

RECENZE

Wolf, A. F.: *Kde věda potkává ducha*, Praha: Triton, 2009, 1. vyd., 139 s.
ISBN 978-80-7387-287-8

Jan Vitoň

Doktor Quantum, jak je nazýván americký fyzik Fred Alan Wolf, Ph.D., (1934) je mimo svou exaktní profesi, avšak v tomto případě by se spíše hodilo říci v rámci své profese, autorem dvanácti knih, jejichž leitmotivem je mj. právě vztah mezi vědomím a fyzikou, fyzickým v našem životě a myšlenkou, duchem, vědomím. V r. 1982 mu byla za knihu **Kvantový skok** (Taking the Quantum Leap) udělena americká Národní cena za literaturu (National Book Award). Na festivalu Pražské brány uvedl v roce 2008 osobně úspěšný film *What the Bleep Do We Know* (CoMyJenVíme), který jako jeden mnoha vznikl z jeho myšlenkového podnětu. Útlá kniha **Kde věda potkává ducha**, která se jako příslovečná první vlaštovka z jeho bohatého literárního portfolia nedávno dostala českým čtenářům do rukou, obsahuje autorem vybrané úvahy z jeho dosavadních děl. Nahlédneme s ním pod pokličku termínu, který označuje něco, co neexaktní čtenáře, jichž je nepochybně většina, přinejmenším děsí. Jen považte – kvantová fyzika: „*Takže, proč je porozumění kvantovému vesmíru tak důležité? Protože to probouzí nádherný a slastný pocit – objeví se nový pohled na život. Nejprve odhalíte, proč přemýšlíte tak, jak přemýšlíte. Přijdete na to, co vás k tomu dovedlo, a potom přijdete na to, jak to změnit. Kvantová fyzika nabízí nové způsoby myšlení a nové způsoby bytí na tomto světě. Ty, myslím, zlepšují různé věci, které děláte, ať už je to procházka, rozhovor nebo řízení auta. Čemukoli v podstatě nezáživnému mohou dodat auru radosti, protože nové metafory poskytují nové způsoby a přístupy k každé stránce vašeho života. Kvantová fyzika je důležitá též proto, že přispívá k úchvatnému spektru rozličných technologií. Dnes už sotva kolem sebe najdete přístroj, který by někde uvnitř neměl malý počítač. A to je kvantová fyzika v praxi. Celá digitální éra by nebyla možná bez kvantové fyziky. Má obrovský vliv na biologii a lékařství. Největší vědecký problém, kterému čelí kultura dvacátého prvního století, je vztah těla a mysli. Se všemi těmi novými léky a nově sesbíranými vhledy do toho, co je základem zdraví, nám kvantová fyzika umožňuje skutečně chápat, jak odvěké duchovní náhledy na tělo a moderní vědecká hlediska potvrzují, že vědomí může*

pozměnit realitu. Tak se všechny nemoci mohou stát minulostí, jako dnes neštovice.“

V autorově malé knize, jak je v úvodu nazývána, platí to, co si mnohdy nechceme přiznat (a mnohé to ani nenapadne): čím víc se toho dozvídáme o světě, vesmíru, tím více se toho dozvídáme především o sobě, ale musíme chutnat! To, že je člověk výjimečnou bytostí se vším, co k tomu patří, není jen dar, ale především závazek. Aniž by se na stránkách knihy explicitně rozebíraly povinnosti příslušníků lidského druhu, tady a teď, vycítíme, že autor klade důraz především na to, čím je lidská bytost na rozdíl od jiných obdařena, ale neváží si toho. Povinnost myslet a tvořit: „*Tvořit je hlavní plán vesmíru. Nicméně tvořivost ustanovuje cenu za svou svobodu. Říká, že je třeba být svobodný od minulých souvztažností a součinností, které nás svazují. „Odvaž mě, uvolni mě z příčinných zakotvení. Udělej to, Ó, Vesmíre, a já pro tebe udělám zázraky. Postavím a vytvořím stroje, formy umění a lidi – různé druhy lidí a také jiné žijící inteligence. „Je to tak, že mysl a hmota nemohou být odděleny. Mysl je nadějí hmoty. Funkce hmoty je vzájemně reagovat, ovlivňovat, působit na sebe, a tím mít vzájemný vztah (stavět nové struktury). Vesmír skutečně staví sám sebe. Funkce mysli je rozebrat tyto struktury, analyzovat a dekodovat zákony přírody, prozkoumat a tvořit nebo znovuvytvářet nové struktury. Vesmír je, aby byl tvořen. Mysl je, aby tvořila.*“

