene i socijalne radnike.

Osobe koje žive s demencijom mogu aplikaciju upotrebljavati izravno, uz podršku njegovatelja ili člana obitelji. Mogu odabrati skupinu tematskih objekata za preuzimanje u aplikaciju; uključujući "Život u Liverpoolu", "Irska sjećanja", "Dom i kupovina", "Posao i obitelj", između ostalog. Svaka skupina uključuje ispisane slike, fotografije predmeta, zvukove, a neke uključuju i videozapise.

U odjeljku Muzejska sjećanja korisnici mogu istraživati preuzete predmete. Svaka stavka sadrži opis, a neke uključuju zvučne efekte ili glazbu. Korisnici mogu dodati stavku u vlastitu kutiju ili stablo sjećanja. Nakon stvaranja profila, kutija/stablo sjećanja se može spremati kako bi se kasnije moglo pregledati. Korisnici također mogu pogledati prezentaciju svih predmeta u svojoj osobnoj kutiji/stablu.

Cilj je da predmeti, slike i glazba pokrenu uspomene i da možda pokrenu raspravu s korisnikovim članom obitelji ili njegovateljem.

U aplikaciji se može stvoriti više korisničkih profila, svaki sa osobnom kutijom/stablom. To omogućuje da isti tablet koristi više osoba, što je korisno u okruženju u domu.

UČINAK

Od rujna 2020., 12.500 zdravstvenih i socijalnih djelatnika i obiteljskih njegovatelja pohađalo je program osvještavanja o demenciji Kuće sjećanja.

Kutija sjećanja može otvoriti komunikacijske kanale (nešto što osobama s demencijom može biti posebno teško), kao i pružiti umirujući učinak i aktivnost koja ih zanima. Ugodna sjećanja mogu se aktivirati terapijom prisjećanja. Kutije sjećanja i njihov sadržaj pomažu u pružanju dobre polazne točke za razgovore koji vode zdravom prisjećanju. Kutije sjećanja i njihov sadržaj mogu djelovati kao katalizatori za nastanak i ponovno stvaranje identiteta. Kutije sjećanja mogu osoblju domova za njegu ponuditi mehanizme kako bi ih se obučilo i upoznalo sa štićenicima doma. Također može koristiti članovima obitelji kako bi naučili više o svojim bližnjima.

Aplikacija je razvijena u okviru programa Kuća sjećanja. Aplikacija je preuzeta preko 33.000 puta, što uključuje osobe s demencijom, članove obitelji, njegovatelje i druge zainteresirane strane.

Godine 2018. Nacionalni muzeji grada Liverpoola surađivali su s Povijesnim društvom savezne države Minnesota (MNHS) na pokretanju verzije lokalizirane za SAD koja je uključila više od 100 stranica iz muzejske zbirke MNHS-a.

Britansko vijeće u Singapuru (British Council Singapore) je 2019. potpisalo Memorandum o razumijevanju s Državnim uredom za zaštitu nacionalne baštine (NHB), u Singapuru i Nacionalnim muzejima grada Liverpoola kako bi razvili verziju aplikacije za Singapur. Pokrenuta je u rujnu 2020. godine koristeći više od 100 predmeta iz Singapurske nacionalne zbirke i 11 dodatnih predmeta iz Udruge za Alzheimerovu bolest (Singapur). NHB surađuje s Britanskim vijećem u Singapuru kako bi preveo sadržaj aplikacije na mandarinski, malajski i tamilski. Te će verzije biti dostupne 2021. godine.

Muzejski djelatnici su stručnjaci za dokumentiranje i očuvanje sjećanja ljudi - bez obzira jesu li stara tisućama godina ili su u 'živućem sjećanju'. Muzeji omogućavaju ljudima da istražuju i povezuju se sa svojom osobnom poviješću i bave se relevantnim i značajnim kulturnim aktivnostima. Razvoj aplikacije (potpomognute širim projektom osvještavanja o demenciji), koja je skrojena da angažira ljude koji žive s demencijom, inovativna je upotreba golemih muzejskih zbirki.

Program Kuća sjećanja: <https://www.liverpoolmuseums.org.uk/house-of-memories>

Aplikacija Moja kuća sjećanja: <https://www.liverpoolmuseums.org.uk/house-of-memories/my-house-of-memories-app>



3 STARI GRAD

> KATEGORIJA: VJEŽBE PRISJEĆANJA I MUZEJI

📍 ZEMLJA: DANSKA



Prikaz scene iz danske kuhinje 1950-ih. Sidsel Overgaard za NPR

Izvor: https://media.npr.org/assets/img/2016/09/13/danish-museum-9-13-16_custom-aa8f3ac95f41b4f3b94f-fa804755a3cad67f28a2-s1600-c85.jpg

KONTEKST

Muzej Den Gamle By (Stari grad) u Aarhusu u Danskoj s cijelim stanom kao da je iz razdoblja 1950-ih.

OPIS

Izložba je namijenjena posjetiteljima koji žive s Alzheimerovom bolešću i drugim oblicima demencije. Izmišljeni par koji bi živio u ovom stanu - učitelj i njegova supruga - prikazujući okruženje srednje klase prepoznatljivo svakom posjetitelju, bez obzira na njegovu situaciju pedesetih godina prošlog stoljeća.

SUDIONICI

Muzej Den Gamle By otvoren je za sve posjetitelje –štićenike domova i lokalnih centara, pojedince u skupinama ili obitelji kroz nekoliko generacija.

Muzejski interpretatori i kustosi - Den Gamle By Muzej u Aarhusu, Danska

Studenti - društvenog i zdravstvenog usmjerenja koji prate tečajeve Den Gamle Byja.

Istraživači - Centar za istraživanje autobiografskog pamćenja na Sveučilištu Aarhus.

Međunarodno - Den Gamle By nadahnuo je muzeje u Engleskoj, Nizozemskoj i Švedskoj. Japanski socijalni radnici nedavno su posjetili Den Gamle By.

METODOLOŠKI PRISTUP

Metodologija je namijenjena pacijentima s Alzheimerovom bolešću ili drugim oblicima demencije čija sjećanja mogu biti pokrenuta prizorima, zvukovima i mirisima iz tog razdoblja. Posjetitelji su dobrodošli osvrnuti se oko sebe, a gosti će se rado pridružiti simulaciji. Muzejski interpretatori preuzimaju ulogu voljnih učenika, moleći goste za više informacija: "Što mi možete reći o ovoj stvari? Je li ovo zapravo dobar ukus? Vi vjerojatno o tome znate više od mene." U Kući sjećanja svaki posjet završava pjevanjem u salonu.

UČINAK

Rane uspomene najbolje su sačuvane. Točnije, to su sjećanja na tinejdžersko doba i dvadesete godine života, razdoblje poznato pod nazivom "reminiscentna kvrga". Za mnoge posjetitelje to razdoblje predstavlja 1950-e. Kako posjetitelji odlaze, osjetno su sretniji. Neki pričaju po prvi put unazad nekoliko godina, zaboravljaju na štapove za hodanje, prisjećajući se priča koje njihova djeca nikada nisu čula.

ČIMBENICI USPJEHA

Potrebno je više istraživanja o asocijativnim okidačima, što znanstvenici i proučavaju. Ali fizički predmeti i glazba čine se posebno obećavajućima. Čini se da ove stvari imaju učinak čak i izvan holističkog okruženja poput Kuće sjećanja.

VIŠE INFORMACIJA NA

<https://www.dengamleby.dk/om/presse/nyheder/n/den-gamle-bys-aabner-ny-erindringslejlighed-for-aeldre-ramt-af-demens>

4 MUZEJSKI PROGRAM ALBUM

► KATEGORIJA: VJEŽBE SJEĆANJA I MUZEJI

📍 ZEMLJA (ZASTAVA): HRVATSKA



Izvor: <https://www.facebook.com/tifoloskimuzej/photos/1527098957327855tos/1527098307327920>



Izvor: <https://www.facebook.com/tifoloskimuzej/photo>

KONTEKST

Muzejski program Album namijenjen je oboljelima od Alzheimerove bolesti i demencije. Program je osmišljen u suradnji s Tifološkim, Etnografskim i Tehničkim muzejom.

OPIS

Spoznaja da osobe s demencijom uglavnom nisu uključene u kulturne programe muzejskih institucija bila je poticaj za provedbu projekta pod nazivom Album u jesen 2017. godine na inicijativu Željke Sušić, muzejske savjetnice, pedagoga i više kustosice Tifološkog muzeja. Program je realiziran u suradnji sa Željkom Jelavić iz Etnografskog muzeja i Kosjenkom Laszlo Klemar iz Tehničkog muzeja Nikole Tesle. Odabirom imena projekta inicijatori su željeli sugerirati sličnost stvaranja vlastitih albuma uspomena s muzejskim radom jer je u oba primjera riječ o odabiru, razvoju kriterija, opisu i prezentaciji.

