

TCZJ17

Tlumočnické dovednosti I



Mgr. Ivana Kupčíková, DiS.

jaro 2022

Opakování

Paměť

Fáze paměti

Druhy a typy paměti

Činitelé ovlivňující paměť

Zajímavosti

Trénink paměti: možnosti, techniky

– přednáška Jakuba Poka

Opakování

Co Vás zaujalo na přednášce?

Co si pamatujete z přednášky?













Trénink paměti: možnosti, techniky

Paměťové techniky:

1. Vizualizace – představovat si objekty, vidět je
2. Asociace – objekt spojujeme s něčím dalším
3. Fantazie – čím více, tím lépe
4. Transformace
5. Paměťové cesty, Loci systém

Mozek si lépe pamatuje cokoli absurdního, směšného, nenormálního třeba i erotického či nechutného, zkrátka cokoli spojené se silnými emocemi.

Trénink paměti: možnosti, techniky

<p>SYSTÉM ČÍSELNÝCH TVARŮ</p> <p> ŠKOLA PAMĚTI</p>	<p>0</p> 	<p>1</p> 	<p>2</p> 
<p>3</p> 	<p>4</p> 	<p>5</p> 	<p>6</p> 
<p>7</p> 	<p>8</p> 	<p>9</p> 	<p>10</p> 

Trénink paměti: možnosti, techniky

Master systém

Čísla od 0 do 9 nahradíme souhláskami, z nichž po doplnění o samohlásky vytvoříme klíčová slova = naše obrázky. Jsou to podstatná jména, která se dají dobře představit.

Klíčová slova pro čísla od 0 do 9 jsou jednoslabičná, ostatní do 100 jsou dvouslabičná.

Trénink paměti: možnosti, techniky

Master systém

0 car	10 lacl	20 noci
1 luk	11 lalok
2 nos	12 lano	100.
3 myš	13 lama	
4 žák	14 lyže	
5 kos	15 laky	
6 bič	16 lebka	
7 tuž	17 lotr	
8 stůl	18 laso	
9 dub	19 ledy	

Trénink paměti: možnosti, techniky

Opakování

1. opakování - by mělo být bezprostředně po naučení nových informací.
2. opakování - do 24 hodin.
3. opakování - dle složitosti informací do 3 dnů a do týdne.



Zapomínání

Redukce naučeného (zapamatovaného) obsahu.
Fyziologicky hovoříme o vyhasínání nervových spojů.



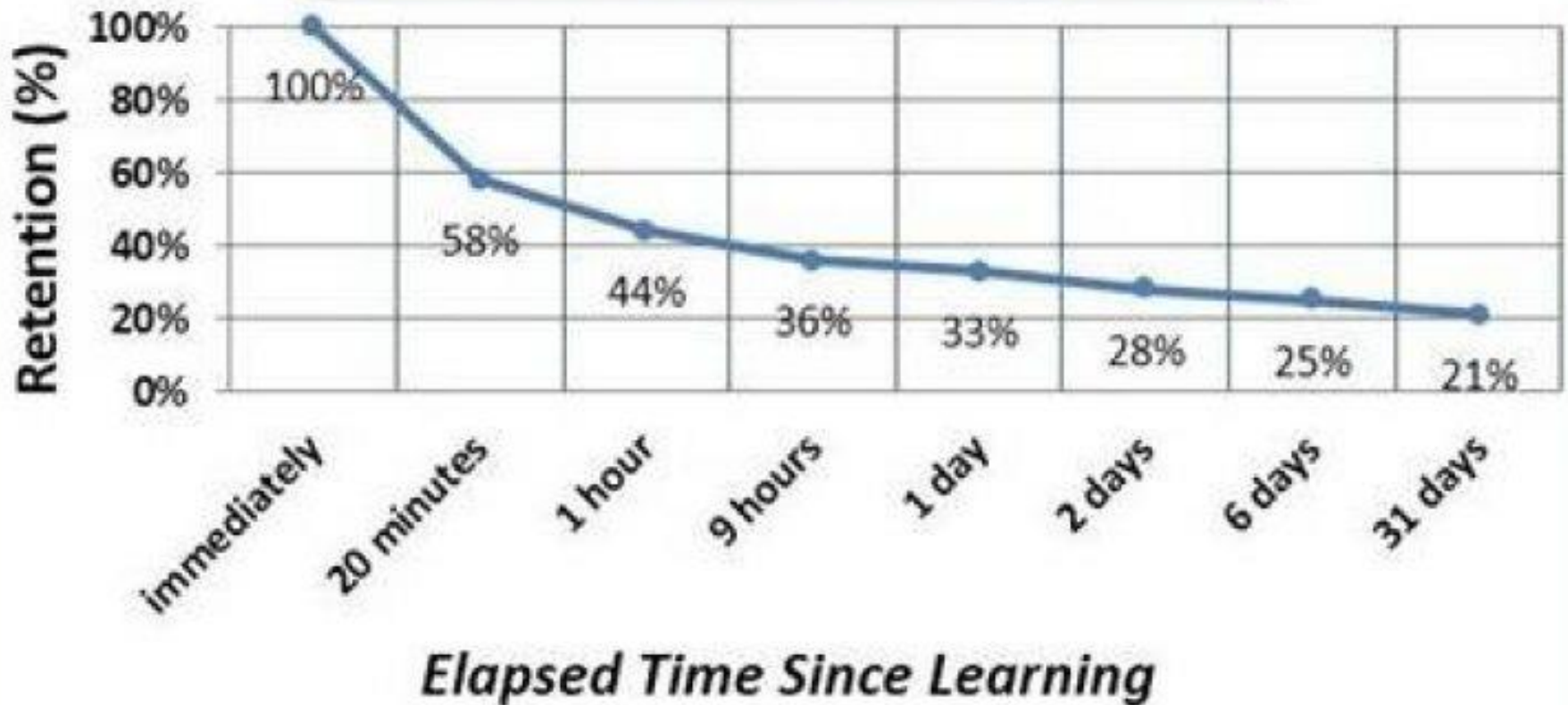
Herman Ebbinghaus (1850 - 1909)

