



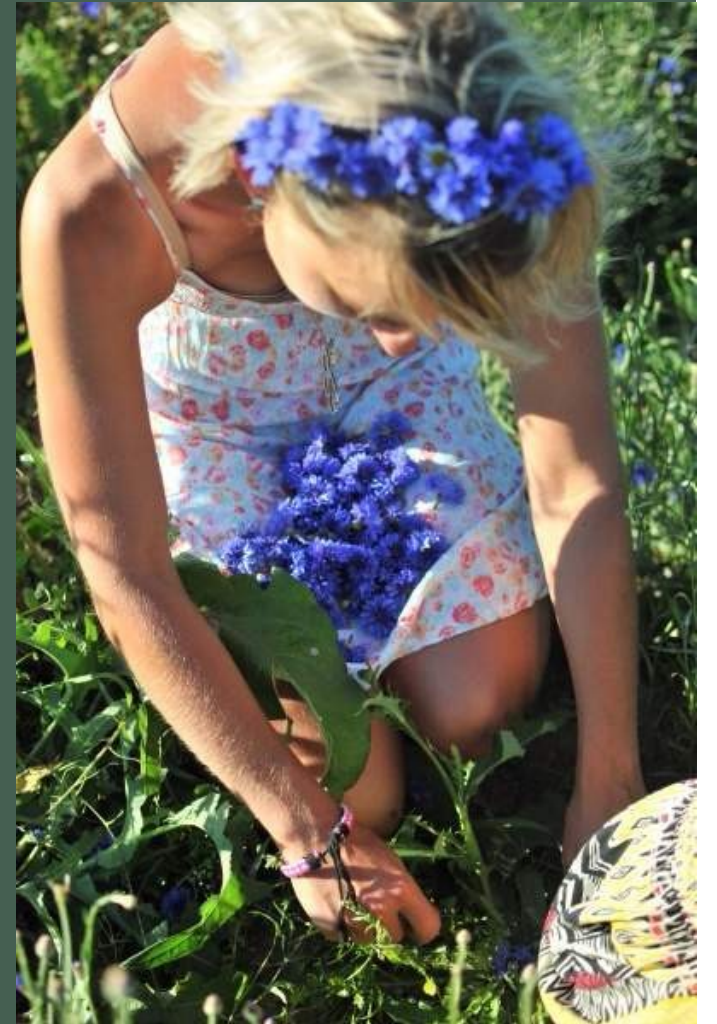
ZÁKLADNÍ RÁMEC, DEFINICE, CÍLE, PRINCIPY, OBLASTI PŮSOBENÍ

<https://www.youtube.com/watch?v=F5TzkBnrbzA>

Úvod do zahradní terapie, VOŠ Jabok
Eliška Hudcová

KONTEXTY ZAHRADNÍ TERAPIE

- Sociální práce
- (Speciální) pedagogika
- Zdravotnictví a medicína (geriatrie, rehabilitace, ergoterapie)
- Botanika, biologie
- Ekologie
- Psychologie
- Architektura, krajinaotvorba



SOCIÁLNÍ PRÁCE

- Sociální práce podporuje sociální změnu, řešení problémů v mezilidských vztazích a posílení a osvobození lidí za účelem naplnění jejich osobního blaha.
- Užívá teorii lidského chování a sociálních systémů, sociální práce zasahuje tam, kde se lidé dostávají do kontaktu se svým prostředím. Pro sociální práci jsou klíčové principy lidských práv a společenské spravedlnosti. (Mezinárodní federace sociálních pracovníků)
- Registrované sociální služby dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v § 3 charakterizované jako „činnost nebo soubor činností podle tohoto zákona zajišťujících pomoc a podporu osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení.“
- Nastupují v momentě, kdy člověk nedokáže řešit svou obtížnou sociální situaci vlastními silami.

