

## Instrukce pro administraci CRIq

Dotazník CRIq hodnotí kognitivní rezervu osob sběrem informací o celém dospělém životě. CRIq byl navržen a vytvořen na základě konceptu kognitivní rezervy Yaakova Sterna (2009). Další informace naleznete zde: Nucci, M., Mapelli, D., & Mondini, S. (2012) The cognitive Reserve Questionnaire (CRIq): a new instrument for measuring the cognitive reserve. *Aging clinical and experimental research*, 24, 218-26.

Hlavní instrukce k administraci CRIq jsou shrnuté přímo v dotazníku na začátku každé sekce. V tomto dokumentu upřesníme pravidla administrace a budeme se zabývat otázkami, které se nejčastěji objevují v souvislosti se správným ohodnocením odpovědi s cílem zajistit co nejkonzistentnější skórování mezi jednotlivými administrátory.

### Interview

K vyplnění CRIq je potřeba schopnost vedení semistrukturovaného rozhovoru. Administrátoři CRIq musí mít přístup k nástrojům potřebných k vedení a aktivního řízení cílené konverzace. Při vedení jakéhokoliv neuropsychologického rozhovoru je nezbytné, aby byl administrátor schopen zaujímat respektující přístup (tedy sdílení, porozumění a empatii) k tomu, co vyšetřovaný(á) sděluje a aby byl schopen facilitovat efektivní sběr informací. Dále je důležitá schopnost vypořádat se s nadměrnou verbalizací a emočními náboji, které obvykle v souvislosti s vybavováním si vzpomínek vyvstávají.

Administrace CRIq v klinickém prostředí vyžaduje, aby byla vyšetřovaná osoba kognitivně zdravá. V případě, kdy má vyšetřovaná osoba kognitivní deficit v podobě narušení paměti nebo pozornosti (i při pouhé suspekci), je lepší, aby na otázky odpovídal rodinný příslušník. V takovém případě je důležité se ujistit, že je rodinný příslušník dobře informován ohledně minulých a současných pacientových návyků. Například dítě nemusí znát frekvenci, s jakou prováděl jeho rodič určité aktivity jako mladý, a totéž může platit i o druhém manželství. V těchto případech je opodstatněné si ověřit dané

informace, nebo je zjistit za pomoci výpovědi pacienta ve spojení s dalšími zdroji. V každém případě musí být na konci dotazníku uvedeno, zda byla informace sdělena přímo zúčastněnou osobou nebo rodinným příslušníkem.

## Dotazník

První část dotazníku zahrnuje jednoduchý záznam vybraných údajů o zúčastněné osobě. Dotazník je rozdělen do 3 částí: CRI-*Vzdělání*, CRI-*Pracovní aktivity* a CRI-*Volný čas*.

**CRI-*Vzdělání*:** V této části se zaznamenává úroveň vzdělání dosažena v průběhu života jedince. Za každý dokončený školní rok se uděluje 1 bod, zatímco 0,5 bodů se uděluje za každý rok, který musel proband opakovat.

*Například člověk, který dokončil 8 let základní školy, dostane 8 bodů. Člověk, který následně dokončil 4 roky střední školy a 3 roky vysoké školy, dostane 15 bodů (8 základní škola, 4 střední škola a 3 vysoká škola = 15 let celkem). Osoba s Ph.D. titulem obdrží 21 bodů (8 základní škola, 4 střední škola, 5 vysoká škola, 4 Ph.D. = 21 let celkem)*

Kurzy trvající alespoň 6 měsíců jsou skórovány 0,5 bodem za každých 6 měsíců kurzu.

*Například člověku, který absolvoval dvouletý jazykový kurz, budou uděleny 2 body ( $0.5 \times 4$ ).*

Avšak například účast na šachovém kurzu trvajícím 3 měsíce se nebude započítávat, neboť doba kurzu byla příliš krátká. Kurzy jsou započítávány pouze, pokud poskytují nějakou formu výcviku (například počítačový kurz, kurz fotografování, cizojazyčný kurz, atd.). Účast učitele/instruktora je naprosto zásadní podmínkou, která také napomůže v případech, kde je obtížné se rozhodnout, zda skórovat jako kurz či nikoliv.

**CRI-*Pracovní aktivity*:** Tato část obsahuje druh a počet let pracovní činnosti. Zde je potřeba zdůraznit, že se zaznamenávají pouze placené pozice, které trvaly alespoň 1 rok. Pracovní aktivity jsou rozděleny do 5 úrovní zejména podle kognitivní náročnosti a míry zodpovědnosti:

1. Nízce kvalifikovaná práce, zemědělská práce, zahradník, domácí pomocník, ošetřovatel, servírka, číšník, řidič, mechanik, instalatér, operátor call centra, chůva, atd.