německý filosof a psycholog,
průkopník ve výzkumu paměti.

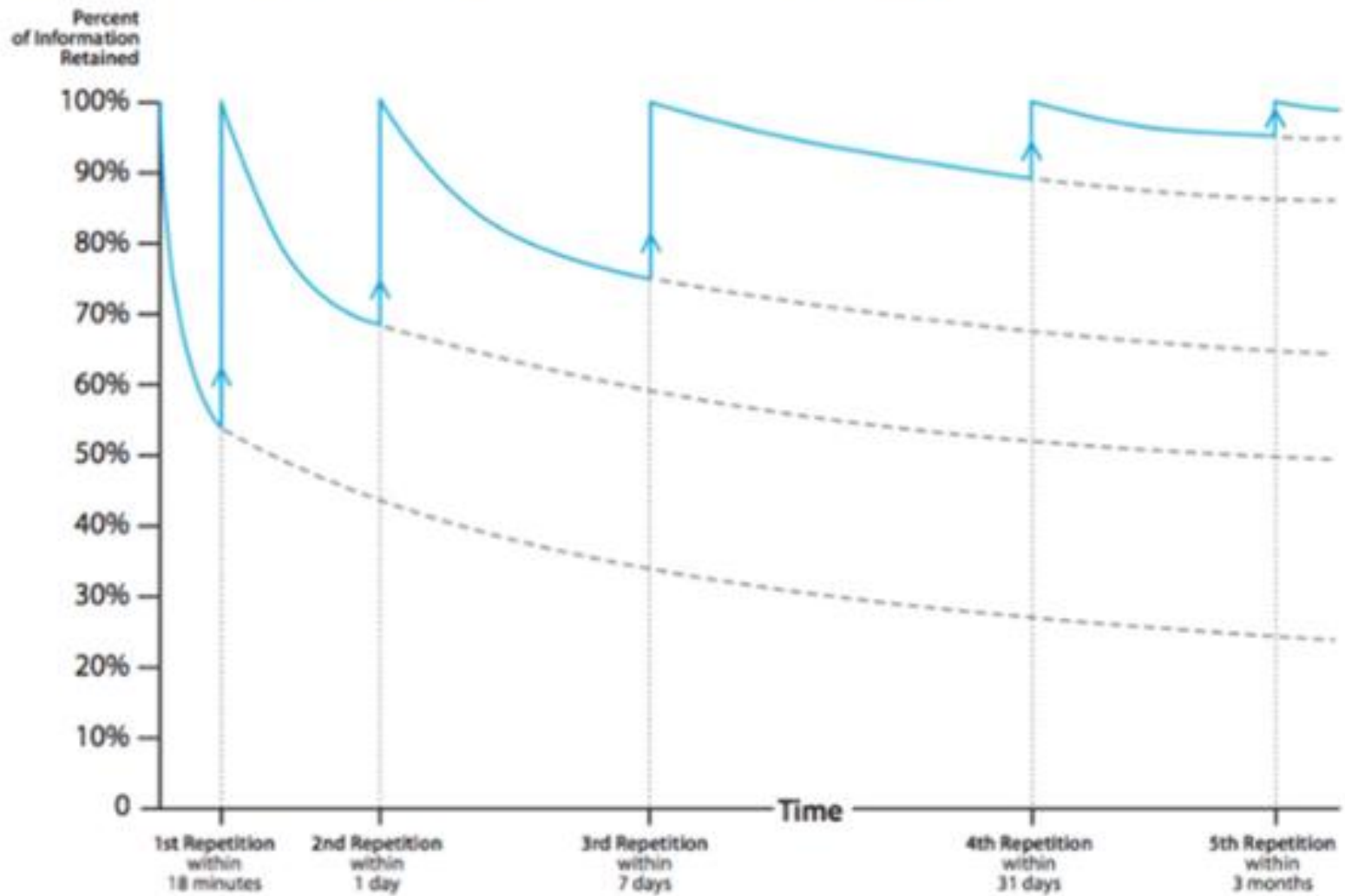
Pomocí celé řady experimentů vytvořil
Ebbinghausovu křivku zapomínání.