SUDIONICI

Muzejsko osoblje
Domovi za starije i nemoćne osobe
Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest
Socijalni radnici

METODOLOŠKI PRISTUP

Ciljevi projekta bili su povećati kvalitetu života bolesnih ljudi, promovirati muzeje kao mjesta koja doprinose općem stanju korisnika, predstaviti društvene potencijale i vrijednosti muzeja te promovirati i povećati svijest korisničke skupine uz pomoć društvenih mreža.

Zadaci programa bili su jasno definirani i uključivali su odabir prikladnih muzejskih predmeta koji će se koristiti u radu s korisnicima. Jedan od ciljeva bio je povezati tri spomenute muzejske institucije s udrugama i institucijama koje brinu o oboljelima od Alzheimerove bolesti i demencije, kao i povezati muzejske i socijalne stručnjake u zajedničkom radu. Stvoreni program slijedio je etička načela rada s pacijentima te je neformalnim opuštajućim pristupom prvo identificirao situaciju i utvrdio razine vještina budućih sudionika programa. Nakon sastanka i savjetovanja sa socijalnim radnicima i njegovateljima odabrani su muzejski predmeti za koje je zaključeno da mogu stimulirati i probuditi zaboravljena sjećanja bolesnika. Primijenjene metode uključivale su individualni, prikladan pristup s verbalnim (razgovor, objašnjavanje), vizualnim (promatranje, zapažanje) i slušnim metodama (slušanje), kao i neposredan rad i kontakt s predmetima.

UČINAK

Nakon promatranja predmeta, sudionici su bili usredotočeni na pozitivnu promjenu u ponašanju kroz razne aktivnosti, razgovor, slikanje i igru - opuštanje, razgovor i smijeh, što je u konačnici rezultiralo poboljšanjem njihovih vještina. Prisjećanje svrhe kojoj je predmet služio pomoglo im je da se prisjete i priča.

ČIMBENICI USPJEHA

Zatvaranje muzeja za isključivo uski, visoko profesionalni okvir danas više nije moguće. Naime, muzeji su odraz društva pa je potrebno razviti razne programe koji će prepoznati društvene probleme kroz interdisciplinarnu suradnju, odgovoriti na njih i djelovati u smjeru njihove eliminacije.

VIŠE INFORMACIJA NA

<https://hrcak.srce.hr/218526>

<https://www.in-portal.hr/in-portal-news/kultura/14594/zagreb-tri-muzeja-u-jedinstvenom-projektu-za-osobe-oboljele-od-alzheimerove-bolesti>

<https://www.vecernji.hr/lifestyle/oboljele-od-alzheimerove-bolesti-odveli-u-muzej-da-vide-predmete-njihova-doba-evo-sto-se-dogodilo-1206353>

➤ KATEGORIJA: PROMATRANJE UMJETNOSTI

📍 ZEMLJA: SJEDINJENE AMERIČKE DRŽAVE



Fotografirao Jason Brownrigg.

Izvor: https://www.moma.org/visit/accessibility/meetme/_assets/momaorg/shared/pdfs/docs/meetme/MeetMe_FULLL.pdf

KONTEKST

Projekt Alzheimer – Nađimo se u muzeju bio je posebna inicijativa u muzejskom Odjelu za obrazovanje. Inicijativa se odvijala od 2007. do 2014. godine. Za to vrijeme djelatnici muzeja proširili su uspjeh postojećih obrazovnih programa muzeja za osobe s Alzheimerovom bolešću i njihove skrbnike razvojem resursa za obuku namijenjenih umjetnicima i zdravstvenim radnicima o tome kako učiniti umjetnost dostupnom osobama s demencijom koristeći se nastavnim metodologijama i pristupom Muzeja suvremene umjetnosti.

OPIS

Nađimo se mjesečni je interaktivni galerijski program rasprave za osobe s demencijom i njihove obitelji ili profesionalne skrbnike. Kroz razvoj i evaluaciju ovog programa postalo je očito da bavljenje umjetnošću pruža sudionicima priliku da poboljšaju kvalitetu života kroz mentalnu stimulaciju, komunikaciju, osobni rast i društveni angažman.

SUDIONICI

Starije osobe u ranoj fazi demencije
Obitelji dotičnih starijih osoba i njihovi njegovatelji
Muzejsko osoblje
Edukatori

METODOLOŠKI PRISTUP

Starije osobe podijeljene su u manje skupine, obično najviše do osam osoba s demencijom, plus članovi njihovih obitelji i njegovatelji, što dovodi do ukupnog broja od šesnaest osoba. U različitim galerijama muzeja često istodobno postoji do šest skupina. Sudionici se pozdravljaju u zajedničkoj prostoriji za registraciju i po potrebi dobivaju pločice s imenima, prienosne stolice ili invalidska kolica i osobne uređaje za slušanje i pojačavanje zvuka. Obučeni edukator vodi svaku skupinu u obilazak četiri ili pet umjetničkih djela povezanih s temom i predstavljenih u unaprijed određenom slijedu. Svako razgledavanje traje jedan i pol sat s oko petnaest do dvadeset minuta provedenih na razgledavanju svakog umjetničkog djela.

Postavlja se nekoliko pitanja za raspravu kako bi se sudionici uključili u promatranje, opisivanje, tumačenje i povezivanje s djelima i jedni s drugima. Povijesne činjenice o umjetničkim djelima prenose se tijekom obilaska, a rasprave u manjim skupinama također se često koriste kako bi potaknule daljnju interakciju među sudionicima.

UČINAK

The attendees of the Meet Me at MoMA programme return month after month and it speaks eloquently to the meaning and value it holds for participants. They have the opportunity to learn, to be intellectually stimulated, to experience great art together. The family members expressed profound gratitude that the person they care about could have such an experience and, just as important, that they could share it together. For both the persons with dementia and their carers there were positive changes to mood both directly after the programme and in the days following the Museum visit. Carers reported fewer emotional problems, and all but one person with dementia reported elevated mood.

ČIMBENICI USPJEHA

The value placed on the person with dementia removes the stigma of Alzheimer's disease so that participants can enjoy the MoMA experience.

VIŠE INFORMACIJA NA

<https://www.moma.org/visit/accessibility/meetme/>

6 USKRŠNJE JAJE

► KATEGORIJA: RUKOTVORINE

📍 ZEMLJA: GRČKA



Source : https://en.wikipedia.org/wiki/Easter_egg#/media/File:Pasxalina_abga.jpg

KONTEKST

Radni programi, uz praktične, kreativne aktivnosti mogu biti izvrsna terapijska vježba za starije osobe s demencijom s ciljem poboljšanja njihovog emocionalnog stanja i kognitivnih sposobnosti. Kroz umjetnost, poput slikanja i jednostavnih rukotvorina, osoba ima priliku izraziti svoju agoniju i svoje osjećaje na siguran i kreativan način. Domovi za starije u Grčkoj provode slične aktivnosti, a valja imati na umu da se sigurnosne i preventivne mjere uvijek moraju uzeti u obzir prilikom kreiranja aktivnosti koje uključuju rukotvorine. Ova se posebna praksa temelji na činjenici da je proslava Uskrsa godinama imala važnu ulogu u grčkoj tradiciji i društvenom životu i nešto je što može izazvati ugodna sjećanja i osjećaje kod starijih.

OPIS

Aktivnost je jednostavna; od starije osobe se traži da odabere dvoje do troje voljenih (bilo koju osobu koja mu padne na pamet, bilo živu ili preminulu) kako bi za svakog od njih napravio čestitku. Zatim ju poziva da svaku čestitku oboji i ukrasi bojama i ručno izrađenim ukrasima od papira, a ako je moguće i zapiše dobre želje svakoj voljenoj osobi. Također se od nje traži da naslika nekoliko uskršnjih jaja, slijedeći tradicionalni način, koristeći vodu i boju, uz svaku čestitku.

SUDIONICI

Njegovatelj ili član obitelji može provoditi aktivnost zajedno sa starijom osobom. Valja napomenuti da treba poduzeti preventivne mjere, osobito ako se koriste škare (za papirnate čestitke i ukrase) ili prokuhana voda (za tradicionalno bojanje jaja).

