



Financováno  
Evropskou unií



# Jak dobře stárnout

Školicí program WP3/A1

## Modul 4

**Efektivní způsoby komunikace se staršími lidmi**

Za konsorcium Ageing Well vytvořil partner: Řecká asociace  
pozitivní psychologie - HAPPSY (Řecko)



Financováno  
Evropskou unií

### Partneři:

ELLINIKI ETAIREIA THETIKIS PSICHOLOGIAS (E10082922 - EL) / Řecká asociace pozitivní psychologie (HAPPSY)

### Autoři:

Vasiliki Yotsidi, PhD

### Datum:

21/10/2024



## Obsah

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Partneři:                                                                      | 1  |
| Autoři:                                                                        | 1  |
| Datum:                                                                         | 1  |
| Cíle                                                                           | 4  |
| 1. Význam komunikace se staršími lidmi                                         | 4  |
| 1.1 Komunikace a základní potřeby starších dospělých                           | 5  |
| 1.2 Zlepšení pohody a kvality života                                           | 5  |
| 1.3 Podpora aktivního stárnutí                                                 | 5  |
| 2. Bariéry komunikace mezi staršími lidmi a pečovateli                         | 5  |
| 2.1 Varovné signály problémů s komunikací                                      | 6  |
| 3. Základní podmínky komunikace se staršími lidmi                              | 6  |
| 3.1 Důvěra                                                                     | 6  |
| 3.2 Empatie                                                                    | 7  |
| 3.3 Respekt                                                                    | 7  |
| 3.4 Nenásilná komunikace                                                       | 7  |
| 4. Strategie a tipy k budování důvěry a podpoře empatie                        | 7  |
| 5. Efektivní komunikační dovednosti – lekce získané od starších lidí s demencí | 8  |
| 6. Interkulturní komunikace se staršími dospělými                              | 9  |
| 7. Praktická část: Cvičení a hraní rolí                                        | 10 |
| 7.1 Komunikační cvičení                                                        | 10 |
| 7.2 Hraní rolí                                                                 | 10 |
| 7.3 Simulační aktivity                                                         | 11 |
| 7.4 Digitální zdroje                                                           | 11 |
| 8. Závěr                                                                       | 12 |
| 9. Další vzdělávací materiál                                                   | 12 |
| 8.1 Online zdroje                                                              | 12 |



|                    |    |
|--------------------|----|
| 8.2 Video a návody | 12 |
| Reference          | 12 |
| Další čtení        | 13 |
| Hodnocení          | 15 |



Jak lidé stárnou, jejich komunikační potřeby se mohou měnit v důsledku fyzických, kognitivních nebo emocionálních faktorů. Efektivní komunikace je zásadní dovedností v péči o starší dospělé, podporuje porozumění, důvěru a emocionální spojení (Jack et al., 2019). Tento modul zkoumá:



## Cíle

Na konci tohoto modulu budou účastníci schopni:

1. vysvětlit alespoň tři důvody, proč je efektivní komunikace se staršími lidmi klíčová pro jejich pohodu a péči.
2. identifikovat alespoň tři běžné komunikační bariéry, kterým starší dospělí čelí, a demonstrovat dvě konkrétní techniky k překonání těchto bariér v reálných situacích.
3. implementovat alespoň dvě praktické strategie k vybudování důvěry, projevení empatie a podpoře respektu během interakcí se staršími dospělými, jak dokazují hraní rolí nebo diskuse o případových studiích.

## 1. Význam komunikace se staršími lidmi

Efektivní komunikace se staršími dospělými je zásadní z mnoha důvodů, především proto, že ovlivňuje jejich celkovou pohodu, sebevědomí a kvalitu života (O'Rourke et al., 2018). Jak lidé stárnou, mohou čelit problémům, jako jsou fyzické postižení, kognitivní úpadek, sociální izolace nebo ztráta nezávislosti, což může významně ovlivnit jejich pohodu. Výzkum zdůrazňuje, že sociální izolace a osamělost u starších dospělých může narušit imunitní systém, zvýšit stres a zvýšit depresi a úzkost



(Shankar et al., 2011). Smysluplná komunikace s pečovateli může tyto problémy zmírnit tím, že se zaměří na základní potřeby starších dospělých a podpoří kvalitu života a aktivní stárnutí.