Zapomínání

Ebbinghaus Forgetting Curve



Rate of Forgetting with Study/Repetition



Paměť

Vrchol 25. rok života

Začátek projevů zapomínání od 30 roku, v důsledku snížení schopnosti mozku vytvářet a uchovávat paměťové stopy.

Paměť

Poruchy paměti:

Z hlediska příčiny:

- 1) primární - důsledek přímého poškození CNS
- 2) sekundární - druhotné poškození CNS

Z hlediska trvání:

- 1) přechodné
- 2) trvalé

Z hlediska výskytu:

- 1) akutní
- 2) chronické

Paměť

Poruchy paměti:

Z hlediska délky uchování paměťových stop:

- 1) krátkodobá - snadno zranitelná
- 2) dlouhodobá - více rezistentní

Z hlediska typů paměti:

- 1) Deklarativní paměť (epizodická s., sémantická s.)
- 2) Nedeklarativní

Paměť

Poruchy paměti:

K zjištění stupně a typu poruch se používá řada testů, jejichž popis je již mimo rámec tohoto přehledu.

Poruchy paměti ve svém důsledku způsobují těžší společenské uplatnění, neschopnost provádět základní úkoly denní rutiny, závislost na péči...

Paměť

Poruchy paměti:

Amnézie (úplná ztráta paměti)

- krátkodobá
- dlouhodobá

- retrográdní
- anterográdní

Paměť

Poruchy paměti:

Hypomnézie (snížení schopnosti zapamatování)

Běžná např. při únavě či vyčerpání. Zkrátka si pamatujeme mnohem méně, než obvykle. Kvalita a funkčnost paměti je také ovlivňována mentálním rozpoložením, k hypomnézii může docházet při depresích, jde často také o vedlejší účinek některých léků.

Paměť

Poruchy paměti:

Hypermnézie (zapamatování si nadměrného a nepřiměřené množství informací)

Hypermnézie se skutečně řadí mezi poruchy, které mohou znepříjemnit normální fungování, jedinci si totiž pamatují až příliš mnoho a navíc většinou nepřesně a zkresleně. Hypermnézie je častou součástí paranoických psychóz, ale také mánií nebo neuróz.

Paměť

Vybrané nemoci a stavy spojené s poškozením paměti

nemoci a poškození	paměť			
	epizodická	sémantická	procedurální	pracovní
Alzheimerova ch.	+	+	+	+
Parkinsonova ch.			+	+
Huntingtonova ch.			+	+
roztroušená skleróza	+			+
demence s Lewyho tělísky	+			+
Korsakovův syndrom	+			
sémantická demence		+		
vaskulární demence	+			+

Paměť

Vybrané nemoci a stavy spojené s poškozením paměti

nemoci a poškození	paměť			
	epizodická	sémantická	procedurální	pracovní
mozková ischemie	+			
křeče	+			
hypoglykemie	+	+	+	
encefalitida	+	+	+	
otřes mozku	+	+		+
schizofrenie				+
deprese			+	
anxieta	+		+	

Paměť

Vybrané nemoci a stavy spojené s poškozením paměti

nemoci a poškození	paměť			
	epizodická	sémantická	procedurální	pracovní
obsedantní kompulzivní porucha				+
medikace - vedlejší účinky	+			+
stárnutí				+
nádor, hemoragie, fokální onemocnění - typ poruchy závisí na lokalizaci poškození	?	?	?	?