2. Řemeslnická nebo kvalifikovaná práce, řemeslník, kuchař, prodavač, krejčí, opravář, kadeřník, úředník, zdravotní sestra/bratr, voják (nízká pozice), atd.
3. Soukromník, úřednický zaměstnanec, obchodní zástupce, kazatel nebo mnich/sestra, realitní makléř, učitel mateřské školy, muzikant, atd.
4. 4. Ředitel menší společnosti, právník, kvalifikovaný nezávislý profesionál, voják (vysoká pozice), stavař, lékař, učitel, podnikatel, psycholog, inženýr, atd.
5. 5. Ředitel velké společnosti, vedoucí manažer, politik, vysoce specializovaná intelektuální nebo vědecká činnost, soudce, univerzitní profesor, soudce, chirurg, výzkumník, atd.

Jak bylo výše uvedeno, počítají se pouze pozice trvající alespoň 1 rok.

*Například člověku, který pracoval v nízké kvalifikovaném zaměstnání po dobu 30 let a poté byl povýšen na kvalifikovanou pozici, kde pracoval dalších 15 let, bude připsáno 30 let na úrovni 1 a dalších 15 let na úrovni 2.*

Pokud člověk vykonává dvě zaměstnání současně, obě dvě se počítají.

*Například v případě člověka, který pracoval na kvalifikované pozici 45 let (úroveň 2, 45 let) a zároveň paralelně 15 let pracoval jako malíř a natěrač (úroveň 1, 15 let), budou obě dvě pozice započítávány.*

V případě, že druhé zaměstnání patří do stejné kategorie jako to první, roky se sčítají a jsou vyjádřeny jako jeden ukazatel.

*Pokud je osoba zaměstnána jako nízké kvalifikovaný pracovník po dobu 45 let (úroveň 1, 45 let) a zároveň pravidelně vykonával pozici malíře a natěrače (úroveň 1, 15 let), uvedeno bude 60 let na úrovni 1.*

Je třeba zdůraznit, že druhé zaměstnání se počítá pouze v případě, že je vykonáváno pravidelně po dobu alespoň 1 roku. Počet let je poté zaokrouhlen směrem nahoru na hranici nejbližšího 5letého intervalu.

*Například pokud někdo pracoval 12 let, je nutné uvést 15 let, pokud někdo pracoval 17 let, je nutné uvést 20 let, atd.*

Pokud se jedná o méně běžné pracovní aktivity, je nutné brát zřetel na posloupnost 5 úrovní zaměstnání a zhodnotit kognitivní náročnost spolu s úrovní zodpovědnosti. V těchto případech je třeba najít nejvhodnější shodu.

Vždy je důležité používat selský rozum. Například žena, která pracuje ve firmě svého muže bez pracovní smlouvy a nároku na mzdu, musí být považována za zaměstnanice.

**CRI- Volnočasové aktivity:** K této části se vztahují všechny aktivity, které jsou běžně vykonávané předtím nebo potom, co vyšetřovaná osoba jde do práce nebo do školy. Během toho času může člověk provádět různé kognitivně stimulující aktivity, přestože jsou sice označené jako “volnočasové aktivity”, avšak nemusí být nutně vykonávané pro zábavu nebo potěšení. Sekce opravdu nezahrnuje pouze aktivity, jako je chození do kina nebo na koncerty, ale také aktivity jako je řízení automobilu nebo správu bankovního účtu. Tato sekce je rozdělena do čtyř částí, které se liší na základě frekvence, s jakou jsou vykonávány, tj. týdně, měsíčně, ročně, nebo s fixní frekvencí.

U položek je nutné odhadnout frekvenci, s jakou byly udávané aktivity vykonávány během daného časového intervalu. Dvě možné odpovědi jsou. “nikdy/zřídka”, což koresponduje s frekvencí nižší než nebo rovné 2x (za týden, měsíc, nebo rok) nebo “často/stále”, což koresponduje s frekvencí rovné nebo vyšší než 3x (za týden, měsíc nebo rok). Pouze v případech, kdy frekvence po kterou byla aktivita vykonávána je “často/stále” po dobu alespoň 1 roku, je nutné uvést počet let. Na druhé straně pokud byla aktivita intenzivně vykonávána po dobu kratší než jeden rok, nebo byla vykonávána po období více let, ale s nízkou frekvencí “zřídka”, pak se počet let nesmí započítávat. Je tedy důležité zjistit, zda byla aktivita vykonávána “často/stále” po dobu více než 1 roku během života vyšetřované osoby: pouze v těchto případech se uvádí počet let zaokrouhlený směrem nahoru k nejbližší 5leté hranici.