### 1.1 Komunikace a základní potřeby starších dospělých

Komunikace je nezbytná pro uspokojení základních potřeb staršího dospělého, včetně emočního bezpečí, fyzické péče a sociální interakce. Otevřená a jasná komunikace umožňuje pečovateli porozumět specifickým potřebám seniorů – ať už jde o zvládání bolesti, udržování hygieny nebo hledání pohodlí. Tato výměna informací zajišťuje, že jejich potřeby jsou uspokojeny včas a vhodným způsobem (Sharkiya, 2023).

### 1.2 Zlepšení pohody a kvality života

Bylo prokázáno, že pravidelná pozitivní komunikace zlepšuje emocionální a psychickou pohodu starších lidí. Pomáhá jim zachovat si identitu, zachovat si důstojnost a zůstat společensky propojeni. Zapojení do konverzací, povzbuzení ke sdílení svých myšlenek a pocitů a projevení zájmu o jejich minulé zkušenosti přispívá k jejich mentální stimulaci a emočnímu uspokojení (Fakoya et al., 2020).

### 1.3 Podpora aktivního stárnutí

Komunikace je zásadní pro podporu aktivního stárnutí, protože pomáhá starším lidem zůstat společensky angažovaní, podílet se na rozhodování o péči o ně a zůstat zapojeni do komunitních aktivit. Efektivní komunikace umožňuje starším jedincům žít zdravější a plnohodnotnější život (Marzo et al, 2023).

## 2. Bariéry komunikace mezi staršími lidmi a pečovateli

Četné překážky mohou bránit efektivní interakci mezi staršími dospělými a pečovateli. Výzkum ukazuje, že mezi běžné komunikační bariéry patří:

- smyslové poruchy (např. ztráta sluchu nebo problémy se zrakem),
- kognitivní pokles (např. demence nebo ztráta paměti) a
- jazykové rozdíly (např. různé rodné jazyky nebo poruchy řeči v důsledku mrtvice) (Whitson, et al., 2018).

navíc



- ageismus a stereotypy o stárnutí mohou vyvolat zkreslení v komunikaci, což vede k povýšenému nebo odmítavému chování (Donizzetti, 2019).

Při obtížích jsou identifikovány dva hlavní komunikační vzorce (Ryan et al., 1986):

1. **Nedostatečná akomodace**, ke které dochází, když komunikující ignorují změny v mluvení a naslouchání související s věkem, což vede k potenciální sociální izolaci a nedorozumění, a

2. **Přílišné přizpůsobování se**, které vzniká z přílišného spoléhání se na negativní stereotypy, které mohou být urážlivé a povýšenecké (např. „mluva starších“ nebo „sekundární baby talk“), potenciálně odcizující starší dospělé od smysluplné interakce a nutí je zpochybňovat své vlastní komunikační schopnosti.

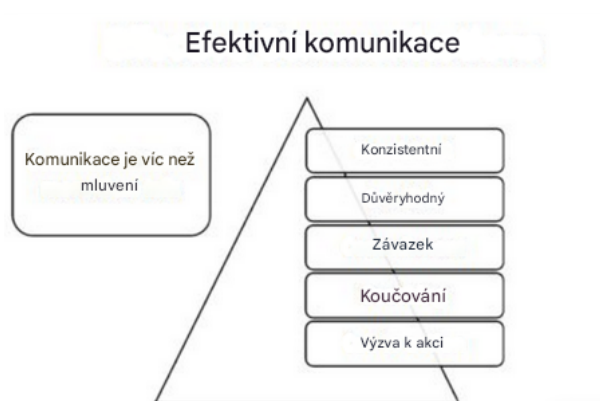
### 2.1 Varovné signály komunikačních potíží

Je nezbytné, aby pečovatelé sledovali varovné signály, které naznačují potíže s komunikací. Mezi tyto příznaky patří:

- Opakované dezinterpretace informací.
- Znamky frustrace, jako je podrážděnost nebo odstup od konverzace.
- Obtíže sledovat konverzace nebo poskytovat vhodné odpovědi.
- Náhlé změny v chování, jako je ticho nebo hněv, během diskuzí.

