

Aktivizační program

Výběrový kurz Úvod do zahradní terapie, 29. 3. 2019, VOŠ Jabok

Eliška Hudcová

Aktivizační program I

- Prostředí: společenská místnost, pokoj klienta, zahrada, domácí místo, výjezd
- Počet osob
- Cílová skupina, bezpečnost pro uživatele
- Cíl terapie / možné účinky, stanovuje se ve spolupráci s klientem
- Časová náročnost: příprava, provedení, dokončení, průběžné udržovací práce
- Kdo z personálu se bude podílet
- Obtížnost
- Potřebný materiál
- Odhadované náklady
- Postup
- Plán B, plánování !!!

Aktivizační program II

- Dělán to pro klienty
- Kreativita: všichni nemusí dělat totéž
- Zábava
- Dobrovolnost
- Zapisovat si programy, portfolio nápadů
- Rozdělit si úkoly mezi sebe
- Průběžná kontrola, co máme, co je třeba zajistit
- Disponibilita vody
- Klima a podnební podmínky
- Rizika

Aktivizační program III

- Spolupráce s lékaři a dalšími odborníky, nutná opatření
- Plánování, ne vždy se vydaří stanovený cíl
- Klienti mají mít vhodnou obuv, oblečení, nářadí, pokrývku hlavy, opalovací krém
- Přestávky, čaj
- Konzultace, co se podařilo, co ne
- Společný úklid
- Empatie a respektující přístup
- Nenutit klienty do činností
- ZT má přinášet zážitky radosti
- Opakované zažívání pozitivní zkušenosti

Tvorba aktivizačního programu

- Rozvíjet slabé, podporovat silné
- Propojování informací s kontextem (smysluplná činnost, časový rámeček)
- Trvale udržitelný rozvoj, důraz na proces, ne na výsledek
- Vstupní informace o klientech
- Co je cílem programu (rozvoj motoriky, relaxace, aktivace smyslů,...)
- Organizační záležitosti (čas, místo, pomůcky a materiál, spolupracovníci, ...)
- Pozorovat klientovy reakce
- Vylepšování programů a dokumentace
- Učit se za pochodu, neustálá inspirace (knihy, internet, televize, ostatní organizace,...)

Terapeutická skupina

- Příklad zahradní ergoterapeutické dopolední nabídky v domově pro seniory
- Každý týden 8:45-12:00, dlouhodobě, ale docházka dobrovolná, volný odchod a příchod
- 8:45, příprava, přivítání, pití čaje
- 9:00, „ranní kolečko“, zdravotní stav jednotlivců, události, pozorování, otázky, problémy a návrhy řešení. Upoutávka, co je třeba udělat, jak, co k tomu třeba – svoboda rozhodování (aktivizace, zvyšování samostatnosti), sepsán protokol
- 10:00, samotná činnost, vhodné nářadí, dostatek přestávek, nepřetěžování, nedostatek zátěže, pitný režim, stín (přesazování a pletí květin ve vyvýšeném záhonu)
- 11:15, čištění a uklízení nářadí, odpadu, zabalení lahví, podložek na sezení, úklid a umytí nádobí, rozloučení
- 11:50, poznámky do protokolu, údaje o programu a účastnících

Orientace ZT na potřeby klientů

- Ochutnávání jednotlivých aktivit (obrázky, fotky, postupné praktické zkoušení)
- Pouze ty aktivity, se kterými má terapeut pozitivní zkušenost
- Vysvětlit, co a proč dělám
- Zpětná vazba klienta
- Úspěch – zážitek vlastní kompetence
- Učit se od klientů
- Potřeba napojení se na někoho
- Potřeba kontroly
- Humor

Terapeutické techniky

- Verbální instrukce – slovní informace, objasnění detailů, popř. doprovod obrázky, fotkami, podpora klientů v dalších krocích
- Praktická ukázka – předvedení činnosti, doprovázeno verbálně, zacíleno na klientovo soustředění
- Fyzické doprovázení, asistence – s vážnějším postižením, vedený pohyb, používat jen tam, kde je nezbytně nutné, podpořit klienta v nezávislosti

Typologie činností

- Zahradní rok (jaro – semínka, léto – opečování, podzim – zpracování, zima – příprava)
- Přírodní rok (jaro – zelená barva, sedět, užívat si sluníčka, pozorovat přírodu, léto – voda, chůze v mokré trávě, mlhoviště, podzim – barvy, ukončení vegetačního roku, zima – zpracování letních květin, bylin, dárky)
- Narozeniny / oslavy
- Mezigenerační setkání a spolupráce
- Hosté a odborníci
- Tematické procházky, krmení zvířat, pasivní ZT, bazální stimulace