



Financováno
Evropskou unií



AGEING WELL JAK DOBŘE STÁRNOUT

WP3/ A1, Aktivita 2

Modul 2: Mapování základních potřeb seniorů

Plán lekce 1: Modely porozumění základním potřebám starších lidí

Přehled modulu



Porozumění základním potřebám starších dospělých je pro pečovatele a vzdělavatele dospělých zásadní, aby mohli poskytovat účinnou a soucitnou podporu. Tento modul si klade za cíl představit metody hodnocení, nástroje a kontrolní seznamy, které lze použít k mapování těchto potřeb v každodenní praxi. Komplexním pochopením potřeb starších jedinců mohou pečovatelé zlepšit kvalitu jejich života a podpořit úspěšné stárnutí.

Počínaje základními vývojovými a koncepčními modely pro efektivní posouzení potřeb starších jedinců, jsou vysvětleny typy základních potřeb, které senioři mají, a způsoby, jak je posuzovat, a také tipy, jak je úspěšně řešit.

Plán lekce 1:

Modely pro pochopení základních potřeb starších lidí

Cíl:

Prozkoumat různé vývojové a koncepční modely pro pochopení základních potřeb starších lidí a pomoci pečovatelům přizpůsobit jejich přístup individuálním potřebám.

Délka: celkem 60 minut (včetně všech aktivit)

Aktivity:

1. Kritický přehled klíčových vývojových modelů (15 minut)
2. Praktické procvičování základních potřeb (30 minut)
3. Skupinová diskuse o nástrojích a technikách hodnocení potřeb seniorů (15 minut)

Potřebné materiály:

Pro aktivitu 1 (kritická recenze):

- Tabule nebo flipchart s fixami
- Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky



- Plakát Eriksonových etap psychosociálního vývoje
- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:

Pro aktivitu 2 (praktické procvičování základních potřeb):

- Tabule nebo flipchart s fixami
- Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky

Pro aktivitu 3 (skupinová diskuse):

- Tabule nebo flipchart s fixami
- Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky

Výsledky učení:

Na konci této lekce budou účastníci schopni:

- Pochopit klíčové vývojové modely, jako je Maslowův a Eriksonův, a jejich vztah k péči o seniory.
- Identifikovat fyzické, emocionální, sociální a duchovní potřeby starších dospělých.
- Rozvíjet dovednosti při posuzování a řešení nenaplněných potřeb starších jedinců.
- Aplikovat znalosti těchto modelů v praktických scénářích péče.

Seznam zdrojů a odkazů souvisejících s plánem lekce (styl APA):

- Erikson, EH (1950). *Dětství a společnost*. Norton.
- Maslow, AH (1943). Teorie lidské motivace. *Psychologická revue*, 50 (4), 370-396.
- Plakát Eriksonových etap psychosociálního vývoje
[https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-dev](https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc()/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-dev)



[elopment-5ac3df9e875db90037ffa803.png](#)

(viz plán lekce 1 – příloha 1)

- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:

https://study.com/cimages/multimages/16/maslow_pyramid.png

(viz plán lekce 1 – příloha 2)



AGEING WELL



JAK DOBŘE STÁRNOUT

WP3/ A1

Aktivita 1

KRITICKÝ PŘEHLED KLÍČOVÝCH VÝVOJOVÝCH MODELŮ

CARDET, Kypr

AKTIVITA 1

Titul aktivity: Kritický přehled klíčových vývojových modelů

Krátký popis teoretického kontextu aktivity:

Modely jsou klíčovými zdroji pro uvedení účastníků do pozadí daného tématu (témat). Budou představeny, vysvětleny a diskutovány klíčové vývojové modely, které pečovatelným poskytnou příležitost naučit se, pochopit a reflektovat tyto aspekty a jejich význam v pečovatelských rolích.

Cíle a činnosti:

- Pochopit klíčové vývojové modely, jako je Maslowův a Eriksonův, a jejich vztah k péči o seniory.
- Identifikovat fyzické, emocionální, sociální a duchovní potřeby starších dospělých.