Definice zahradní terapie

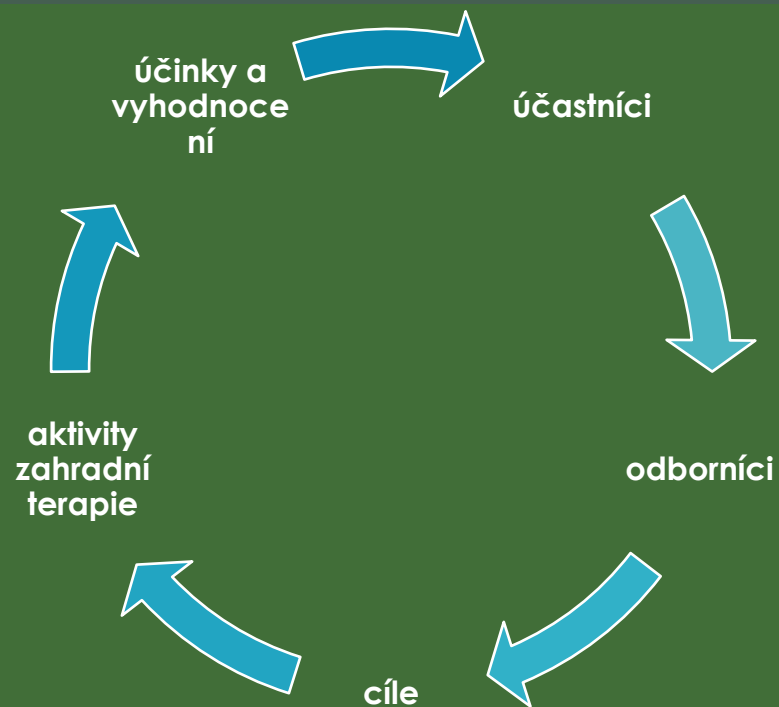
- Interdisciplinární obor (zahradničení, ergoterapie, fyzioterapie, pedagogika, psychologie, ...)
- Odborná podpůrná terapeutická metoda
- Funkční terapie
- Záměrné a cílené využití rostlin, zahradních aktivit a blízkého vztahu člověka k přírodě pro naplnění specifických potřeb účastníků
- Cílený proces zaměřený na účastníka, využívající rostliny a zahrady k podpoře fyzických, kognitivních, emocionálních, spirituálních a sociálních funkcí

Definice zahradní terapie

- Zahradní terapie je **proces** zaměřený na účastníka, při kterém školení odborníci definují a kontrolují **individuální cíle** a plánují a realizují činnosti týkající se práce na zahradě nebo práce s rostlinami jako terapeutického prostředku za účelem podpory zdravotně důležitých aspektů účastníků (Haubenhofer et al., 2013)



Zahradní terapie jako cílený proces



- **Pasivní ZT (receptivní):** pobyt, pozorování, vnímání rostlin, barev, tvarů, zvuků, pohybů, chutí..., bazální stimulace
- **Aktivní ZT:** přímá fyzická účast, přizpůsobení prostoru, aktivit, pomůcek atd. potřebám a možnostem účastníků, důraz na bezpečnost
- **Individuální**
- **Skupinová**

Oblasti působení zahradní terapie

-

-

-

-

-

-

-

-

-



Fyziologická oblast: zlepšování či obnova jemných i hrubých motorických funkcí, zlepšování koordinace či rovnováhy

PŘÍRODNÍ POSILOVNA



Physical Benefits



Improved
Immune Response



Decreased
Stress



Decreased
Heart Rate



Improved Fine
and Gross Motor Skills



Promotes General
Health and Well-Being



Improves Eye-Hand
Coordination

Kognitivní oblast

- Trénování a zlepšování paměti
- Zlepšení či udržení koncentrace
- Rychlost zpracování informace
- Pohotovost
- Udržení a zlepšování řeči a slovní zásoby
- Schopnost vyjadřovat se a porozumět
- Prostorová orientace
- Dosahování cílů