Výběr z Wolfových úvah je jen dalším důkazem toho, jak pestře nahlížený může v současnosti 21. století být vztah vědy a ducha, hmoty a myšlenky, víry a exaktního poznání. Vedle mnoha dalších publikací a autorů uvedme např. knihu **Miroslava Plzáka – Kostky byly vrženy. Úvaha o lidské duši, jež by mohla být i nesmrtelná** (2003) nebo publikaci **Pavla Javornického – Když se víra s vědou nehádá** (2008). Je příznačné, že se všichni autoři podobných prací prezentují jako více či méně věřící a je jim vlastní něco, co si člověk od počátku své vědomé existence připomínal, zprvu naivně, později prostřednictvím svých osvětenějších představitelů – **pokora ke světu, který nestvořil, ale který stvořil jeho**. Kdybych chtěl být pesimistický, mohl bych říci,

že objevujeme dokonalé, které chceme mít ještě dokonalejší v procesu vývoje světa, který už měl, řečeno s nadsázkou, v programu naší současnost v době, kdy jsme o sobě jako lidstvo měli jen velice matnou představu. S následujícími úvahami se z úst kvantového fyzika asi každodenně nesetkáváme: „*Pouhý fakt, že vůbec existuje nějaký svět, je tak zázračný a tak nevysvětlitelný, že ve chvíli, kdy si to uvědomíme, bychom měli být naplnění úctou a štěstím, navzdory jakýmkoli nedostatkům, které cítíme v dennodenním životě. Ten fakt, že sami existujeme v materiální formě, není o nic méně zázračný, a je lehce možné, že utrpení, které vidíme kolem sebe, i to, které cítíme uvnitř, je průvodním jevem a výsledkem té skutečnosti, že jsme duše žijící v materiální formě. Jsme pouhé odrazy jedné myslí v mnohostranném zrcadle.*“

S pokorou by měla ruku v ruce jít zodpovědnost a uvědomění si toho, že jeden každý z nás je vyvoleným stát se účastníkem zázraku, kterým je život. Doktor Quantum k tomu na závěr své knihy lakonicky poznamenává: „*Život je prazvláštní cesta. Je to cesta tam a zpátky. Skončíme tam, kde jsme začali.*“

Recenzent:

PhDr. Jan Vitoň, Ph.D.

Absolvent Filozofické fakulty UK v Praze, který působí na ZSF JU v Českých Budějovicích jako odborný asistent na katedře etiky a filozofie v pomáhajících profesích.

RECENZE

Janečková, H., Vacková, M.: Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory. Praha: Portál, 2010. 152 s. ISBN 978-80-7367-581-3

Lenka Motlová

V Předmluvě a poděkování autorky uvádějí, že publikace je rozšířenou a upravenou podobou textu, který byl vydán poprvé pod názvem *Jsem to pořád já* s podtitulem *Využití vzpomínek v práci se seniory – reminiscence a životní příběh* v roce 2007 za podpory Interní grantové agentury IGA MZ ČR č. 8488-3/2005. Tento projekt se týkal studia vlivu reminiscenční terapie na zdravotní stav a kvalitu života seniorů žijících v institucionální péči. Jedna z autorek knihy byla hlavní řešitelkou výzkumného projektu a tým dále tvořily doc. MUDr. Iva Holmerová, Ph.D. (ředitelka Gerontologického centra Praha), MUDr. Hana Vaňková a JUDr. Taťjana Kašlíková (lektorka a konzultantka). Druhá v pořadí autorek publikace (ředitelka Geriatrického centra v Týništi nad Orlicí) se věnovala rozvíjení práce se vzpomínkami v praxi. Autorky děkují Pam Schweitzer, která jim přiblížila komunitní reminiscenční centrum britské charitativní organizace *Age Exchange* v Londýně a pozvala Českou alzheimerovskou společnost k účasti na mezinárodním projektu *Making Memories Matter*

