

## Abstrakt

**Název:** Vliv modifikované masážní techniky na psychický stav seniorů.

**Cíl:** Cílem bakalářské práce je zjistit, jestli má modifikovaná masáž v oblasti šíje, ramen, horních končetin a horní části zad, vliv na vnímání bolesti a na psychický stav seniorů.

**Metody:** Tato bakalářská práce je založena na empirickém výzkumu, kterého se zúčastnilo 6 seniorů z domova seniorů: 4 ženy a 2 muži, ve věkovém rozmezí 78-91 let. 10 modifikovaných 15 minutových masáží šíje, ramen, horních končetin a horní části zad, bylo prováděno v domově seniorů, a to dvakrát za týden, po dobu 5 týdnů. Byla použita vizuální analogová škála (VAS) před a po každé modifikované masáži. Dále byl použit Dotazník POMS na začátku 1. týdne před intervencí a na konci 5. týdne po intervenci. Také byly použity ankety s otevřenými otázkami po ukončení celého výzkumu.

**Výsledky:** Podle hodnoticího nástroje – (VAS) vizuální analogové škály, došlo k celkovému snížení bolestí v oblasti šíjové, ramene a horní části zad.

Dotazník POMS ukázal na největší zlepšení u všech 6 probandů v ukazatelích – „Únava“ a „Zmatek“. V ostatních ukazatelích: „Tenze“, „Deprese“ a „Vitalita“ nedošlo k výraznému zlepšení a u ukazatelu „Hněv“ nedošlo ke změnám.

**Klíčová slova:** modifikovaná masáž, stáří, vnímání dotyku, změny v organismu.