Když jsou tyto příznaky pozorovány, musí pečovatelé podniknout kroky k úpravě svých komunikačních metod a zajistit, aby se starší dospělí cítili slyšení, respektováni a pochopeni (Nussbaum et al., 2000).

### 3. Základní podmínky komunikace se staršími lidmi



Komunikace je víc než mluvení. Pro efektivní komunikaci se staršími dospělými je třeba vytvořit určité základní podmínky, aby se starší jedinci cítili pohodlně při vyjadřování. Mezi tyto podmínky patří důvěra, empatie, respekt a nenásilná komunikace.



### 3.1 Důvěra

Důvěra je základem každého smysluplného vztahu, zejména v péči. Starší dospělí musí důvěřovat svým pečovatelům, že jim poskytnou soucitnou a kompetentní péči. Budování důvěry vyžaduje důslednost, poctivost a spolehlivost. Pečovatelé by měli aktivně naslouchat, dodržovat sliby a zachovávat důvěrnost, aby podpořili důvěru (Zegwaard et al., 2017).

### 3.2 Empatie

Empatie je schopnost porozumět a sdílet pocity druhého člověka. Při komunikaci se staršími dospělými by se pečovatelé měli snažit vžít se do „kůže druhé osoby“, přiznat své emoce a reagovat soucitně. Empatie snižuje pocity izolace a frustrace tím, že potvrzuje zkušenosti starších dospělých (Jack, 2022).

### 3.3 Respekt

Respekt zahrnuje uznání důstojnosti a hodnoty starších dospělých bez ohledu na jejich fyzické nebo kognitivní schopnosti. Pečovatelé by se měli vyvarovat infantilizujících nebo povýšených řečí a místo toho by měli starší dospělé zapojovat jako sobě rovné. To zahrnuje používání vhodného jazyka, udržování očního kontaktu a respektování osobního prostoru a hranic (Kwame & Petrucka, 2021).

### 3.4 Nenásilná komunikace

Nenásilná komunikace (NVC) je komunikační metoda, která klade důraz na jasné a soucitné vyjadřování bez obviňování, kritiky nebo posuzování. NVC, vyvinutá psychologem Marshalllem Rosenbergem, se skládá ze čtyř složek: pozorování, pocity, potřeby a požadavky. Při komunikaci se staršími dospělými by pečovatelé měli:

1. Pozorovat situaci bez posuzování.
2. Identifikovat a vyjádřit své pocity ohledně situace.
3. Komunikovat své potřeby nebo touhy.
4. Vyslovit jasné a uctivé požadavky na akci.

NVC vybízí pečovatele, aby ke komunikaci se staršími dospělými přistupovali klidně a konstruktivně, minimalizovali konflikty a podporovali porozumění (Rosenberg, 2015).



## 4. Strategie a tipy k budování důvěry a podpoře empatie

Budování důvěry a podpora empatie v interakcích se staršími dospělými vyžaduje kombinaci komunikačních dovedností a ohleduplného chování. Následující strategie mohou pomoci pečovatelům podporovat pozitivní vztahy se staršími lidmi, o které pečují (Jack et al., 2019):

### 1. Aktivní naslouchání

Aktivní naslouchání znamená plně se soustředit na řečníka, porozumět jeho sdělení, zamyšleně reagovat a zapamatovat si, co bylo řečeno. Pečovatelé by se měli plně věnovat starším dospělým, neměli by je přerušovat a v případě potřeby klást objasňující otázky. To ukazuje, že jejich myšlenky a pocity jsou ceněny.

### 2. Použití pozitivní řeči těla

Řeč těla je kritickou složkou komunikace, zejména pro starší dospělé, kteří mohou mít problémy s verbální komunikací. Pečovatelé by měli udržovat oční kontakt, přikyvovat, aby dali najevo porozumění, usmívat se a zaujmout otevřený postoj. Tyto neverbální podněty pomáhají zprostředkovat vřelost a pozornost (Wanko Keutchafo et al., 2022).