(Živé vzpomínky). Poděkování autorek patří ředitelce domova důchodců v Bystranech u Teplic Miroslavě Bartošové za poskytnutí fotografií reminiscenčních kufrů, dále dvanácti pracovníkům ostatních domovů za spolupráci na výzkumném projektu, Mgr. Renátě Novotné a PhDr. Anně Jílkové za fotografie seniorů ohledně vzpomínkových aktivit a získání souhlasu s jejich uveřejněním. Poděkování autorek patří též „*rodinám za pochopení a podporu při psaní této knihy a svým rodičům, z nichž někteří dnes už nežijí, za vyprávění jejich vzpomínek.*“

V Úvodu autorky zmiňují, že vzpomínky a vzpomínání jsou přirozenou duševní činností člověka a vybavování vzpomínek v různých souvislostech během života člověka je základem lidské identity. Lidský život se skládá z řady změn a v období stáří jsou časté četné ztráty. A právě vzpomínky napomáhají udržovat identitu člověka. „*Vzpomínky významnou měrou ovlivňují kvalitu lidského života. Jsou nástrojem kontaktu, který máme se sebou samými i se svým okolím, potvrzují kontinuitu našeho života. Ve vzpomínkách*

se člověk vyrovnává s tím, co prožil, s nejrůznějšími křivdami a konflikty. Skrz své vzpomínky bilancuje svůj životní příběh, aby jej nakonec mohl přijmout, smířit se a dosáhnout životní zralosti a naplnění.“

Teoretickou část knihy tvoří pět kapitol. V první kapitole Úloha vzpomínek v kontextu stárnutí – teoretická východiska je zmíněna práce psychoanalyticky orientovaného psychologa Erika Eriksona (1902–1994), který nazývá senium stadiem životní integrity a moudrosti. Úkolem tohoto stadia je dosažení integrity, tj. úplnosti, celistvosti a naplnění. Autorky zmiňují, že „pokud starý člověk potlačuje své nevyřešené vztahy, konflikty či křivdy a objevují se pocity, že čas je příliš krátký na to, aby se pokusil začít jiný život a vyzkoušel jinou cestu k integritě, může se dostavit úzkost, beznaděj a zoufalství“. V kapitole je také uvedeno Osm věků člověka – osm stadií vývoje lidského života podle Eriksona, práce gerontologa a psychiatra Roberta N. Hitlera (nar. 1927) věnujícího se longitudinálním výzkumům zdravých seniorů a práce Naomi Failové (nar. 1932) rozvíjející koncept validace. Dále se dočítáme, že na vzpomínání může být nahlíženo jako na adaptační hodnoty. Reminiscence může podle názoru některých autorů plnit funkci intrapersonální, interpersonální a poznávací – informační – výukovou.

Ve druhé kapitole autorky objasňují pojem reminiscence (z lat. *reminiscere* – vzpomenout si, rozpomenout se, obnovit paměť). Podle slovníku cizích slov reminiscence znamená vzpomínku, ohlas, úvahu vycházející ze vzpomínky. Pojem reminiscence používá i angličtina, kdy pojem *memory* (lat. *memoria* – vzpomínka, *commemorare* – vzpomínat) je uveden ve spojení např. *memory box* (vzpomínková bedna, *memobox*), *memory* (nebo *reminiscence*) *centre*, tj. reminiscenční centrum. Vysvětlen je rovněž pojem reminiscenční terapie, který je označován jako rozhovor terapeuta se seniorem či skupinou seniorů o jeho (jejich) dosavadním životě, dřívějších aktivitách, prožitých událostech a zkušenostech, často při použití pomůcek – starých fotografií, starých předmětů, nástrojů a pomůcek atd. Pam Schweitzer, ředitelka reminiscenčního centra v Londýně a zakladatelka a koordinátorka Evropské reminiscenční sítě (*European Reminiscence Network*), však nedoporučuje nazývat reminiscenční přístup (aktivity) terapií, ale dívá se na reminiscenci jako na psychosociální intervenci. V kapitole jsou též popsány narativní přístupy, reflektující přístupy,

expresivní a informační přístupy (biografie) a validační techniky podle Naomi Failové. Mezi validační techniky patří např. centrování, empatie, parafrázování, představa protikladu, reminiscence, zrcadlení, dotek, používání hudby atd.