METODOLOŠKI PRISTUP

Iako osoba koja se bori s demencijom može odati dojam da je izgubila mnoge sposobnosti koje je imala dok je još bila zdrava, zadivljujuće je koliko lako i uspješno ista osoba pristupa ugodnoj aktivnosti; posebno onoj koja može potaknuti ugodna sjećanja iz njezine prošlosti. Metodološki pristup ove aktivnosti leži u činjenici da zajedničko stvaranje i praktične aktivnosti mogu poboljšati ne samo vještine već i dobrobit ciljne skupine. Uskršnji običaji u Grčkoj igrali su važnu ulogu u njihovom društvenom životu, pa se stariji koji se uključe u te običaje mogu prisjetiti ugodnih sjećanja. To, zajedno s čestitkama koje će se stvoriti i simbolično poslati svojim voljenima, može im pomoći u kreativnom i učinkovitom izražavanju osjećaja.

UČINAK

Kod starijih osoba: Pozitivan utjecaj na dobrobit, prilika za prisjećanje ugodnih uspomena i osjećaja i kreativno izražavanje

Kod njegovatelja: prilika za sudjelovanje u praktičnim, ugodnim aktivnostima koje ih povezuju i koje također doprinose njihovoj dobrobiti

ČIMBENICI USPJEHA

Individualno: tradicionalno bojanje jaja vrlo je poznata aktivnost u Grčkoj i može potaknuti ugodna sjećanja. Također, čestitke voljenima daju priliku starijim osobama da kreativno izraze svoje osjećaje i potencijalno potaknu njihova sjećanja.

Praktično i jednostavno za primijeniti: starije osobe se poziva da izrade čestitke i također izvrše potrebne zadatke povezane s tradicionalnim bojanjem uskršnjih jaja.

VIŠE INFORMACIJA NA

<https://tinyurl.com/4pursm6e>

DIDAKTIČKE BILJEŠKE

KAKO METODOLOŠKE SMJERNICE PROJEKTA KUTIJA NAŠIH SJEĆANJA MOGU KORISTITI EDUKATORI U DOMOVIMA ZA ODRASLE, DRUŠTVENOM SEKTORU, ARHIVIMA, MUZEJIMA I GALERIJAMA, ITD.



3.1 Uvod

Ovaj je didaktički vodič namijenjen stručnjacima i volonterima koji se bave njegom u formalnom kontekstu osoba s demencijom i gubitkom pamćenja, koji bi bili zainteresirani za upotrebu materijala Kutije naših sjećanja. Ciljna skupina vodiča je stoga; osoblje u staračkim domovima, njegovatelji u kućnoj njezi, edukatori odraslih i instruktori njegovatelja, studenti i volonteri povezani s njegom. Vodič je također relevantan za dionike poput stručnjaka za kulturu i socijalnu skrb, arhive, muzeje i baštinu, kao i za voditelje i financijske pokrovitelje ovakvih programa.

Ovaj se vodič temelji na obrazovnoj analizi šest primjera² koje je projektni tim odabrao kao primjere najbolje prakse koju su umjetnici, arhivi, muzeji i ustanove za očuvanje baštine pokrenuli za rad s osobama koje boluju od gubitka pamćenja. Ciljnam je predstaviti analizu pozitivnih primjera i načina na koji bi se oni mogli koristiti u obrazovnim okruženjima za osposobljavanje njegovatelja. Predstaviti ćemo obrazovne koncepte koji stoje iza nove digitalne aplikacije projekta Kutija naših sjećanja i pokazati što sve može ponuditi kao nadopunu postojećem materijalu za izravnu upotrebu s osobama s demencijom te u obuci njegovatelja i drugih stručnjaka.

Odabrani primjeri sažeti su kako slijedi:

1. Uskršnje jaje, izrada rukotvorina. Ideja za kreativnu aktivnost koju mogu izvoditi starije osobe i njihovi njegovatelji (Grčka)
2. Muzej životnih priča. Priče štićenika domova prikupljaju osoblje, volonteri ili kustos i predstavljaju ih na izložbama, u knjižicama, na predavanjima i raspravama (Švicarska)
3. ALBUM muzejski program. Muzejski predmeti odabrani za poticanje i buđenje zaboravljenih sjećanja osoba s demencijom (Hrvatska)
4. Alzheimerov program Muzeja moderne umjetnosti - nudi različite aktivnosti za umjetničko angažiranje osoba s Alzheimerom i njihovih skrbnika. Sve su aktivnosti opisane u vodičima za replikaciju (SAD)
5. "Den gamle by" u Aarhusu ima točnu presliku Kuće sjećanja, odnosno stana iz 1950-ih namijenjenog poticanju pamćenja osoba s demencijom (Danska)

6. Kuća sjećanja, Nacionalni muzeji grada Liverpoola. Stvaranje kutije sjećanja za osobe s demencijom aktivnost je u kojoj možete koristiti terapiju prisjećanja kako biste pomogli ljudima. Udruženjem i istraživanjem zbirke predmeta ili slika iz prošlosti možete pomoći poticanju kratkoročnog pamćenja stimulirajući dugoročno (UK)

3.2 Metoda

Programi i metode razvijeni u području umjetnosti, arhivima, muzejima i ustanovama za zaštitu baštine za rad s osobama koje boluju od gubitka pamćenja usredotočeni su na poticanje ranih uspomena koje često ostaju duže kod osoba s demencijom. Metode uključuju predmete, slike, zvukove, mirise, reprize događaja, itd. Omogućavaju osobama priliku da ponovo prožive vrijeme kada su bili aktivni i zdravi. U demenciji se kratkoročno pamćenje obično prvo pogoršava, dok dugoročno pamćenje može trajati. Prisjećajući se svoje prošlosti, osoba se može osjećati sigurnije, povećati kvalitetu života, povećati samopoštovanje i ojačati svoj identitet.

Djelovanjem prisjećanja u području umjetnosti, arhivima, muzejima i ustanovama za zaštitu baštine, osobe s demencijom stupaju u kontakt sa svojom prošlošću i na taj način mogu postati prisutniji i koncentriraniji u sadašnjosti. Njegovatelji stječu veće znanje o pojedincu i veće razumijevanje osobe. Rođaci su važan podsjetnik jer mogu njegovateljima dati sliku povijesti života te osobe. Programi se u nekim slučajevima mogu izvoditi kod kuće, a u nekim slučajevima posjećivanjem centra. Mogu biti pojedinačni, jedan na jedan ili grupni.

U grupnim aktivnostima prisjećanja, pozitivni učinci mogu se pojačati tako što će:

- osoba doživjeti razgovore s drugima
- slušati i vidjeti druge, što potiče želju za pamćenjem i pričavanjem
- biti viđena i čut će ju se
- koristiti svoja osjetila i svoje tijelo
- voditelj grupe i ostalo osoblje stječu veće znanje o sudionicima
- grupa će se bolje upoznati, što smanjuje rizik od sukoba

² Pogledati poglavlje 2. STUDIJE SLUČAJEVA INOVATIVNIH METODOLOGIJA ZA PROMICANJE PAMĆENJA U ARHIVIMA I MUZEJIMA

3.3 Razgovor

Najčešći oblik rada na prisjećanju je razgovor. Usmena tradicija, tj. prenošenje informacija pripovijedanjem priča s koljena na koljeno, stara je metoda očuvanja prošlosti. Prisjećanje se može koristiti na mnogo načina. Ova metoda može biti korisna za produbljivanje svakodnevnih kontakata njegovatelja sa štićenicima domova:

- planiranjem aktivnosti prisjećanja u skupinama, posjeti muzejima
- individualnim sastancima s njegovateljima i edukatorima
- spontanom prisjećanjem u svakodnevnom životu kod kuće ili u staračkim domovima
- podrškom rodbine

3.4 Priprema

Prije nego što se započne rad na prisjećanju, važno je da stručnjak pokuša saznati što više podataka o osobi s demencijom. Tko je ta osoba? Koji su njeni interesi? Čime se osoba bavila? Gdje je osoba rođena? Kako izgleda njezina obitelj? Prošireno znanje o životnoj povijesti te osobe olakšava smisleni razgovor koji pomaže u održavanju memorijskih funkcija. Rad na prisjećanju izaziva mnoge vrste emocija, stoga je važno biti spreman nositi se s emocijama koje bi se mogle pojaviti. Važno je biti spreman na dobre uspomene, kao i na one loše te na emocije koje one pobuđuju.

3.5 Kutija sjećanja

Postoji mnogo načina za primjenu metode kutija sjećanja. Kutija naših sjećanja –Program obrazovanja odraslih u pogledu rada s osobama koje pate od gubitka pamćenja izdvojio je primjere najboljih praksi iz različitih konteksta (vidi gore), poput izražavanja pomoću umjetnosti (bojanje uskršnjih jaja u staračkim domovima, posjete muzejima moderne umjetnosti), prikupljanje životnih priča starijih osoba i iskustvo slika, predmeta, okoliša, glazbe i mirisa koji su dostupni kao mogućnosti koje nude muzeji i arhivi u obliku izložbi. Najpopularniji oblik je vjerojatno kutija ili torba sjećanja koja je dostupna u muzejima ili knjižnicama i koristi se u obiteljima ili domovima. Neki domovi za starije opskrbljuju svojim kutijama, a neki programi vode obitelj kroz proces.