Paměť, pozornost, zapomínání

Každý jedinec má osobní zkušenost, že se některé věci učí a pamatuje rychleji než jiné a také některé události zapomíná rychleji než jiné.

Podle Bollese (1970) si pamatujeme to, čemu rozumíme, rozumíme jen tomu, čemu věnujeme pozornost, a pozornost věnujeme jen tomu, čemu chceme.

Zapomínání má své zákonitosti a je silně závislé na časovém období – Ribotův zákon.

Pracovní paměť

Krátkodobá paměť x pracovní paměť

Pracovní paměť

Krátkodobá paměť se kterou dále pracujeme, je to schopnost dočasně udržet informace, které potřebujeme mít k dispozici pro další zpracování (zapsání tel. čísla, napsat obsah odstavce, najít odložení brýle, klíče, telefon...)

Pracovní paměť

Pracovní paměť vyžaduje aktivní a vědomou účast, a proto je explicitní a deklarativní.

Je to kombinace pozornosti, koncentrace a krátkodobé paměti.

Využívá kromě fonologické a prostorové informace i exekutivní systém.

Pracovní paměť

Model pracovní paměti (1974)

- 1) fonologická smyčka
- 2) vizuálně-prostorový zápisník
- 3) exekutivní systém

2000 Baddeley

- 4) epizodický buffer

Pracovní paměť

Model pracovní paměti

- 1) fonologická smyčka – zpracovává řečové a zvukové informace. Bez opakování vymizí během 2 s. Při aktivaci této složky dochází k činnosti v levé části mozku kolem Sylviovy rýhy.

Pracovní paměť

Model pracovní paměti

2) vizuálně-prostorový zápisník - zpracovává optické, haptické a prostorové informace. V mozku se aktivují převážně týlní lalok, temenní a čelní lalok a současně i mozeček. Nejnovější studie dokládají aktivaci i dalších částí.

Pracovní paměť

Model pracovní paměti

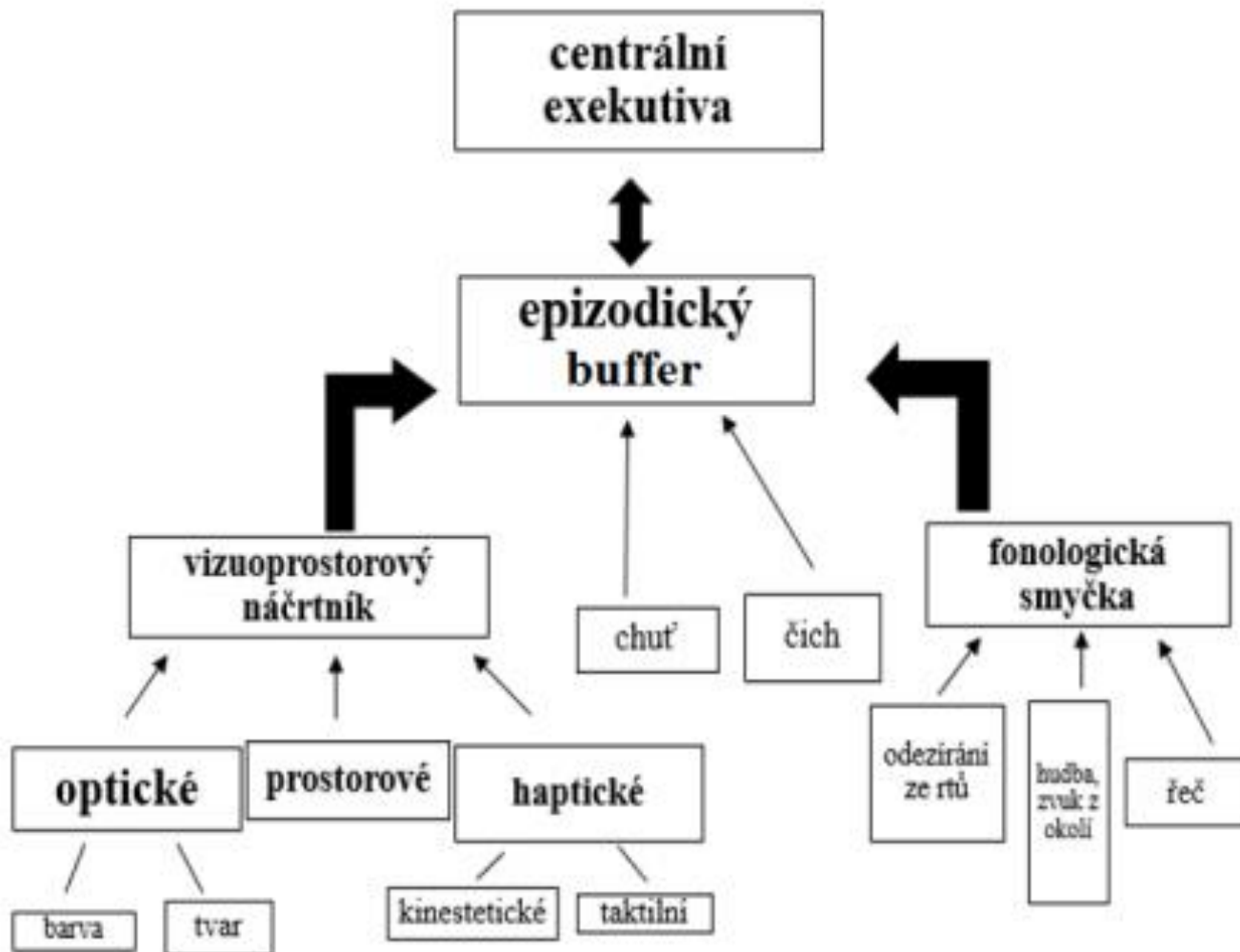
3) exekutivní systém – integruje informace z předchozích složek. Její úlohou je ovládat, koordinovat a zpracovávat informace z předešlých dvou částí pracovní paměti a zaměřovat naši pozornost. Sama však nemá žádnou skladovací kapacitu.

