

# Rámec terapeutických činností

Úvod do zahradní terapie, VOŠ Jabok  
Eliška Hudcová

# (Ergo)terapie

- Zaměstnávání (činnosti) mají duševní a/nebo fyzickou složku
- Ergoterapie by měla mít předepsanou léčbu
- Cílem je urychlovat nebo jinak pozitivně přispívat k procesu uzdravení z nemoci nebo postižení
- Napomáhá v rozvoji a znovunabytí dovedností nevyhnutelných k tomu, aby byl člověk činný
- Zapojuje do činnosti celého člověka
- Úkoly a činnosti, které ergoterapie využívá, lze analyzovat a vybírat podle předem stanovených kritérií (Krivošíková, *Úvod do ergoterapie*)

## Terapeutické cíle

- **Fyziologické:** rozvoj, zachování a zlepšení motoriky, koordinace, rovnováhy, smyslové vnímání
- **Kognitivní:** trénink paměti, rozvoj kreativity, časová, prostorová a situační orientace, napodobení, porozumění a řečové vyjádření, čtení, psaní
- **Psychicko-emocionální:** schopnost kontaktu, radost, sebehodnocení, stabilita, sebeúcta, zájem o budoucnost, prožitek stát se tvůrcem a dárcem
- **Sociální:** rostlina jako prostředek komunikace, kontaktu, interakce a identifikace
- **Vlastní já:** vnímání možnosti být potřebný, motivace, angažovanost, prožitek vlastních hranic

The slide features a decorative background with several curved lines in the top-left and bottom-right corners. A prominent green rectangular box is positioned on the left side, containing white text. To the right of this box is a bulleted list of four items, each preceded by a small green square.

## (Ergo)terapeutické prostředky a činnosti

- Zohledňují osobní a sociální potřeby jedinců
- Zohledňují aktuální funkční stav, věk, pohlaví, podmínky jejich prostředí
- Měly by se vztahovat k sociálním rolím, které osoba zastává nebo se od nich očekávají
- Podílí se na ostatních složkách rehabilitace – sociální, pracovní, pedagogické

# Ergoterapeut

- Hodnocení funkce prostřednictvím výkonu jedince v oblastech:
  - Soběstačnosti
  - Pracovních či produktivních činností
  - Volnočasových činností
- Postup od komplexních činností (např. oblékání) k jednotlivým složkám (schopnost funkčního rozsahu pohybu potřebného k oblékání, svalová výdrž, koordinace oko-ruka, rovnováha atd.)
- Potřeba rehabilitace vyvolána nesouladem mezi současným a očekávaným výkonem
- Postup od komponent (např. svalová síla, rozsah pohybu, koordinace, paměť, pozornost, percepce) k jejich vlivu na celek (nákup, hra, sport)
- Volba takové cvičební jednotky, která maximálně ovlivní zjištěnou poruchu – hodnocení soběstačnosti jedince a návrh plánu léčby

## Oblasti působení

- Sebeobslužné činnosti – příjem jídla, oblékání, osobní hygiena, přesuny, manipulace s předměty
- Pracovní činnosti – školní povinnosti, vedení domácnosti, péče o rodinu, zaměstnání
- Hra/zájmové činnosti – hry, sportovní aktivity, koníčky, sociální aktivity

# Terapeutické zásady

- Mít vstupní informace o klientech
- Rozvíjet slabé, podporovat silné
- Orientovat se na potřeby klientů
- Vědět, co je cílem programu (rozvoj motoriky, relaxace, aktivace smyslů,...)
- Propojovat informace s kontextem (smysluplná činnost, časový rámec)
- Vysvětlovat, proč co dělám

# Terapeutické zásady

- Učit se za pochodu, učit se od klientů
- Pozorovat klientovy reakce
- Zařazovat aktivity, s nimiž je pozitivní zkušenost
- Trvale udržovat rozvoj, důraz na proces
- Zajišťovat bezpečnost
- Vést dokumentaci



## 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

# Formy a možnosti zahradní terapie

- Individuální práce
  - Zahradnické činnosti, plánování, setí, kopání, sázení, pletí
  - Procházky s tematickým zaměřením (trhání květin, dotýkání se keřů)
  - Pobývání v přírodě a naslouchání
  - Krmení zvířat
  - Pasivní ZT
- Vnitřní
- Venkovní

# Formy a možnosti zahradní terapie

- Skupinová práce
  - Zahradnické činnosti
  - Tematické procházky
  - Zpracování
  - Výlety/exkurze
  - Grilování
  - Gymnastika
  - Oslavy
- Vnitřní
- Venkovní
- Pokoje pacientů