Kutija sjećanja namijenjena je da bude resurs, uvod ili nadahnuće za nastavak rada na prisjećanju na radnom mjestu. Uz pomoć kutije i vodiča možete stvoriti korisne trenutke prisjećanja i možete redovito primjenjivati metodu.

Zapamtite - ovo je vodič u metodi prisjećanja. Kada koristite kutije sjećanja, potiče vas se da dizajnirate vlastiti materijal kako biste izvukli maksimum iz razgovora. Utvrdite moguće okidače sjećanja prilagođene osobi s demencijom ili sakupite vlastiti materijal sjećanja na temelju povijesti života te osobe. Kutija sjećanja također može biti podrška bližnjima u komunikaciji s voljenom osobom.

Skupljajte pitanja kako biste započeli razgovor ili priču vezanu uz odabrane predmete, slike, mirise i zvukove prikupljene u kutiji sjećanja ili u okruženju, tipičnom za jednu epohu, rekreiranom u muzeju ili ustanovi za očuvanje baštine. Primjerice, za sadržaj toaletne torbice mogu se postaviti sljedeća pitanja:

Koje proizvode za uljepšavanje ste koristili? Jeste li se šminkali? Kakvu ste odjeću nosili za blagdane? Kakvu ste frizuru imali kao mladić? Kako ste se brijali i šišali? Jeste li koristili parfem i lak za kosu? Tko je pomogao djeci kod higijene? Kako ste se kupali? Kakve su bile vaše jutarnje i večernje rutine? Kako su se liječile bolesti? Koji su lijekovi bili dostupni? Kako je bilo kad ste bili bolesni? Kako se liječila prehlada? Gdje ste tražili pomoć ako se netko u obitelji razbolio? Koje su bile najčešće bolesti?

3.6 Pojedinačno ili u skupinama

Rad na prisjećanju može se odvijati pojedinačno ili kao grupna aktivnost, tj. može biti nešto što se odvija između jednog primatelja njege i člana osoblja ili njegovatelja na izoliranom mjestu ili se može odvijati između ljudi koji su zajedno u grupi. Aktivnost se također može izvesti u muzeju ili u drugoj prikladnoj baštinskoj ustanovi.

Rad na prisjećanju u skupinama obično ima za cilj zajedničko prisjećanje ili razmjenu uspomena, što u praksi često znači da jedno sjećanje vodi do drugoga. Podsjećajući osobe na različite događaje, možete im "osvježiti" uspomene za koje su mislili da su nestale. Skupine bi trebale biti male, dobro isplanirane i strukturirane. Manje skupine stvaraju sigurniju atmosferu, a istovremeno osobi s demencijom olakšava praćenje onoga što se govori.

3.7 Opće ili specifično prisjećanje

Možete birati između općeg i specifičnog rada na prisjećanju. Općenito prisjećanje odnosi se na metodu u kojoj se nekoliko okidača pamćenja koriste kao simboli za poticanje uspomena. Predmeti, mirisi, slike ili zvukovi započinju misaoni proces zbog kojeg se čovjek povezuje s vremenima i situacijama povezanim s "buditeljima pamćenja". Dobar primjer za to je "Den Gamle By" u Aarhusu u Danskoj, gdje osobe s demencijom mogu doživjeti ugođaj stana koji je uređen u autentičnom stilu 1950-ih. Upoznaju se i popiju popodnevi čaj s osobom odjevenom u autentičnu odjeću koja se služi tadašnjim jezikom.

Specifičnim radom na prisjećanju cilja se na pažljivo odabranu i specifičnu uporabu posebnih okidača, odabranih s obzirom na sudionike. Dobar primjer za to je Kutija sjećanja i aktivnosti ponuđene u Kući sjećanja u Muzeju u Liverpoolu u Ujedinjenom Kraljevstvu.

3.8 Praktična provedba

Prvi korak u radu na prisjećanju je odlučiti koga uključiti u grupu. Nakon što voditelj grupe odluči o sastavu grupe, vrijeme je da se odluči koje subjekte liječiti i koji će se "buditelji pamćenja" koristiti. Ne zaboravite da istovremeno ne koristite previše osjetljivih podražaja. Slobodno započnite s grupom od dvije do četiri osobe jer ako nema toliko sudionika, voditelju grupe bit će lakše osigurati da svi dobiju priliku pričati. Ako je moguće, koristite isto mjesto svaki put jer osobe s demencijom trebaju organizirane aktivnosti za strukturiranje dana.

Započnite s radom na prisjećanju tako što ćete okupiti grupu i objasniti joj o čemu se radi. Odaberite široke teme dok se grupa ne navikne na sastanke ili posjete muzejima (npr. djetinjstvo, praznici ili godišnja doba). Slobodno sjednite u krug bez stola kako biste mogli bolje čitati govor tijela. Pokušajte na sastanku imati jasnu strukturu. Pošaljite okolo ili pokažite okidač sjećanja i pričekajte prve reakcije. Razgovarajte o uspomenu koje se pojave. Važno je da voditelj grupe potiče razgovor u grupi dok sudionici dijele priče o svom životu. Ne postoji pravilo što se točno može

nazvati prisjećanjem. Polazište je da kada ljudi zajedno stvaraju iskustva, što osobi predstavlja potvrdu onoga tko i što je, javlja se aktivnost prisjećanja.

3.9 Najbolji savjeti za komunikaciju

Prisjećanje je alat koji olakšava komunikaciju. Stoga je važno imati na umu sljedeće u komunikaciji s osobama s demencijom:

- Koristite jednostavan jezik
- Pokušajte pronaći nekoliko načina da kažete istu stvar
- Budite što precizniji
- Budite osjetljivi na signale koji pokazuju je li osoba razumjela
- Stvorite blagu atmosferu
- Pokažite da slušate i pamтите što je osoba rekla
- Nemojte prekidati ili ispravljati
- Govorite polako i u kratkim rečenicama
- Izbjegavajte pitanja koja osobu dovode u situaciju nemogućeg izbora
- Pojačajte svoj govor pokretima. Ukažite na ono o čemu govorite. Ako upućujete na nešto, istodobno pokažite kako to funkcionira
- Dočarajte izgovorenu riječ slikama

3.10 Sudionici

Angažiranje svih relevantnih sudionika prednost je za uspjeh programa prisjećanja na temelju sudjelovanja kulturnih institucija. Osim što su arhivi i muzeji bogatstvo za škole, osoblje koje se bavi njegom starijih osoba može itekako imati koristi od njih u radu na prisjećanju, posebno ako se odvija u suradnji s drugim lokalnim dionicima.

Dobar je primjer razvojni projekt „Ljudi, sastanci, sjećanja - suradnički projekt u općini Klippan u Švedskoj“ (Människor, möten, minnen - ett samarbetsprojekt i Klippans kommun) koji pokazuje nove mogućnosti da arhivi, posebno lokalni, budu izvori u društvu.

Svrha je bila testirati i razviti nove modele suradnje unutar općine u koje su bile uključene i institucije, i uprave i neprofitne organizacije. Radilo se o pokretanju specifične kulturne inicijative za njegu starijih osoba uz arhive i lokalne udruge kao lokalne izvore. Konkretni cilj u radu bio je stvaranje kutija sjećanja, ali i širenje ideja i metoda u medicinskoj školi u Klippanu.

Projekt je također obuhvatio predstavnike rekreacijske i kulturne uprave, socijalne uprave, općinskog arhiva i programa skrbi u Klippanovoj višoj srednjoj školi. Suradnja je iznjedrila pozitivna iskustva i ideje o tome kako bi institucije za očuvanje kulturne baštine i rad na prisjećanju mogli predstavljati prednost u nastavi u programima obrazovanja viših srednjih škola.

Ostavlja ukupni pozitivni dojam, a posebno naglašava dobru suradnju koja je nastala između uprava, institucija i neprofitnih udruga na lokalnoj i regionalnoj razini. Suradnja je stvorila nove mreže, dovela do novih uvida i znanja o međusobnim aktivnostima, što je zauzvrat povećalo mogućnosti za razmjenu vještina i resursa u budućnosti. Jedan općinski arhivist vjeruje da je projekt omogućio "malo uzdizanje arhiva" i da su pronađeni novi načini korištenja arhiva.

Isto se može odnositi na regionalne i lokalne muzeje, kao i na knjižnice.