Potřebné materiály:

- Bílá tabule nebo flip chart s fixami
- Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky pro psaní poznámek
- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:

https://study.com/cimages/multimages/16/maslow_pyramid.png



- Plakát Eriksonových etap psychosociálního vývoje
[https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\):format\(webp\)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png](https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc():format(webp)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png)

Délka aktivity: 15 min

Popis postupu činnosti:

Krok 1: Začněte zdůrazněním toho, že modely jsou klíčovými zdroji při seznamování účastníků s pozadím daného tématu (témat). Vysvětlete, že budou prezentovány, vysvětleny a diskutovány klíčové vývojové modely, které poskytují pečujícím příležitost naučit se, pochopit a uvažovat o těchto aspektech a jejich významu v pečovatelských rolích:

- *Maslowova hierarchie potřeb*: Řešení základních potřeb (jídlo, bezpečí) i vyšších potřeb (psychologické, seberealizace).
- *Eriksonova stádia psychosociálního vývoje*: Zaměření na pozdější životní fáze (integrita vs. zoufalství).

Krok 2: Poskytněte účastníkům dvě infografiky, které vizuálně vysvětlují následující modely, a vybídněte je, aby si je pečlivě prostudovali:

- *Maslowova hierarchie potřeb*: Řešení základních potřeb (jídlo, bezpečí) i vyšších potřeb (psychologické, seberealizace).
- *Eriksonova stádia psychosociálního vývoje*: Zaměření na pozdější životní fáze (integrita vs. zoufalství).

Krok 3: Požádejte účastníky, aby prodiskutovali význam těchto modelů v rané péči a proč jim pečovatelé musí rozumět.



Krok 4: Pozvěte účastníky, aby diskutovali a dělali si poznámky.

Krok 5: Po skupinové diskusi pozvěte účastníky na plenární diskusi.

Případné variace aktivity: /

Tipy a doporučení:

- o Uvědomte si, že toto téma se může dotknout osobních nebo citlivých oblastí, protože někteří účastníci mohou mít blízké vztahy se staršími jedinci, kteří mají problémy.
- o Povzbudte účastníky, aby při sdílení zkušeností používali konkrétní příklady, protože to může pomoci při identifikaci praktických řešení diskutovaných problémů.

Seznam zdrojů a odkazů souvisejících s aktivitou (styl APA):

- Plakát Eriksonových stadií psychického vývoje
[https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\):format\(webp\)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png](https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc():format(webp)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png)

(viz příloha 1)

- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:
https://study.com/cimages/multimages/16/maslow_pyramid.png

(viz příloha 2)

- Erikson, EH (1950). *Dětství a společnost*. Norton.



- Maslow, AH (1943). Teorie lidské motivace. *Psychologická revue*, 50 (4), 370-396.

Příloha 1: Plakát – Etapy psychického vývoje





Příloha 2: Plakát - Maslowova pyramida





Financováno
Evropskou unií



AGEING WELL JAK DOBŘE STÁRNOUT

WP3/A2

Aktivita 2

PRAXE

CARDET, Kypr



AKTIVITA 2

Titul aktivity: PRAXE

Krátký popis teoretického kontextu aktivity:

Stejně jako ve všech ostatních věkových skupinách mají senioři specifické potřeby: Fyzické potřeby, včetně mobility, výživy, zdravotního stavu; Emocionální potřeby, včetně osamělosti, vyrovnávání se se ztrátou; Sociální potřeby, včetně rodinných vazeb, zapojení komunity; a duchovní potřeby, včetně vytváření smyslu, náboženských praktik. Pro pečovatele je zásadní vědět, jak tyto potřeby posoudit.

Cíle a cíle činnosti:

- o Porozumět specifickým potřebám, které senioři mají (tj. fyzické, emocionální, sociální, duchovní);
- o Identifikovat nástroje, techniky a strategie k posouzení potřeb starších lidí.

Potřebné materiály:

- o Bílá tabule nebo flip chart s fixami
- o Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky pro psaní poznámek

Délka aktivity: (30 minut)

Popis postupu činnosti:

- o Krok 1: Rozdělte účastníky do malých skupin a přiřadte každé skupině konkrétní potřeby:
 - Fyzické potřeby (pohyblivost, výživa, zdravotní stav).
 - Emoční potřeby (samota, vyrovnávání se se ztrátou).
 - Sociální potřeby (rodinné vazby, zapojení komunity).
 - Duchovní potřeby (tvorba smyslu, náboženské praktiky).