## Formy a možnosti zahradní terapie

- Mezigenerační spolupráce
- Spolupráce s rodinnou
- Spolupráce s neplacenými pomocníky
- Firemní dobrovolnictví / CSR
- Spolupráce s placenými pomocníky s terapeutickým proškolením

# Dokumentace

- Datum a čas
- Místo / počasí
- Personál
- Označení skupiny
- Účastníci
- Téma / hlavní body
- Materiál
  
- Obecné sociální / ošetrovatelské / terapeutické cíle
- Speciální sociální / ošetrovatelské / terapeutické cíle
- Jednotlivé kroky postupu
- Průběh

# Praktická doporučení

- Rozpočet
- Prostor
- Disponibilita vody
- Klima
- Přístroje, nábytek
- Rizika
- Postřehy
- Poznámky k dalšímu plánování

# 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

# Terapeutická skupina, 1x/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



# Rituální čaje



# Zpracování darů zahrady



# Chutě, barvy, tvary



# Výlety a exkurze



# Interiérová ZT



# Vůně, barvy, tvary



Osázet se dá vše



Osázet se dá vše





Osázet se dá vše



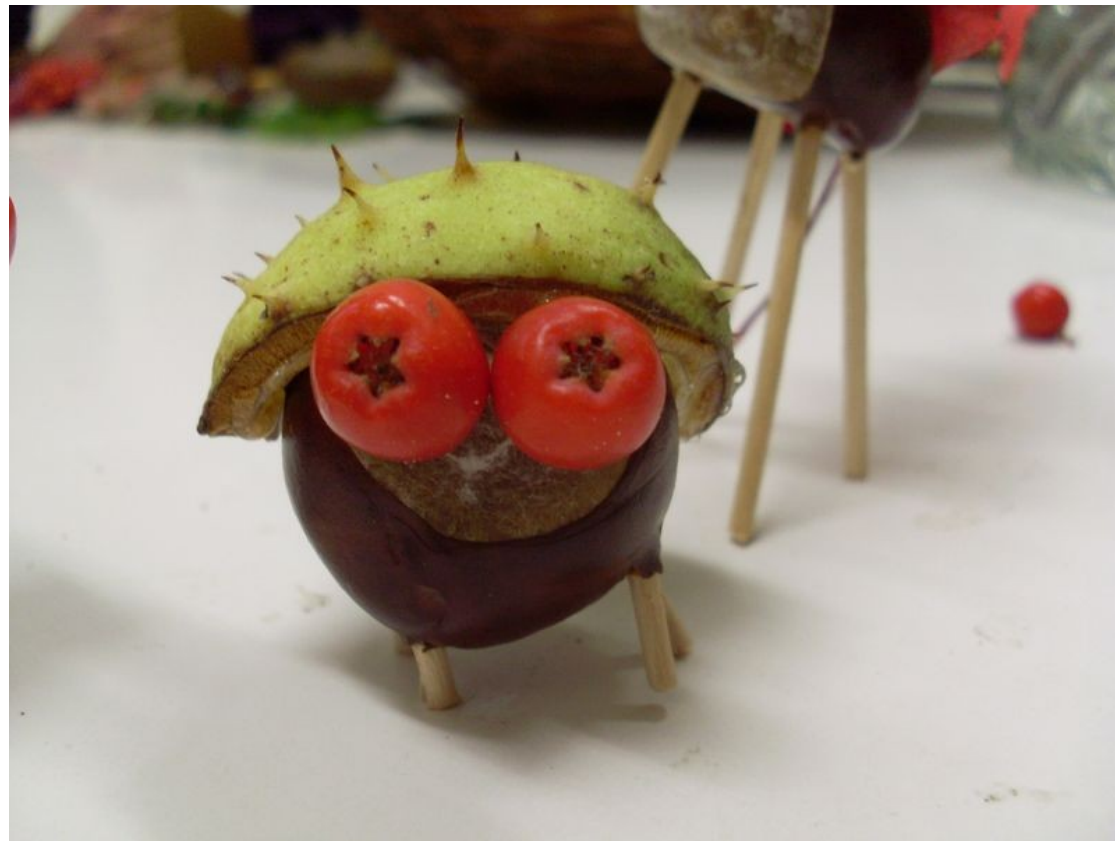
# Vůně a barvy



Hry



# Oslavy podzimu



# Umění



# Land art



# Land art a artefakty v zahradě



# Artefakty





# Práce a řemeslo



Odpočinek



Odpočinek



Odpočinek