UPORABA VJEŽBI PAMĆENJA KOD NESLUŽBENIH NJEHOVATELJA



4

4.1 Uključivanje u značajne aktivnosti

Simptomi demencije mogu čovjeku otežati sudjelovanje u aktivnostima i društvenom angažmanu, ali održavanje ugodnih i zdravstveno poticajnih aktivnosti koje su prikladne za određeni stadij demencije može pomoći u tome.

S druge strane, važno je pronaći načine kako podržati osobe s demencijom (OsD) kao i njihove negovatelje kako bi vodili dobar život. Doista, nedavna istraživanja sugeriraju kako bi odnos između osoba s demencijom i njihovog glavnog negovatelja, društveni angažman i povezanost, mogli biti važni čimbenici u donošenju dobrobiti kod demencije, a mogu se postići, na primjer, dijeljenjem značajnog iskustva na jednakoj osnovi koja pomaže u izgradnji pozitivnog odnosa.³

4.2 Prisjećanje i kako ono može pomoći

Razgovor o ugodnim uspomenama ili prisjećanje jedan je od načina na koji negovatelji mogu komunicirati s osobom s demencijom i smisleno ju angažirati. Međutim, uključivanje osobe s demencijom u razgovor i aktivnosti može biti prilično izazovno, a prisjećanje pruža strukturirani pristup koji se može koristiti za olakšavanje tog angažmana.

Sjećanje uključuje raspravu o prošlim aktivnostima, događajima i iskustvima s drugom osobom ili skupinom ljudi, obično uz pomoć opipljivih poticaja kao što su fotografije, kućanstvo i drugi poznati predmeti iz prošlosti, glazba i arhivski zvučni zapisi.



Iako su rezultati istraživanja na ovom polju još uvijek ograničeni, utvrđeno je⁴ da prisjećanje na mnogo načina može pomoći i osobama s demencijom i njihovim negovateljima:

Prisjećanje može biti od koristi **osobama s demencijom** na sljedeće načine:

- smanjuje depresiju
- ublažava simptome koji utječu na ponašanje
- smanjuje apatiju
- povećava zanimanje, pažnju i užitak
- pojačava socijalne interakcije
- donosi dobrobiti
- poboljšava kvalitetu života
- poboljšava spoznaju

Međutim, treba primijetiti da unatoč mnogim prednostima, prisjećanje može potaknuti uspomene koje uznemiruju ili rastužuju osobe s demencijom, pa bi u nekim slučajevima bilo bolje izbjegavati temu kako bi se spriječio neželjeni učinak.

³ <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17533015.2019.1700536>

⁴ https://medicine.unimelb.edu.au/__data/assets/pdf_file/0020/2471312/Using-remembrance-with-people-with-dementia-in-acute-and-subacute-care-manual.pdf

Neformalni njegovatelji također mogu imati koristi od korištenja terapije sjećanja jer ona pomaže obiteljima u:

- povezivanju i komunikaciji s osobom
- viđenju osobe koja stoji iza demencije
- smanjenju napetosti povezane s njom.

4.3 Praktična primjena

Aktivnosti prisjećanja obično se nude u skupinama u okviru usluga i programa njege. Međutim, neformalni njegovatelji mogu ih primijeniti i kod kuće na individualnoj osnovi.

Prvi korak bio bi identificiranje tema prisjećanja oko kojih se može započeti razgovor. Nekoliko pitanja koja si možete postaviti su:

- O kojem sjećanju ili sjećanjima osoba uživa razgovarati?
- Koje su uloge bile važne za osobu tijekom njezinog života?
- O čemu obitelj i prijatelji razgovaraju s tom osobom?
- Koji su interesi oko kojih je osoba strastvena i o čemu uživa razgovarati?
- Koja sjećanja ili događaji uznemiruju osobu ako se o njima razgovara?⁵



Drugi bi korak bio prikupljanje resursa različite vrste koji su relevantni i/ili važni za OsD i koji mogu pomoći u pokretanju rasprave. Te stavke mogu uključivati: fotografije, suvenire, igračke, ali i glazbu, videozapise ili druge značajne predmete iz prošlosti pojedinca. Imajte na umu da se pokazalo korisnim baviti se svim osjetilima, pa se preporuča uz vizualne elemente uključiti i predmete koji mogu potaknuti dodir, miris, okus i sluh.

Internetske stranice muzeja i arhiva mogu biti nevjerojatan izvor slika i videozapisa koji se mogu iskoristiti u okviru terapije prisjećanja.



4.4 Savjeti za komunikaciju

- Jednostavna, stvarna pitanja mogu biti posebno izazovna i stresna za osobe s demencijom koje se mogu bojati da će dati pogrešan odgovor ili će se posramiti što se ne mogu sjetiti. 'Koliko ste djece imali?', 'Gdje ste rođeni?', 'Koliko ste imali godina kad ...?' - sve su to primjeri pitanja na koja osoba s demencijom može imati poteškoće odgovoriti.
- Dobro polazište moglo bi biti dijeljenje vlastite uspomene kao načina na koji možete voditi k nježnijem postavljanju pitanja. To daje nagovještaj o stvarima o kojima ćete razgovarati i može pomoći osobi da se opusti i prisjeti svojih uspomena, bez straha da će pomiješati ili zaboraviti stvari.
- Ponekad se može pokazati korisnim pozvati osobu da vam pokaže određenu vještinu koja se odnosi na njezinu prošlost: doista, ako se osoba s demencijom bori s govorom, možda će joj biti lakše radnjom podijeliti nešto iz svoje prošlosti.

⁵ https://medicine.unimelb.edu.au/__data/assets/pdf_file/0020/2471312/Using-remembrance-with-people-with-dementia-in-acute-and-subacute-care-manual.pdf

4.5 Osim prisjećanja

Prisjećanje nije jedini pristup kojim se može raditi u području umjetnosti i kroz primjenu predmeta kako bi se podržala dobrobit osoba s demencijom i njihovih njegovatelja. Doista, postoje i druge metodologije koje se mogu usvojiti:

■ **Programi promatranja umjetnosti**⁶: ovaj pristup želi uključiti osobe s demencijom u značajnu raspravu koju su pokrenula umjetnička djela i koja se temelje na pitanjima „ovdje i sada“, koja - umjesto poticanja sjećanja - potiču verbalnu komunikaciju, maštu, izražavanje ideja i priča na temelju onoga što oni vide. Slike se mogu odabrati na temelju narativne niti kao što su: pejzaži; portreti; gradovi; boje ...

Započnite s promatranjem, ostavljajući vrijeme za promatranje svih aspekata djela. Možete postaviti pitanja poput “Što vidite na ovoj slici?” ili “Koje boje umjetnik koristi?”

Tada možete prijeći na interpretativni dio. Dotaknite se tematike, kompozicije, tehnike i društvenog i povijesnog konteksta pitanjem poput: “Kako biste nazvali ovu sliku?” ili “Što mislite da će se sljedeće dogoditi?”

Kako nastavljate svoja istraživanja, povežite umjetničko djelo sa svojim životima i iskustvima. To će potaknuti nove uvide i interakcije. Pred kraj promatranja spojite razne teme razgovora koje su se pojavile. Povežite ideje i mišljenja te razmotrite značenje i vrijednost iskustva tog dana.

■ **Programi stvaranja umjetnosti**: osobe s demencijom možete uključiti u male likovne ili radionice rukotvorstva koje se također mogu povezati s prisjećanjem. Sposobnost stvaranja i realizacije umjetničkog djela može poslužiti kao iskustvo koje će ojačati pojedinca. Dovršeni umjetnički komadi mogu stvoriti osjećaj postignuća, vlasništva, ponosa i oduševljenja. Stvaranje umjetnosti uključuje taktilnost, stvaranje koje potiče maštovitu igru i pruža fizičku i senzornu stimulaciju. Te su osobine ograničene u prisjećanju jer se uglavnom temelje na razgovoru. Kada se koristi s terapijom prisjećanja, umjetničko stvaralaštvo može pružiti širi spektar stimulacije i pomoći u produbljivanju angažmana.⁷

⁶ Temeljeno na programu Nadimo se Muzeja moderne umjetnosti <https://www.moma.org/visit/accessibility/meetme/>

⁷ https://www.researchgate.net/publication/324862982_Connecting_reminiscence_art_making_and_cultural_heritage_A_pilot_art-for-dementia_care_programme/link/5df0afa54585159aa474135a/download

PRIRUČNIK I APLIKACIJA PROJEKTA KUTIJA NAŠIH SJEĆANJA

Projekt Kutija naših sjećanja razvit će dva posebna ishoda, priručnik i aplikaciju, kako bi se podržala praktična provedba programa temeljenih na prisjećanju od strane stručnjaka i neformalnih njegovatelja u suradnji s arhivima i muzejima.