Krok 2: Požádejte účastníky, aby pracovali ve skupinách a prozkoumali, jak by zhodnotili své přidělené potřeby u starších jedinců pomocí nástrojů, jako jsou kontrolní seznamy, konverzace nebo pozorovací techniky.

Krok 3: Požádejte skupiny, aby se zaměřily na:

- Identifikace běžných příznaků, kdy potřeby nejsou uspokojeny.
- Strategie, techniky a nástroje pro pečovatele k řešení těchto potřeb.

Případné variace aktivity: /

Tipy a doporučení:

- o Uvědomte si, že toto téma se může dotknout osobních nebo citlivých oblastí, protože někteří účastníci mohou mít blízké vztahy se staršími jedinci, kteří mají problémy.
- o Povzbudte účastníky, aby při sdílení zkušeností používali konkrétní příklady, protože to může pomoci při identifikaci praktických řešení diskutovaných problémů.

Seznam zdrojů a odkazů souvisejících s aktivitou (styl APA):

- Plakát Eriksonových stadií psychického vývoje
[https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\):format\(webp\)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psycho-social-development-5ac3df9e875db90037fa803.png](https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc():format(webp)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psycho-social-development-5ac3df9e875db90037fa803.png)
- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:
https://study.com/cimages/multimages/16/maslow_pyramid.png



- Erikson, EH (1950). *Dětství a společnost*. Norton.
- Maslow, AH (1943). Teorie lidské motivace. *Psychologická revue*, 50 (4), 370-396.



Financováno
Evropskou unií



AGEING WELL JAK DOBŘE STÁRNOUT

WP3/A3

Aktivita 3

SKUPINOVÁ ČINNOST: OSOBNÍ ZKUŠENOSTI

CARDET, Kypr



AKTIVITA 3

Titul aktivity: SKUPINOVÁ DISKUSE

Krátký popis teoretického kontextu aktivity:

Posouzení potřeb seniorů je pro pečovatele a další relevantní strany zásadní. Nástroje, techniky a strategie pro seniory jsou důležité pro hodnocení fyzických potřeb (pohyblivost, výživa, zdravotní stav); emoční potřeby (osamělost, vyrovnávání se se ztrátou), sociální potřeby (rodinné vazby, zapojení do komunity); a duchovní potřeby (včetně vytváření smyslu, náboženských praktik). Pro pečovatele je zásadní vědět, jak tyto potřeby posoudit.

Cíle a cíle činnosti:

- o Rozpoznat specifické potřeby, které starší lidé mají (tj. fyzické, emocionální, sociální, duchovní);
- o Zvýšit povědomí o nástrojích, technikách a strategiích pro hodnocení potřeb starších lidí.

Potřebné materiály:

- o Bílá tabule nebo flip chart s fixami
- o Notebooky nebo papíry a pera pro účastníky pro psaní poznámek

Délka aktivity: 15 min

Popis postupu činnosti:

Krok 1: Požádejte účastníky, aby prezentovali svá zjištění ve skupinách, sdíleli nástroje, strategie a techniky pro hodnocení potřeb seniorů.



Krok 2: Závěr se seznamem účinných nástrojů, strategií a technik pro hodnocení potřeb starších lidí.

Krok 3: Usnadněte diskusi o tom, jak lze tyto nástroje, techniky a strategie začlenit do každodenní rutiny péče.

Případné variace aktivity: /

Tipy a doporučení:

- o Uvědomte si, že toto téma se může dotknout osobních nebo citlivých oblastí, protože někteří účastníci mohou mít blízké vztahy se staršími jedinci, kteří mají problémy.
- o Povzbudte účastníky, aby při sdílení zkušeností používali konkrétní příklady, protože to může pomoci při identifikaci praktických řešení diskutovaných problémů.

Seznam zdrojů a odkazů souvisejících s aktivitou (styl APA):

- Plakát Eriksonových stadií psychického vývoje
[https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\):format\(webp\)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png](https://www.verywellmind.com/thmb/XRkF23COe3_SASx5t33_BH4EWyM=/750x0/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc():format(webp)/2795740-article-erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-5ac3df9e875db90037ffa803.png)
- Plakát Maslowovy hierarchie potřeb:
https://study.com/cimages/multimages/16/maslow_pyramid.png
- Erikson, EH (1950). *Dětství a společnost*. Norton.
- Maslow, AH (1943). Teorie lidské motivace. *Psychologická revue*, 50 (4), 370-396.