Cognitive Benefits



Enhanced
Cognitive
Functioning



Improved
Concentration



Stimulated
Memory



Improved
Goal
Achievement



Improved
Attention
Capacity

Emocionální oblast

-
-
-
-
-
-
-

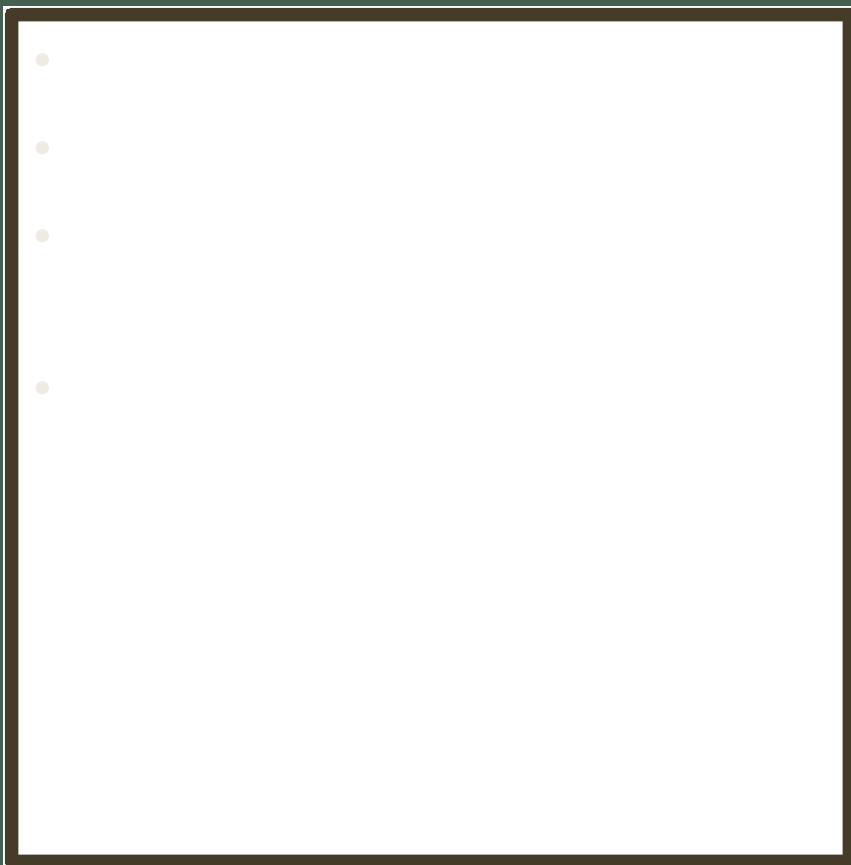


Pedagogická oblast

- Získání nových dovedností
- Podržení dosavadních znalostí
- Nové informace
- Učení nápodobou



Sociální oblast



Sebepojetí

- Vnímání vlastního já
- Zvýšení vlastní hodnoty
- Příležitost být potřebný
- Prožitek vlastních hranic v pozitivním i negativním smyslu
- Sebeuvědomování
- Angažovanost a motivace



Cíle zahradní terapie

- **Udržování a zlepšování sociálního, psychického a tělesného zdraví a kvality života**
- **Dle cílové skupiny (děti, dospělí, senioři)**
- **Dle typu postižení (zdravotní, smyslové, sociální handicap)**
- **Dle kontextu zařízení (sociálních, zdravotnické, školské, formální, neformální)**
 - **Potřeba budování vazeb (rozhovor a emoční vazby)**
 - **Orientace a kontrola (předvídatelnost)**
 - **Zvyšování vlastní hodnoty a ochrana vlastní hodnoty (sebevědomí)**
 - **Vyhledávání potěšení a vyhýbání se nepříjemnostem (soulad potřeb a cílů)**

Lidé v ZT

- Klient, CS
- Terapeut
- Lékař
- Sociální pracovník/klíčový pracovník/asistent
- Zahradník
- Entomolog/biolog
- Rodina a blízcí klienta
- Vedení organizace
- Dobrovolníci



Oblasti, kde jsou zahradnické aktivity podporou

- **Potravinová soběstačnost**

- **Volný čas a hra**

- **Práce (produktivita)**

- **Sociální vztahy**

- **Terapie a léčba**

- <https://www.youtube.com/watch?v=iMvM>