Třetí a čtvrtá kapitola je věnována výzkumu vlivu reminiscenční terapie na kvalitu života seniorů a praktickému využití vzpomínek. „*Jednoznačně byl prokázán také pozitivní vliv používání metod reminiscenční terapie na rozsah znalostí personálu o klientech. Pracovníci mohou využívat těchto znalostí při své každodenní práci se seniory, což se odráží v jejich vyšší motivaci a redukci pracovního stresu.*“ Reminiscenční terapie je přínosná pro aktivní i pasivní účastníky a její použití je možné i u klientů se syndromem demence, tzn. že pozitivně ovlivňuje jejich kognitivní funkce. Vzpomínky seniorů se dají využít v sociální práci, oblasti společenských věd (např. kulturní antropologii, historii) a v oblasti podpory zdraví v komunitě. Poslední, pátá kapitola teoretické části se týká osobnosti a reminiscence. Zmíněna je práce kanadského psychologa Philippa Cappelieze, jenž zkoumal vztahy mezi osobnostními rysy starého člověka a efektem reminiscence. „*Potvrdilo se, že extroverti – aktivní, společenštití, hovorní senioři – využívají vzpomínek především k navazování sociálních kontaktů a při konverzaci. Vzpomínky také prohlubují jejich intimní vztahy k lidem, kteří již odešli. [...] Bylo zjištěno, že apatie, nedostatek životního směřování a životního smyslu podněcuje vzpomínání s podtextem myšlenek na smrt. Vzpomínky spojené s předáváním zkušeností a informací o minulosti spíše nesouvisí s osobnostními charakteristikami, ale s momentální náladou člověka.*“

Druhá část monografie (12 kapitol) je prakticky zaměřená, což lze považovat za velmi přínosné a obohacující. Nacházíme zde předpoklady pro uplatnění reminiscence ze strany personálu, význam vzpomínek, překážky, typologii aktivit, přípravu na reminiscenční práci, využití vzpomínek při práci se skupinou seniorů, využití reminiscence při práci s klienty s demencí, kreativní využití vzpomínek – reminiscenční divadlo, vzpomínkové krabice, knihy života, mapy života a knihy životního příběhu. Autorky neopomněly zmínit a uvést příklady pozitivní komunikace, destruktivní komunikační vzorce, příklady ponižování. Přínos reminiscenčních metod autorky vidí takto: „*Reminiscenční metody zaměřené na životní bilancování a hodnocení prožitého života (životní rekapitulace, validace, exprese emocí)*

pomáhají vyrovnat se s problémy, pochopit význam různých událostí a nalézt smysl života a životní spokojenost.“

Programy využívající reminiscenci mohou být podle autorek publikace určeny pro obyvatele domovů pro seniory, obyvatele obce (městské čtvrti či jiné komunity), pro osoby s demencí a pro osoby s demencí společně s členy jejich rodin (primárními pečovateli). Pozornost je věnována také tématu individuálního vzpomínání a výběru účastníků pro skupinovou práci se vzpomínkami. Prakticky je zaměřena desátá kapitola s názvem Typologie aktivit, kde jsou popsány aktivity podle cíle (sociální začlenění, rekapitulace života, expresivní vyjádření emocí – otevření se, předávání zkušeností – poznatků), aktivity podle použitých komunikačních prostředků (verbální a neverbální metody) a aktivity podle výsledku (nemateriální a materiální).

Pracovníci věnující se péči o seniory v sociálních zařízeních určitě uvítají následující kapitoly. Dozvědí se, že *„základem je dobrá znalost dějinných událostí a společenských poměrů, které provázely životy současných starších lidí. Důležité jsou i lokální historické události, dobová atmosféra, osobnosti, specifika dané lokality apod. Pro každého, kdo se chce systematicky věnovat práci se vzpomínkami, je výhodou, když si dokáže propojit život svých klientů s tím, co se v době jejich mládí dělo ve společnosti jako celku i místní komunitě“*. Ve dvanácté kapitole se dozvídáme řadu praktických a užitečných informací, jak lze využít vzpomínek při práci se skupinou seniorů. Zmíněna je struktura a samotný průběh reminiscenční skupiny, tj. počet členů, frekvence a délka sezení. Jasně a srozumitelně jsou popsány cíle reminiscenční skupiny a motivace seniorů, prostorové uspořádání reminiscenční skupiny, témata skupinových rozhovorů, komunikace ve skupině, role a základní dovednosti facilitátora včetně problémů spojených s touto rolí. Následně autorky upozorňují na problematiku situace při práci s reminiscenční skupinou, uvádějí rizika vyplývající ze skupinové dynamiky a struktury a problémy spojené s obsahem vzpomínek.