### 3. Personalizace komunikace

Každý starší dospělý je jedinečný, má různé životní zkušenosti, preference a komunikační potřeby. Pečovatelé by měli přizpůsobit svůj komunikační styl tak, aby vyhovoval jednotlivci, s přihlédnutím k faktorům, jako je sluchové postižení, preferovaný jazyk a kognitivní schopnosti. Použití přístupu zaměřeného na člověka může pomoci starším lidem, aby se cítili respektováni a pochopeni (Ebrahimi et al., 2021; Sandler et al., 2019).

### 4. Trpělivost a klid

Starším dospělým může zpracování informací nebo odpovědi na otázky trvat déle kvůli kognitivním změnám nebo zdravotním stavům. Pečovatelé by měli zůstat trpěliví, vyhýbat se uspěchaným rozhovorům a dát starším dospělým dostatek času, aby se vyjádřili. Klid v řeči a chování pomáhá vytvářet prostředí s nízkým stresem, které přispívá ke smysluplné komunikaci.

### 5. Validace a potvrzení

Uznání pocitů a obav starších dospělých je zásadní pro budování důvěry. Pečovatelé by měli potvrdit své emoce vyjádřením empatie a porozumění, i když plně nesouhlasí s jejich perspektivou. Jednoduché výroky jako: „Chápu, že je to pro



tebe těžké“ nebo „Chápu, proč jsi naštvaný“ mohou způsobit, že se starší lidé budou cítit vyslyšení a respektováni.

## 5. Efektivní komunikační dovednosti – lekce získané od starších lidí s demencí

Existují úspěšné strategie, které mohou zlepšit komunikaci a zlepšit zkušenost s pečováním se staršími lidmi, včetně těch s demencí nebo jinými kognitivními poruchami ( Alsawy et al., 2019; Bender et al., 2022).

### 1. Zjednodušení jazyka

Pečovatelé by měli při komunikaci se staršími lidmi, zejména s těmi, kteří trpí demencí, používat jednoduchý, přímý jazyk. Je třeba se vyhnout složitým větám, žargonu a abstraktním myšlenkám. Namísto toho jsou účinnější krátká, jasná prohlášení nebo otázky, které se zaměřují na jednu myšlenku, čímž se však minimalizuje používání elderspeaku (McLaughlin, 2020).

### 2. Použití opakování a připomenutí

Starší dospělí s demencí mohou bojovat s udržení paměti. Pečovatelé mohou pomoci opakováním důležitých informací a jemnými připomínkami. Vizuelní podněty, jako jsou psané poznámky nebo obrázky, mohou také pomoci k porozumění (Nussbaum et al., 2000).

### 3. Udržování rutiny a obeznámenosti

Rutiny a obeznámenost poskytují starším dospělým pohodlí a bezpečí. Při komunikaci by se měli pečovatelé držet známých témat, používat konzistentní fráze a zapojit se do denních rutin, aby pomohli starším dospělým, zejména těm s demencí, cítit se lépe a snížit zmatek.

### 4. Pozitivní podpora

Pozitivní podporování může povzbudit spolupráci a zapojení u starších dospělých s demencí. Pečovatelé by měli chválit a povzbuzovat, když se jednotlivci vyjadřují nebo se účastní rozhovoru. Uznání jejich úsilí, a to i v malé míře, posiluje pozitivní chování.

### 5. Validační terapie

Validační terapie je přístup, kdy pečovatelé ověřují emoce starších dospělých s demencí spíše než opravují nebo odporují jejich realitě. Například v případě, kdy starší dospělý trvá na tom, že čeká na zesnulého člena rodiny, pečovatelé by se měli



zaměřit na jejich pocity a uznat je, aniž by se pokoušeli argumentovat nebo poskytovat faktickou opravu. Tato metoda snižuje úzkost a podporuje pocit bezpečí (Brown et al., 2020).

## 6. Interkulturní komunikace se staršími dospělými

Interkulturní komunikace mezi pečovateli a staršími dospělými může být náročná kvůli rozdílům v několika oblastech:

kulturní hodnoty

normy

styl komunikace

Aby pečovatelé mohli poskytovat respektující, empatickou a efektivní péči, musí rozumět tomu, jak tyto faktory ovlivňují interakce.