5.1 Priručnik

Priručnik za Kutiju naših sjećanja osmišljen je kako bi pomogao osobama s demencijom, stručnjacima i obiteljima da bolje razumiju stanje i koje programe samopomoći mogu razviti pomoću ishoda projekta. Neformalno učenje samo je po sebi dragocjeno za odrasle osobe s gubitkom pamćenja. Također postoje mnogi dodatni razlozi zašto ovaj program neformalnog učenja odraslih zaslužuje trajnu i pozornu pažnju onih koji će ga koristiti, istraživača i samih odraslih polaznika.

Internetski priručnik Kutije naših sjećanja promiče neformalno obrazovanje odraslih o demenciji odgovaranjem na brojne promjene i izazove s kojima se suočava suvremeno društvo. To uključuje poboljšanje zdravlja, očekivano trajanje života kod sve većeg broja starijih ljudi i potporu dobrobiti i sreći kao samostalni oblik neformalnog obrazovanja za odrasle s gubitkom pamćenja te njihove negovatelje i obitelji.

Konkretno, priručnik će sadržavati module, igre, kvizove itd. koji se odnose na:

- Kako posjetiti muzej s osobama s demencijom
- Kako muzejski edukatori mogu pripremiti tematske radionice za osobe s demencijom iskorištavanjem lokalne baštine
- Korištenje fotografija s osobama s demencijom
- Istraživanje predmeta
- Prikupljanje i briga o dokumentima sjećanja
- Korištenje audio materijala
- Korištenje izgrađenog okruženja; zgrade, kipovi, mjesta itd. s osobama s demencijom
- Izrada osobne vremenske crte i obiteljskog stabla
- Kako koristiti aplikaciju Kutije naših sjećanja s osobama s demencijom

5.2 APLIKACIJA

Aplikacija Kutija naših sjećanja nadograđuje se na koncept Kutije ili torbe sjećanja, ali omogućuje razvoj personalizirane digitalne kutije sjećanja kojoj se može pristupiti putem računala ili tableta, čineći neformalni program obrazovanja odraslih. Korisnici mogu prikupljati digitalne

medije i predmete kako bi stimulirali osobu s demencijom.

Aplikacija je personalizirano, digitalno spremište medijskih sadržaja koji osobe s demencijom mogu izravno i pojedinačno koristiti uz podršku članova obitelji i negovatelja. Svojevrсна osobna muzejska izložba usmjerena na poticanje pamćenja, poboljšanje raspoloženja i smanjenje tjeskobe. Također će omogućiti članovima obitelji i negovateljima da saznaju više o osobi s demencijom. Kutija naših sjećanja bit će dostupna kao internetska aplikacija putem bilo kojeg preglednika, osiguravajući tako da se može koristiti na svim tabletima/pametnim telefonima sada i u budućnosti. To također omogućuje da joj korisnik može pristupiti s bilo kojeg uređaja nakon što se prijavi, tako da može raditi na svojoj osobnoj mrežnoj kutiji sjećanja kod kuće s članovima obitelji ili na drugom uređaju i drugom mjestu sa socijalnim radnicima. Vodiči „kako koristiti“ video i tekst bit će dostupni na OER (pristupačni obrazovni resursi) platformi.

Kao što je opisano, koncept kutije sjećanja uspješno se koristi u muzejima, negovateljskim organizacijama i privatnim obiteljima. Obično je u obliku fizičke kutije ispunjene predmetima kao što su obiteljske fotografije, razglednice, isječci iz novina, glazbene snimke ili suveniri, a tako oslikava prošlost neke osobe. Ovaj 'osobni muzej' kreiraju obično članovi obitelji zajedno s osobom s demencijom. Za one koji žive s demencijom kutija sjećanja može funkcionirati kao više od same veze s prošlošću, može stimulirati osjetila, potaknuti opoziv ili im čak pomoći da steknu nove prijatelje ili se ponovno povežu sa starima ako su na društvenim mrežama.

Aplikacija Kutija naših sjećanja koristi ogromne količine medija koji su već dostupni na mreži i kombinira ih s digitaliziranim verzijama osobnih predmeta koje su obitelj, prijatelji i osobe s demencijom (korisnik) pružili. To može uključivati videozapise, zvučne zapise, fotografije, 3D objekte, karte; i puno više.

Korisnik ima pristup računu koji se može koristiti (uz podršku negovatelja ako je potrebno) za pristup njihovoj personaliziranoj Kutiji naših sjećanja. Članovi obitelji mogu s njima raditi na dodavanju novih objekata i slika. Oni mogu

umetnuti internetsku poveznicu s popularne mrežne platforme i u aplikaciju. Umetanje internetskih poveznica omogućuje odabir daleko većeg kataloga sadržaja i osigurava poštivanje relevantnih autorskih prava. Također mogu prenijeti osobne fotografije na korisnički račun. Samo će korisnik (i oni kojima je dan pristup) moći pristupiti računu radi pregleda sadržaja Kutije naših sjećanja. Upotrijebit će se snažna enkripcija i zaštita lozinkom kako bi se osigurala privatnost sadržaja. Snažan naglasak stavljen je na dizajn i funkcionalnost korisničkog sučelja kako bi se osigurala jednostavna upotreba, kako za dodavanje novih medija, tako i za pregled artefakata.

Primjeri vrsta sadržaja uključenih u Kutiju naših sjećanja:

- Audio - Glazba može biti pozitivan okidač za one koji žive s demencijom. Čak i one koji su minimalno komunikativni može oživjeti posebna pjesma iz njihove prošlosti. Glazba se može kreirati putem npr. SoundClouda, YouTubea. Dostupna je ogromna zbirka pjesama svih žanrova i spremna za kreiranje. Također se mogu dodati audio priče i zvučni efekti.
- Video - YouTube ili Vimeo videozapisi mogu se umetati. To bi moglo uključivati scene iz TV programa ili filmova, dokumentarne filmove, najzanimljivija odredišta bivših godišnjih odmora i glazbene spotove. Članovi obitelji također mogu privatno na mrežu dodavati video isječke iz korisnikove prošlosti i dijeliti ih s Kutijom naših sjećanja, uključujući obiteljska okupljanja, godišnje odmore, sportske događaje itd.
- Fotografije - članovi obitelji ili sam korisnik mogu izravno prenijeti fotografije u Kutiju naših sjećanja. Osim toga, fotografije koje već postoje na mreži mogu se kreirati i dodati, na primjer album fotografija na Flickr-u.
- Karte - ugrađene karte koje prikazuju lokacije važnih mjesta iz prošlosti korisnika - gdje su odrasli, radili, izlazili, vjenčali se, odlazili na odmor itd. Dodatne informacije mogu se dodati u njihove točke na kartama.
- 3D objekti - na Sketchfabu postoji velika kolekcija 3D objekata (digitalno stvorenih i 3D skeniranih), uključujući predmete kojih će se korisnik sjećati iz svoje prošlosti. Sve veći broj muzeja digitalno skenira predmete iz svoje arhive i objavljuje ih na Sketchfabu. Članovi obitelji također mogu koristiti jednostavne mobilne aplikacije za 3D skeniranje osobnih predmeta, prenijeti ih na Sketchfab, a zatim podijeliti u Kutiji naših sjećanja.

6

POJMOVNIK

Anketa za posjetitelje

Skup pitanja namijenjen prikupljanju informacija od posjetitelja koje će muzeju pomoći da poboljša svoje programe i usluge. Ankete se mogu provoditi različitim metodama: usmeno, putem interneta, na papiru, e-poštom.

Alzheimerova bolest

Alzheimerova bolest je vrsta demencije koja uzrokuje probleme s pamćenjem (posebno kod učenja novih informacija), razmišljanjem (utječe na jezik, praktične i izvršne funkcije kao što su planiranje, apstraktno razmišljanje, usvajanje pravila, pokretanje odgovarajućih radnji i inhibicija neprimjerenih radnji te odabir relevantnih senzornih informacija) i ponašanjem (kao što su na primjer depresija, apatija, uznemirenost, dezinhibicija, lutanje). Simptomi se obično razvijaju polako i vremenom se pogoršavaju, postajući dovoljno ozbiljni da ometaju svakodnevne zadatke.

Angažman u zajednici

Angažiranje i suradnja s različitim skupinama radi zajedničkog zadovoljenja potreba artikuliranih od strane zajednice i poduzimanja radnji koje istinski donose korist

zajednici. (za detaljnije objašnjenje i primjere pogledajte aktivnost broj osam).

Arhiv

Mjesto ili zbirka koja sadrži zapise, dokumente ili druge materijale od povijesne važnosti.