Pracovní paměť

Model pracovní paměti

4) epizodický buffer – zpracovává chuťové a čichové informace, úkolem bufferu je spojovat různé typy informací (slovní, vizuální i prostorové) v plynulé představy seřazené podle času.

Model pracovní paměti dle A. Baddeley (z roku 2012)



Demence

Demence ve vztahu k tlumočení

- věkové složení populace se mění – stárne,
- více seniorů, více osob žijících s demencí, více pečujících,
- riziko pro udržení zdravotního a sociálního systému,
- MPSV a MZ - NAPAN a obdobná onemocnění 2020-2030.

Projekce obyvatelstva ČR do r. 2065 (ČSÚ, 2009, střední varianta)

Věk	2009 ⁾	2020	2030	2040	2050	2060	2065
Celkem	10 467 542	10 797 484	10 908 419	10 873 660	10 842 320	10 776 512	10 689 713
50-54	730 952	698 706	938 453	755 740	548 965	663 209	676 070
55-59	764 448	660 705	834 097	782 254	687 389	564 686	661 575
60-64	707 407	656 763	665 806	903 461	734 361	539 403	558 754
65-69	505 988	683 053	607 774	781 112	740 449	658 598	527 070
70-74	363 332	610 565	575 450	599 317	827 669	684 671	636 156
75-79	324 966	415 158	559 758	520 404	688 551	669 899	653 367
80-84	225 163	238 699	441 313	445 731	488 712	705 849	616 112
85-89	110 302	148 816	231 352	348 613	354 111	503 254	581 241
90-94	19 548	58 273	79 257	175 025	197 527	241 129	322 653
95-99	6 236	11 288	19 783	39 924	68 684	79 521	88 736
100+	617	537	2 270	3 858	9 824	11 658	13 917
65+	1 556 152	2 166 389	2 516 957	2 913 984	3 375 527	3 554 579	3 439 252
80+	361866	457613	773975	1013151	1118858	1541411	1622659
průměrný věk	40,5	42,7	45,2	47,0	47,9	48,7	49,0

Demence

Vzestup případů demence pro ČR dle Alzheimer Europe a ADI

rok	2000	2005	2010	2015	2020	2025	2030	2035	2040	2045	2050
Počet nemocných s demencí	88 000	95 000	111 000	124 000	138 000	157 000	180 000	202 000	213 000	218 000	227 000

Demence

Četnost demencí dle typu

- Alzheimerova ch. – 60%
- vaskulární demence a smíšené demence – 30%
- Parkinsonova ch. a jiné degenerativní onemocnění mozku – 10%

Demence

- prevence
- diagnostika (praktik, neurolog, psychiatr, geriatr)
- dispenzarizace, terapie

- posudková péče
- RHB, ošetrovatelské péče
- paliativní péče

- domácí péče, odlehčovací služba, denní stacionáře domovy pro seniory, LDN, psychiatrie

Demence

- Úbytek duševních funkcí a schopností
 - ? způsobilost k právním úkonům (opatrovník)
 - ? majetkové záležitosti
 - ? péče (výživa sondou, resuscitace...)