- Například **kolektivistické kultury** (např. východní Asie, Blízký východ) zdůrazňují úctu ke starším a rodinnou hierarchii, často vyžadující formální komunikaci. Naproti tomu **individualistické kultury** (např. severoamerická, západoevropská) upřednostňují osobní autonomii a podporují neformálnější komunikaci a rozhodování.
- **Neverbální komunikace** se také liší napříč kulturami. **Kultury s vysokým kontextem** (např. Japonsko, Čína) spoléhají na jemné podněty a neverbální signály, zatímco **kultury s nízkým kontextem** (např. USA, Německo) preferují přímou a jasnou komunikaci. Navíc fyzická blízkost, gesta a oční kontakt mohou mít různé významy. Například udržování očního kontaktu je ceněno v západních kulturách, ale v některých asijských nebo blízkovýchodních kulturách může být považováno za konfrontační. Pečovatelé musí mít na paměti tyto nuance, aby se vyhnuli špatné komunikaci a vybudovali si důvěru.
- **Kulturní vnímání zdraví, stárnutí a zapojení rodiny do rozhodování** ovlivňuje komunikaci. V kolektivistických společnostech mohou rodinní příslušníci hrát významnou roli při rozhodování o zdravotní péči, zatímco individualistické kultury se mohou soustředit na autonomii starších dospělých. Pečovatelé se musí orientovat v této dynamice, respektovat preference jak staršího dospělého, tak jeho rodiny a zároveň se přizpůsobovat kulturním očekáváním.



## 7. Praktická část: Cvičení a hraní rolí

Efektivní komunikace se staršími dospělými je dovednost, kterou lze rozvíjet praxí a školením. Zde je několik praktických cvičení a nástrojů, které mohou pečovatelé použít ke zlepšení svých komunikačních dovedností:

### 7.1 Komunikační cvičení

**Cvičení aktivního naslouchání** : Ve dvojicích jedna osoba mluví dvě minuty o tématu, zatímco druhá poslouchá bez přerušování. Posluchač pak shrne, co bylo řečeno, se zaměřením na porozumění a empatii.

**Cvičení empatie** : Účastníci popisují náročnou situaci z pohledu staršího dospělého s ohledem na jeho emocionální a fyzické zkušenosti. To pomáhá rozvíjet empatické reakce.

### 7.2 Hraní rolí

Pečovatelé mohou hrát běžné scénáře péče, jako je pomoc při každodenních činnostech, zvládnutí obtížné konverzace nebo zvládnutí emočního výbuchu. Simulací těchto situací mohou pečovatelé procvičovat efektivní komunikační techniky, jako je aktivní naslouchání, neverbální a nenásilná komunikace.

### 7.3 Simulační aktivity

Simulace mohou účastníky ponořit do scénářů ze skutečného života, aby si procvičili komunikační strategie. K vytvoření poutavých zážitků můžete použít předem nahraná videa nebo interaktivní digitální nástroje.

#### **Zkušenosti se simulací stárnutí**

Vytvořte simulaci, kde si pečovatelé vyzkouší, jaké to je komunikovat se smyslovým postižením. Použijte nástroje, které simulují:

- **Ztráta sluchu** : Požádejte účastníky, aby nosili sluchátka s potlačením hluku, aby simulovali středně těžké až těžké poškození sluchu.
- **Ztráta zraku** : Poskytněte brýle, které simulují běžné problémy se zrakem, jako je šedý zákal nebo makulární degenerace.



- **Kognitivní výzvy** : Předkládejte účastníkům úkoly a simulujte kognitivní problémy, jako je ztráta paměti nebo zmatenost, abyste jim pomohli pochopit, jak frustrující může být komunikace pro starší dospělé.