Art terapija

Terapeutska primjena vrste umjetnosti (vizualna umjetnost, ples, itd.) kao pomoćno sredstvo u oporavku pacijenta, u posebnim potrebama itd.

Baština

Značajke koje pripadaju kulturi određenog društva, poput tradicije, jezika ili građevine, koje su stvorene u prošlosti i još uvijek imaju povijesnu važnost.

Demencija

Demencija nije specifična bolest. To je sveukupni pojam koji opisuje širok spektar simptoma povezanih s poteškoćama u pamćenju ili drugim vještinama razmišljanja dovoljno ozbiljnim da smanje čov-

jekovu sposobnost obavljanja svakodnevnih aktivnosti. Alzheimerova bolest je najčešći oblik demencije.

Digitalizacija

Postupak izrade elektroničke kopije dokumenta ili fotografije, na primjer skeniranjem.

Digitalni sadržaj

Sadržaj koji je digitaliziran, npr. recepti iz starih kuharica, fotografije, plakati itd., a može se koristiti u umjetničkim programima s posjetiteljima na način da ih se gleda i proučava bez oštećenja izvornika.

Dokumentiranje

Postupak bilježenja podataka o predmetima u zbirci, uključujući što su, odakle potječu i kako i gdje se čuvaju.

Fotografija

Dokument iz vremena u kojem je nastao, tehnologija, namjera i vještina, život i osobni značaj u određenim okruženjima autora, ispunjavajući time kriterije kojima spada u stvarnost, ali i dokument o događaju koji je zabilježio ili svijet o kojem se radi koji je prenio iz

stvarnosti u refleksiju ili u postojanje u drugoj dimenziji kako bi se koristio u radu s posjetiteljima na način na koji se može pregledavati i proučavati bez oštećenja izvornika.

Izložba

Izložbe koriste kombinaciju predmeta, teksta, grafike, interaktivnosti i/ili rekvizita za stvaranje fizičkog prostora posvećenog istraživanju određenih tema, poruka i ideja. Izložba je sveobuhvatno grupiranje svih elemenata (uključujući izložke i postavke) koji čine cjelovitu javnu prezentaciju zbirki i informacija za javnu upotrebu.

Inkluzija

Namjerni stalni naponi kako bi se osiguralo da različiti pojedinci u potpunosti sudjeluju u svim aspektima organiziranog rada, uključujući procese donošenja odluka. Također se odnosi na načine na koje se različiti sudionici vrednuju kao poštovani članovi organizacije i/ili zajednice. Iako je istinski "inkluzivna" skupina nužno raznolika, "raznolika" grupa može ili ne mora biti "inkluzivna".

Iskustvo posjetitelja

Iskustvo posjetitelja započinje kada se donese odluka o posjeti i nastavlja se planiranjem i istraživanjem, iskustvom u muzeju, a zatim aktivnostima nakon posjeta, poput internetskog istraživanja ili razgovora s drugima o posjetu. Iskustvo posjetitelja uključuje sve veze ili kontaktne točke koje posjetitelj ima s muzejom i njegovim objektom, uslugama i proizvodima.

Kognitivna rehabilitacija

Individualno prilagođena intervencija, rad na osobnim ciljevima, često uz korištenje vanjskih kognitivnih pomagala i nekih strategija učenja.

Kognitivna stimulacija (orijentacija prema stvarnosti)

Izloženost i bavljenje aktivnostima i materijalima koji uključuju određeni stupanj kognitivne obrade, obično unutar društvenog konteksta. Intervencija se često temelji na grupi s naglaskom na uživanje u aktivnostima.

Kognitivni trening

Uključuje vježbe prilagođene određenim kognitivnim funkcijama te prakticiranje i ponavljanje tih vježbi. Može biti računalno potpomognuto i pojedinačno ili grupno.

Korisnik

Svatko tko posjeti vaš muzej ili internetsku stranicu ili tko sudjeluje u bilo kojoj vašoj aktivnosti.

Kvaliteta života

Koristi se u nekim studijama liječenja kako bi se pokazalo poboljšanje stanja osobe osim smanjenja simptoma, mjera kvalitete života može se široko definirati i uključuje zadovoljstvo, posebno unutar važnih područja nečijeg života, razinu funkcioniranja u različitim područjima i objektivne okolnosti u kojima osoba živi. U mnogim studijama, međutim, kvaliteta života se usko definira kao razina funkcioniranja ili stupanj invalidnosti, što je jedan važan aspekt, ali ograničen kao sveukupni znak kvalitete.

Kultura

Skupina ljudi sa zajedničkim iskustvima, vjerovanjima, vrijednostima, praksama i normama.

Kućna njega

Te usluge njege uključuju stručnjake

koji dolaze u kuću kako bi pomogli njegovatelju i osobi s demencijom. Usluge se razlikuju po vrsti i mogu uključivati popratne usluge, usluge osobne njege i kućanske usluge.

Motivacija posjetitelja

Razlog zašto netko posjeti muzej, izložbu ili prisustvuje nekom programu. Očekivanja i potrebe posjetitelja dio su posjetiteljeve motivacije da prisustvuje ili ne prisustvuje.

Muzej

Neprofitna, stalna institucija u službi društva i njegovog razvoja, otvorena za javnost koja stječe, čuva, istražuje, komunicira i izlaže materijalno i nematerijalno nasljeđe čovječanstva i njegove okoline u svrhu obrazovanja, izučavanja i uživanja. Uključuje žive muzeje. Izvor definicije: Međunarodno vijeće muzeja (ICOM), članak 3., Statut, 2007.

Muzejski pedagog

Muzejski pedagog, sam ili u suradnji s programskim partnerima, organizira obrazovne izložbe, tematske radionice i izdaje obrazovne publikacije.

Njegovatelj

Svatko tko pruža skrb osobi oboljeloj od Alzheimerove bolesti ili demencije. Njegovatelji mogu biti članovi obitelji ili prijatelji (obično zvani neformalni njegovatelji) ili plaćeni stručni njegovatelji. Njegovatelji mogu raditi puno ili na pola radnog vremena s osobom oboljelom od Alzheimerove bolesti.

Lutanje

Svatko tko ima problema s pamćenjem i može hodati u opasnosti je od toga da odluta. Osoba s Alzheimerovom bolešću ili demencijom možda se ne sjeća svog imena ili adrese pa

može postati dezorijentirana i izgubljena, čak i na poznatim mjestima.

Održivost

Način djelovanja koji podržava trenutne potrebe organizacije i može se nastaviti bez smanjenja resursa ili prilika za budućnost.

Organizacija za očuvanje baštine

Organizacija čiji je interes očuvanje i promicanje prirodnog ili kulturnog okruženja, povijesti, običaja i tradicije nekog mjesta. U praksi se neki muzeji nazivaju centrima baštine i obrnuto.

Osobna higijena

Osobama s Alzheimerovom bolešću ili demencijom možda će trebati pomoć u aktivnostima osobne njege, uključujući dotjerivanje, kupanje i odijevanje.

Ostavština

Nešto što je dio vaše povijesti ili što je preostalo iz ranijeg vremena.

Pedagogija

Metoda i praksa podučavanja.

Posjetitelji

Grupe i pojedinci koji fizički posjećuju prostore muzeja kako bi koristili muzejske usluge.

Predmeti sjećanja

Predmeti koji se prikupljaju jer su povezani s osobom ili događajem kojeg se želite sjećati.

Prisjećanje

Uključuje raspravu o prošlim aktivnostima, događajima i iskustvima, obično uz pomoć opipljivih poticaja (na primjer, fotografije, kućanstvo i drugi poznati predmeti iz prošlosti, glazbeni i arhivski zvučni zapisi). Terapija prisjećanja u grupnom kontekstu ima za cilj poboljšati interakciju na ugodan i angažiran način.

Pristupačnost

Pružanje jednakog pristupa svima u kontinuitetu ljudskih sposobnosti i iskustava. Pristupačnost obuhvaća šira značenja usklađenosti i odnosi se na to kako organizacije pronalaze mjesta za karakteristike koje svaka osoba donese.

Program promatranja umjetnosti

Muzejski program u kojem posjetitelji pod vodstvom muzejskog pedagoga ili kustosa promatraju i uživaju u umjetničkim djelima. Program je pogodan za profesionalnu interpretaciju djela, kao i za terapije prisjećanja.

Program stvaranja umjetnosti

Program je pogodan za grupe različitih dobnih skupina, a fokus programa je na sudjelovanju u stvaranju umjetničkog djela kroz razgovor, upoznavanje s tehnikama i praktičnu primjenu.

Publika

Svi zainteresirani za posjet vašem muzeju ili sudjelovanje u njegovim aktivnostima. Također ih se naziva korisnikom ili posjetiteljem.