Počítají se pouze roky, po které byla aktivita vykonávána pouze během období dospělého života člověka, tedy od jeho 18 let až po současnost.

*Například, pokud 50letý člověk řídil automobil “často/stále” po dobu 30 let, zaškrtně se možnost “často/stále” a uveďte se 30 let.*

*Například, pokud 50letý člověk řídil “často/stále” od 20 do 40 let a poté snad kvůli změně práce řídil “nikdy/zřídka”, měla by být označena možnost “často/stále” označující pouze období, po kterou bylo řízení vykonáváno s frekvencí “často/stále”, v tomto případě tedy  $40 - 20 = 20$  let.*

*Pokud osoba řídila 30 let, ale pouze “zřídka” – tedy méně než 2x týdně – označena by měla být možnost “nikdy/zřídka” (stejně jako v případě, kdy osoba neřídila vůbec) a počet let není zaznamenáván.*

U aktivit s fixní frekvencí, se přesná frekvence neudává; pokud osoba vykonávala danou aktivitu, zaznamenává se počet let bez ohledu na frekvenci.

## Aktivity s týdenní frekvencí

- 1. Čtení novin a týdeníků:** vztahuje se zejména na noviny nebo periodika s vysokou frekvencí publikace bez ohledu na jejich obsah.
- 2. Domácí povinnosti:** všechny aktivity spojené se starostí o domácnost, zejména hospodaření a uklízení – tedy vaření, mytí nádobí, praní, žehlení, uklízení, nakupování potravin, běžná údržba, atd.
- 3. Řízení:** řízení automobilu, motorky, skútru a obecně všech dopravních prostředků, pro které je potřeba řidičského oprávnění. Kolo tedy není započítáváno.
- 4. Volnočasové aktivity:** rekreační aktivity, tedy všechny druhy sportu, gymnastika, jóga, lov, rybaření, všechny druhy tance, karetní hry, bowling, kulečnick, šachy, křížovky, společenské hry, puzzle, koníčky jako sbírání známek, mincí, atd.
- 5. Používání nových technologií:** učení se s a užívání počítačů, chytrých telefonů, (ne obyčejných), jakéhokoliv prostředku k prohlížení internetu, digitálních fotoaparátů, satelitně navigačních přístrojů, atd.

## Aktivity s měsíční frekvencí

- 1. Společenské aktivity:** aktivity zahrnující sociální interakce, včetně společných večerů s přáteli, účast v různých skupinách, asociacích, politických spolků, rekreačních klubů, místních podpůrných organizací, farní rady, atd.
- 2. Kino nebo divadlo:** chození na filmy do kina, nebo na představení do divadla.
- 3. Zahradničení, kutilství, pletení, vyšívání:** udržování zahrady, pěstování zeleniny, všechny drobné domácí údržbové práce, jako je pletení, vyšívání, háčkování, šití, atd.
- 4. Hlídaní vnoučat/synovců/neteří nebo péče o starší rodiče:** být zodpovědný za vnoučata/synovce/neteře nebo starší rodiče.
- 5. Dobrovolnická činnost:** všechny druhy práce bez nároku na odměnu vykonávané samostatně nebo pro organizaci, s různými záměry (solidarita, sociální spravedlnost, filantropie, atd.)

- 6. Umělecká činnost:** jakákoliv umělecká činnost (hudba, zpěv, kresba, malování, sochařství, psaní, hraní, fotografování, dekorace, atd.) vykonávané samostatně nebo ve skupině.

#### **Aktivity s roční frekvencí**

- 1. Výstavy, koncerty, konference:** účast na jakýchkoliv organizovaných kulturních aktivitách.
- 2. Cesty trvající několik dní:** volnočasové cestování trvající více než jeden den.
- 3. Četba knih:** čtení knih jakéhokoliv druhu (spíše než novin nebo časopisů).

#### **Aktivity s fixní frekvencí**

- 1. Děti:** počet dětí.
- 2. Starost o domácí zvířata:** péče o zvířata v domácnosti.
- 3. Správa bankovního účtu:** aktivity zahrnující spravování svého účtu navštěvováním bankovní pobočky, psaním šeků, používáním bankomatů, atd.

Nakonec je nutné uvést, zda byl dotazník administrován přímo zúčastněné osobě, nebo členu rodiny (v tomto případě specifikujte člena rodiny).