#### 7.4 Online zdroje a videa

Zde jsou video zdroje, které demonstrují některé osvědčené postupy v komunikaci mezi pečovatelem a pacientem:

- Empatie, soucit a soucit Únava – nejlepší praxe péče zaměřené na pacienta  
[https://www.youtube.com/watch?v=G9YkN\\_VXW-0](https://www.youtube.com/watch?v=G9YkN_VXW-0)  
Komplexní pohled na to, jak mohou pečovatelé vyvážit empatii a soucit a zároveň zvládat potenciální syndrom vyhoření, což je klíčové pro udržení dlouhodobé efektivní péče.
- Negativní slova často používaná ve zdravotnictví - Patient Centered Care Best Practice  
<https://www.youtube.com/watch?v=E47oHb8pL4s>  
Toto video uvádí přehled nejpoužívanějších slov lékařů, která jsou spojena s negativním vnímáním pacientů a rodin
- Prokázání přijetí, citlivosti a empatie k vybudování vztahu s pacientem  
<https://www.youtube.com/watch?v=99sMEzQATTs>  
Tento zdroj pokrývá techniky pro budování pevných vztahů s pacienty prokazováním citlivosti, empatie a přijetí v komunikaci.

#### 8. Závěr

Závěrem lze říci, že efektivní komunikace se staršími dospělými je nezbytná pro podporu jejich pohody, důstojnosti a kvality života. Cvičením empatie, respektu a nenásilné komunikace mohou pečovatelé budovat smysluplná spojení, překonávat komunikační bariéry a zlepšit celkový zážitek z péče. Upřednostňování jasné, soucitné komunikace podporuje důvěru a podporuje aktivní stárnutí.



## 9. Další vzdělávací materiál

### 8.1 Online zdroje

- Komunikační tipy pro Alzheimerovu společnost. Dostupné online na [www.alz.org](http://www.alz.org)
- Světová zdravotnická organizace – Aktivní stárnutí a komunikace. Dostupné na [www.who.int](http://www.who.int)
- Relajo-Howell, D. (2022, 15. července). Proč je komunikace pro starší dospělé tak důležitá. *Psychreg*.  
<https://www.psychreg.org/why-communication-important-older-adults/>
- Národní institut pro stárnutí. (nd). *Povídání se staršími pacienty: Tipy pro zdravotníky*. Státní zdravotní ústav. Získáno 13. září 2024 z <https://www.nia.nih.gov/health/health-care-professionals-information/talking-your-older-patients#tips>
- Komunikace se staršími dospělými. Přehled toho, co skutečně funguje, na základě důkazů. The Gerontological Society of America, 2012.
- [https://www.lasell.edu/Documents/talk-of-ages/GSA\\_Communicating-with-Older-Adults-low-Final.pdf](https://www.lasell.edu/Documents/talk-of-ages/GSA_Communicating-with-Older-Adults-low-Final.pdf)

### 8.2 Video a návody

- TED Talk: " Další revoluce ve zdravotnictví? Empatie"



## Reference

- Bender, EN, Savundranayagam, MY, Murray, L., & Orange, JB (2022). Podpůrné strategie pro neverbální komunikaci s osobami žijícími s demencí: Přehled rozsahu. *International Journal of Nursing Studies*, 136, 104365. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2022.104365>
- Brown, EL, Agronin, ME, & Stein, JR (2020). Intervence ke zvýšení empatie a péče zaměřená na člověka u jedinců s demencí: Systematický přehled. *Výzkum v gerontologickém ošetřovatelství*, 13 (3), 158–168. <https://doi.org/10.3928/19404921-20191028-01>
- Ebrahimi, Z., Patel, H., Wijk, H., Ekman, I., & Olaya-Contreras, P. (2021). Systematický přehled provádění intervencí péče zaměřené na člověka pro starší lidi v mimonemocničním prostředí. *Geriatrické ošetřovatelství*, 42 (1), 213–224. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2020.08.004>
- Jack, K. (2022). Prokázání empatie při komunikaci se staršími lidmi. *Ošetřování starších lidí*. <https://doi.org/10.7748/nop.2022.e1378>
- Jack, K., Ridley, C., & Turner, S. (2019). Efektivní komunikace se staršími lidmi. *Ošetřování starších lidí*. <https://doi.org/10.7748/nop.2019.e1126>
- Nussbaum, JF, Pecchioni, LL, Robinson, JD, & Thompson, TL (2000). *Komunikace a stárnutí* (2. vyd.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781410606075>
- Rosenberg, M. (2015). *Nenásilná komunikace: Jazyk života* (3. vydání). PuddleDancer Press.
- Ryan, EB, Giles, H., Bartolucci, G., & Henwood, K. (1986). Psycholingvistické a sociálně psychologické složky komunikace u seniorů a se seniory. *Jazyk a komunikace*, 6 (1-2), 1-24. [https://doi.org/10.1016/0271-5309\(86\)90002-9](https://doi.org/10.1016/0271-5309(86)90002-9)