Rani oblik

Rani oblik (poznat i kao preuranjeni) Alzheimerove bolesti pogađa ljude mlađe od 65 godina. Mnogi ljudi s preuranjenim Alzheimerom su u 40-ima i 50-ima. Imaju obitelj, karijeru ili su i sami njegovatelji u trenutku kada ih napadne Alzheimerova bolest.

Socijalni radnik

Socijalni radnik nudi štitičenicima i njihovim obiteljima terapiju, podršku i planiranje otpusta. Socijalni radnici mogu također podučavati i savjetovati članove osoblja.

Suvenir

Predmet koji služi kao uspomena na posjet muzeju ili sudjelovanje u muzejskom programu; suvenir često ima dublje značenje, posebno ako je dio nematerijalne ili materijalne kulturne baštine koja ima značajnu vrijednost za lokalnu zajednicu, poput tradicionalnog veza ili arheoloških nalazišta.

Sudionici

Ljudi koji imaju utjecaj na vašu instituciju ili na koju vaša institucija utječe.

Studije o posjetiteljima

Korištenje prikupljenih podataka, istraživanja i procjene za bolje razumijevanje i poboljšanje iskustva posjetitelja.

Terapija kreativne umjetnosti

Namjerno korištenje kreativnih strana umjetnosti kao oblika terapije (na primjer, plesna terapija, glazbena terapija i dramska terapija).

Tradicionalna znanja

Znanje, inovacije i prakse autohtonih i lokalnih zajednica širom svijeta. Razvijeno na temelju iskustva stečenog tijekom stoljeća i prilagođeno lokalnoj kulturi i okolišu, tradicionalno znanje prenosi se usmeno s koljena na koljeno. Uglavnom je u zajedničkom vlasništvu i u obliku je priča, pjesama, folklor, poslovice, kulturnih vrijednosti, vjerovanja, rituala, zakona zajednice, lokalnog jezika i poljoprivrednih praksi, uključujući razvoj biljnih vrsta i vrsta životinja. Tradicionalna znanja uglavnom su praktične prirode, posebno u poljima kao što su poljoprivreda, ribarstvo, zdravlje, hortikultura, šumarstvo i upravljanje okolišem općenito. Izvor definicije: Tajništvo Konvencije o biološkoj raznolikosti (SCBD), članak 8. (j): Tradicionalna znanja i Konvencija o biološkoj raznolikosti, 2007.

Trodimenzionalno iskustvo

Osjećaj duboke apsorpcije, uključivosti i angažiranosti.

Ture/obilasci

Bilo koja vrsta obilaska izložbi, terena, zgrada ili okolice. To uključuje školske, samostalne, audio i ture s vodičem.

Tumačenje/interpretacija

Mediji/aktivnosti kroz koje muzej izvršava svoju misiju i obrazovnu ulogu: interpretacija je dinamičan proces komunikacije između muzeja i publike, interpretacija je sredstvo kojim muzej dostavlja svoj sadržaj, interpretacijski mediji/aktivnosti uključuju, ali nisu ograničeni na izložbe, obilaske, internetske stranice, razrede, školske programe, publikacije i terenske programe. Metode interpretacije i dizajn temelje se na muzejskim i obrazovnim teorijama

učenja. Znanja o kognitivnom razvoju, obrazovna teorija i prakse poučavanja primjenjuju se na sve vrste dobrotvoljnog, osobnog i cjeloživotnog učenja koje se događa u muzejima.

Učenje usmjereno prema sebi

Poznato i kao samostalno učenje. Pojedinaac preuzima kontrolu nad svojim procesom učenja (sa ili bez smjernica). Okolina mnogih muzeja koja pruža slobodu izbora može biti temelj za stvaranje mogućnosti samostalnog učenja kroz interpretativnu potporu i izbore koji posjetitelju nude više točaka pristupa.

Usluge za posjetitelje

Sadržaji ili usluge koji pružaju određenu dozu udobnosti posjetiteljima, uključujući pomoćne uređaje, stanice za presvlačenje beba, čekalice, blagovaonicu/uslugu hrane, stanice za prvu pomoć, informativni pult, prostor za njegu, toalete, prostor za sjedenje, natpise, fontane, invalidska kolica i WiFi.

Ustanova za dugotrajnu skrb

Ustanova za dugotrajnu skrb je starački dom ili centar za pomoć osobama s invaliditetom namijenjen odraslim osobama s invaliditetom.

Vizualna pismenost

Sposobnost promatranja, tumačenja, analize i pridodavanja značenja statičnim ili pokretnim slikama. Zajednički rječnik koji se koristi za opisivanje i raspravu o slici obično se smatra temeljem pismenosti.

Vodič

Muzejski djelatnik - pedagog, kus-

tos ili školovani vodič - koji vodi posjetitelje kroz muzejske izložbe ili provodi obrazovne i praktične programe.

Zdravstveni djelatnik

Općeniti pojam koji se koristi kako bi obuhvatio sve zdravstvene radnike kao što su liječnici opće prakse, psiholozi, psihoterapeuti, psihijatri, pedijatri, medicinske sestre, zdravstveni posjetitelji, savjetnici, art terapeuti, glazbeni terapeuti, dramski terapeuti, radni terapeuti.

Zajednica

Svaki muzej samoidentificira zajednicu ili zajednice kojima služi. Oni mogu biti geografski definirani, mogu biti zajednice od zajedničkog interesa ili zajednice formirane oko identiteta ili kombinacija ovih vrsta.

LITERATURA I IZVORI

- Boller F. and Forbes M., History of dementia and dementia in history: An overview, 1998.
- Camic et al., Museum object handling: A health-promoting community-based activity for dementia care, 2017.
- Cotelli et al., Reminiscence therapy in dementia: A review, 2012.
- Govoni et al., Demenze: trattamento farmacologico e non farmacologico e gestione dello stress del caregiver, rivista SIMG, 2020.
- Gunnemark K and Minnenas G., Om minneskåp och kulturarv, 2004.
- Gynnerstedt K. and Schartau M-B, Reminiscensmetoden, 2007.
- Hinton et al., Exploring the relationships among aging, ethnicity, and family dementia caregiving, 1999.
- Isacs L. and Wallskär H., Låt minnena leva - en handbok i reminiscensmetoden, 2004.
- Oskarshamn: Carlssons Bokförlag
- Kuwahara N. and Abe S., Networked Reminiscence Therapy for Individuals with Dementia by using Photo and Video Sharing, 2006.
- Miles et al., Turning back the hands of time: Autobiographical memories in dementia cued by a museum setting, 2013.
- Moser L. and Roncador R., I musei che abbracciano, Provincia Autonoma di Trento, 2018.
- Rhoads L., Museums, Meaning Making, and Memories: The Need for Museum Programs for People with Dementia and Their Caregivers, 2009.
- Sjöberg K., Människor, möten, minnen – ett samarbetsprojekt i Klippans kommun 2006–2008.
- Stockholm: Gothia
- Tillämpad i äldreomsorgen. Malmö: Studentlitteratur
- Tischler V. and Claap S., Multi-sensory potential of archives in dementia care, 2020.
- “Vi minns vårt 1900-tal” Minnesväskor till äldreboenden, handledningar. Norrbottens museum, Luleå, Sweden.
- Woods et al., Reminiscence therapy for dementia (Review), 2018.

Izvori za poglavlje 6. – Pojmovnik

<https://www.museumplanner.org/glossary/>

<https://www.museumsgalleriesscotland.org.uk/advice/new-museums/museums-glossary-and-networks/>

<https://www.museumsgalleriesscotland.org.uk/advice/new-museums/museums-glossary-and-networks/>

<https://www.giarts.org/article/glossary-arts-and-education-terms>

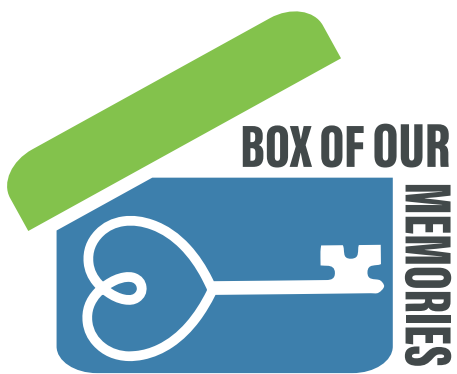
file:///C:/Users/korisnik/Downloads/02_31_3_4_2000_Ivo_Maroevic.pdf

<https://www.museumsgalleriesscotland.org.uk/advice/new-museums/museums-glossary-and-networks/>

<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/memorabilia>

<https://www.alz.org/help-support/caregiving/care-options/glossary>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK55483/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

WWW.BOXOFOURMEMORIES.EU