V kapitole s názvem Reminiscence v péči o osoby s demencí můžeme najít informace o skupinové práci s lidmi postiženými syndromem demence, speciální vzpomínkové podněty, přizpůsobení reminiscenčních aktivit této cílové skupině klientů. Šestnáctou kapitolu uvítají zejména laičtí, ale i profesionální pečovatelé, kde jsou podkapitoly zaměřené na rodinu při adapta-

ci seniora v instituci a reminiscenci v rodinách se seniory. Jako přínosné lze vnímat kapitoly patnáct až sedmáct, kde jsou uvedeny a konkrétně popsány jednotlivé metody reminiscenční práce, jako jsou reminiscenční divadlo, knihy života, mapy života, knihy životního příběhu. Poslední kapitola se týká vzpomínkových (reminiscenčních) krabic (memoboxy), *„které mohou mít podobu bedny, krabice, kufru, archivu v krabici, ale i koláže, knihy života, vzpomínkového zátiší. Většinou jde o uspořádání životních portrétů starších lidí v miniaturním prostoru bedny, krabice či kufru, jejichž prostřednictvím mohou lidé citlivým a zajímavým způsobem zveřejnit svůj životní příběh. Výsledkem mohou být vyznané umělecké a historické artefakty, které mohou být součástí dekorace interiéru nebo z nich může být připravena výstava“*.

V osmnácté a devatenácté kapitole je krátké shrnutí problematiky reminiscence a jejího využití při práci se seniory a závěr knihy. Publikace obsahuje Přílohu, ve které je mimo jiné přiložen slovníček pojmů, informovaný souhlas s účastí na výzkumu, škála reminiscenčních funkcí, příklad časové osy, pozvánka pro členy reminiscenční skupiny, sebehodnotící dotazník asistentky reminiscenční skupiny a záznam o aktivitě členů reminiscenční skupiny. Na konci knihy je použitá literatura a zdroje, odkazy na projekty a webové stránky.

Podle autorek má tato publikace *„přispět k tomu, aby pracovníci v domovech pro seniory více využívali vzpomínek a aktivit s reminiscenčními prvky v každodenním kontaktu se svými klienty, aby zařazovali různé metody práce se vzpomínkami do programů aktivit a navazovali na prožité životní příběhy lidí při společné tvorbě individuálních plánů pro pobyt v instituci. Podobně chce tato kniha pomoci i pečovatelkám a pečovatelům, osobním asistentkám i asistentům, kteří o staré lidi profesionálně pečují v jejich domácnostech. Rodinám starajícím se o své starší členy chce tato publikace připomenout význam vzpomínek v životě člověka a seznámit je s možnostmi začlenění vzpomínek v životě člověka do nejrůznějších aktivit pro stárnoucí partnery, rodiče, prarodiče či jiné příbuzné. Chce přispět k oživení hodnoty vzpomínek jako důležitého zdroje rodinných tradic i národní kultury“*.

Tuto teoreticky i především prakticky zaměřenou a čtivou monografii využijí nejen profesionální, ale i laičtí profesionálové zabývající se péčí o seniory a klienty postižené syndromem demence. Ocení ji i ostatní pracovníci z pomá-

hajících profesí, stejně tak jako studenti sociální práce, gerontologie, psychologie a společenských věd.

Recenzentka:

Mgr. Lenka Motlová vystudovala na ZSF JU magisterský studijní program Rehabilitace – obor Rehabilitační péče o postižené děti, dospě-

lé a staré osoby. Od roku 2003 působí jako odborná asistentka na ZSF JU na katedře supervize a odborné praxe, kde garantuje a vede Centrum pro seniory PATUP, vyučuje předmět Odborná praxe a supervize, Komunitní sociální práce, Sociální práce se skupinou, Poradenství a Aktivizační programy pro seniory. Předmětem jejího zájmu je především programování aktivit, metoda videotrénink interakcí, komunikace mezi seniory a profesními i laickými pečovateli.