## Další čtení

Alsawy, S., Tai, S., McEvoy, P., & Mansell, W. (2020). „Je hezké si myslet, že mě někdo poslouchá, místo toho, abych řekl ‚oh, drž hubu“: Lidé s demencí přemýšlejí o tom, co dělá komunikaci dobrou a smysluplnou. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 27 (2), 151–161. <https://doi.org/10.1111/jpm.12559>

Donizzetti, AR (2019). Ageismus ve stárnoucí společnosti: Role znalostí, úzkosti ze stárnutí a stereotypů u mladých lidí a dospělých. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16 (8), 1329. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081329>

Fakoya, OA, McCorry, NK a Donnelly, M. (2020). Intervence osamělosti a sociální izolace pro starší dospělé: Přehled recenzí. *BMC Public Health*, 20 , 129. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8251-6>

Kwame, A., & Petručka, PM (2021). Literární studie o péči zaměřené na pacienta a komunikaci v interakcích sestra-pacient: Bariéry, facilitátoři a cesta vpřed. *BMC Nursing*, 20 , 158. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00684-2>

Marzo, RR, Khanal, P., Shrestha, S., Mohan, D., Myint, PK, & Su, TT (2023). Determinanty aktivního stárnutí a kvality života u starších dospělých: Systematický přehled. *Frontiers in Public Health*, 11 , 1193789. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1193789>

McLaughlin, K. (2020). Rozpoznat elderspeak a jak se vyhnout jeho používání u starších lidí. *Praxe duševního zdraví* . <https://doi.org/10.7748/mhp.2020.e1472>

O'Rourke, HM, Collins, L., & Sidani, S. (2018). Intervence k řešení sociální propojenosti a osamělosti u starších dospělých: Přehled rozsahu. *BMC Geriatrics*, 18 , 214. <https://doi.org/10.1186/s12877-018-0897-x>

Shankar, A., McMunn, A., Banks, J., & Steptoe, A. (2011). Osamělost, sociální izolace a indikátory chování a biologického zdraví u starších dospělých. *Psychologie zdraví*, 30 (4), 377–385. <https://doi.org/10.1037/a0022826>

Sharkiya, SH (2023). Kvalitní komunikace může zlepšit zdravotní výsledky u starších pacientů zaměřené na pacienta: Rychlý přehled. *BMC Health Services Research*, 23 (1), 886. <https://doi.org/10.1186/s12913-023-09869-8>

Sundler, AJ, Hjertberg, F., Keri, H., & Holmström, IK (2020). Atributy komunikace zaměřené na člověka: Kvalitativní zkoumání komunikace se staršími lidmi v domácí



zdravotní péči. *International Journal of Older People Nursing*, 15 (1), e12284. <https://doi.org/10.1111/opn.12284>

Wanko Keutchafo, EL, Kerr, J., & Baloyi, OB (2022). Model efektivní neverbální komunikace mezi sestrami a staršími pacienty: Teorie založená na teorii. *Healthcare (Basilej)*, 10 (11), 2119. <https://doi.org/10.3390/healthcare10112119>

Whitson, HE, Cronin-Golomb, A., Cruickshanks, KJ, Gilmore, GC, Owsley, C., Peelle, JE, Recanzone, G., Sharma, A., Swenor, B., Yaffe, K., & Lin, FR (2018). Americká geriatrická společnost a Národní institut na stárnoucí konferenci od lavice k posteli: Smyslové poškození a kognitivní pokles u starších dospělých. *Journal of the American Geriatrics Society*, 66 (11), 2052–2058. <https://doi.org/10.1111/jgs.15506>

Zegwaard, MI, Aartsen, MJ, Grypdonck, MH, & Cuijpers, P. (2017). Důvěra: Nezbytná podmínka při aplikaci podpůrné intervence pečovatele v ošetrovatelské praxi. *BMC Psychiatry*, 17 (1), 47. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1209-2>



Financováno  
Evropskou unií