

# Rámec terapeutických činností

Úvod do zahradní terapie, VOŠ Jabok  
Eliška Hudcová

# Komplexní rehabilitace

- Postižení / znevýhodnění (tělesné, sociální)
  - Omezení v činnostech
  - Omezení ve společenských aktivitách
- Integrace, segregace, prevence
- Obnova funkcí, kompenzace
- Vyrovnávání příležitostí, solidarita, rovnost, zákaz diskriminace, participace

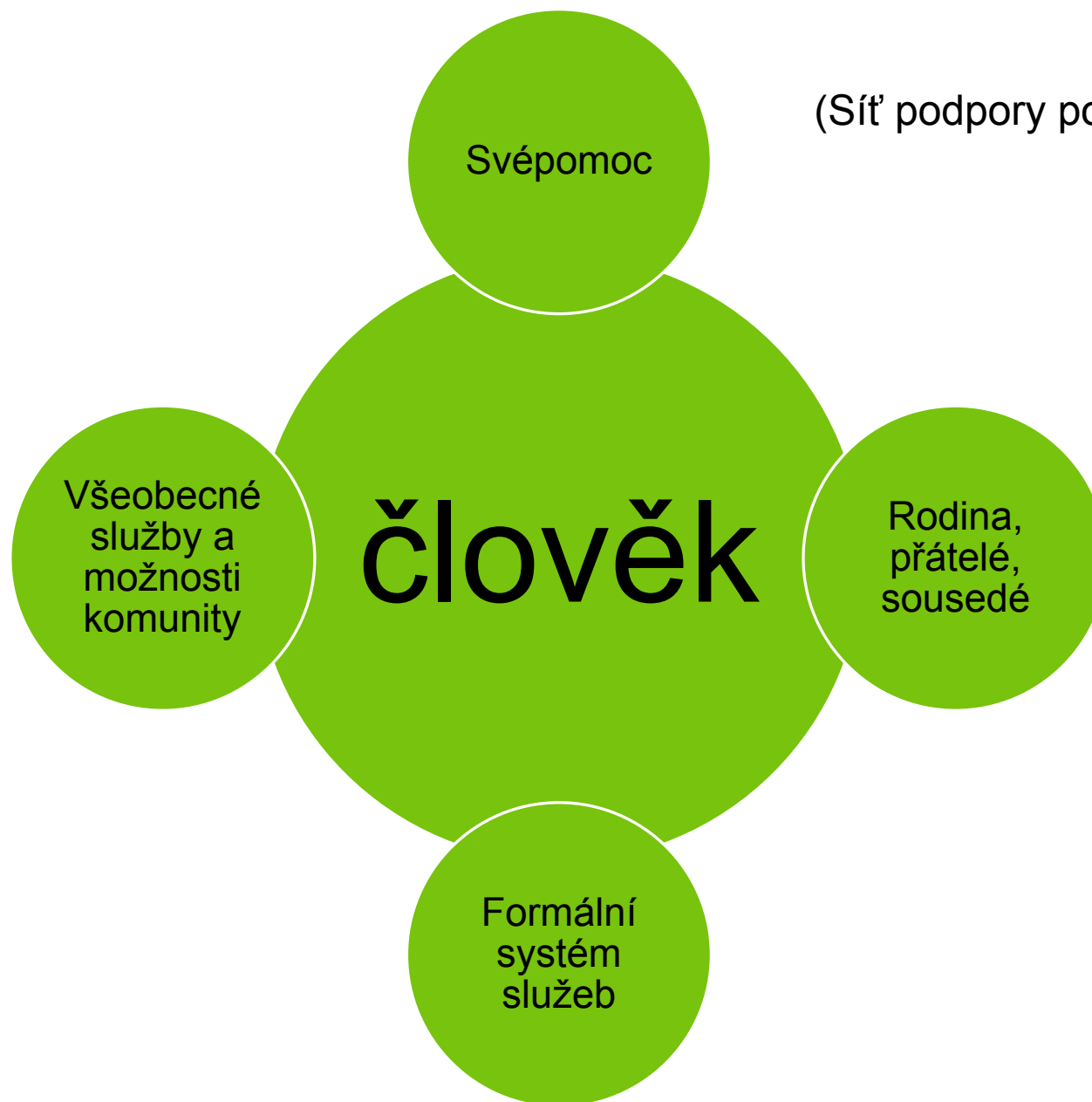
# Odhad počtu zdravotně postižených v ČR

Typ postižení	Počet lidí s postižením
▪ Zrakově znevýhodnění	252,4 tis.
▪ Sluchové znevýhodnění	300 tis. (15 zcela ohluchlí)
▪ Poruchy řeči	66,9 tis.
▪ Slepohluchota	1500
▪ Mentální znevýhodnění	300 tis.
▪ Vady pohybového ústrojí	300 tis.
▪ Diabetes	480 tis. (70 tis. inzulinovaných)
▪ Cévní mozkové příhody	150 tis.
▪ Epilepsie	140 tis.
▪ Duševní nemoc	100 tis.

# Metody a techniky

- Individuální sociálně-terapeutická práce
  - Případová studie
  - Rozhovor, aktivní naslouchání, neverbální komunikace
  - Zaměření na jednotlivce
- Skupinová
  - Rozvoj vzájemných pozitivních sociálních vztahů mezi členy skupiny
  - Typy skupin
  - Dynamika
- Komunitní
  - Místo, kde člověk získává emocionální oporu, ocenění a praktickou pomoc v každodenním životě
  - <https://www.mapko.cz/page/komunitni-zahrady>

(Síť podpory podle Trainor a Church, 1984)



## 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

## 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

## Hodnocení výkonu jedince

- 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
- Interiérové
- Exteriérové

# Formy a možnosti zahradní terapie

- Skupinová práce
  - Zahradnické činnosti
  - Tematické procházky
  - Zpracování
  - Výlety/exkurze
  - Grilování
  - Gymnastika
  - Oslavy
- Interiérová
- 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



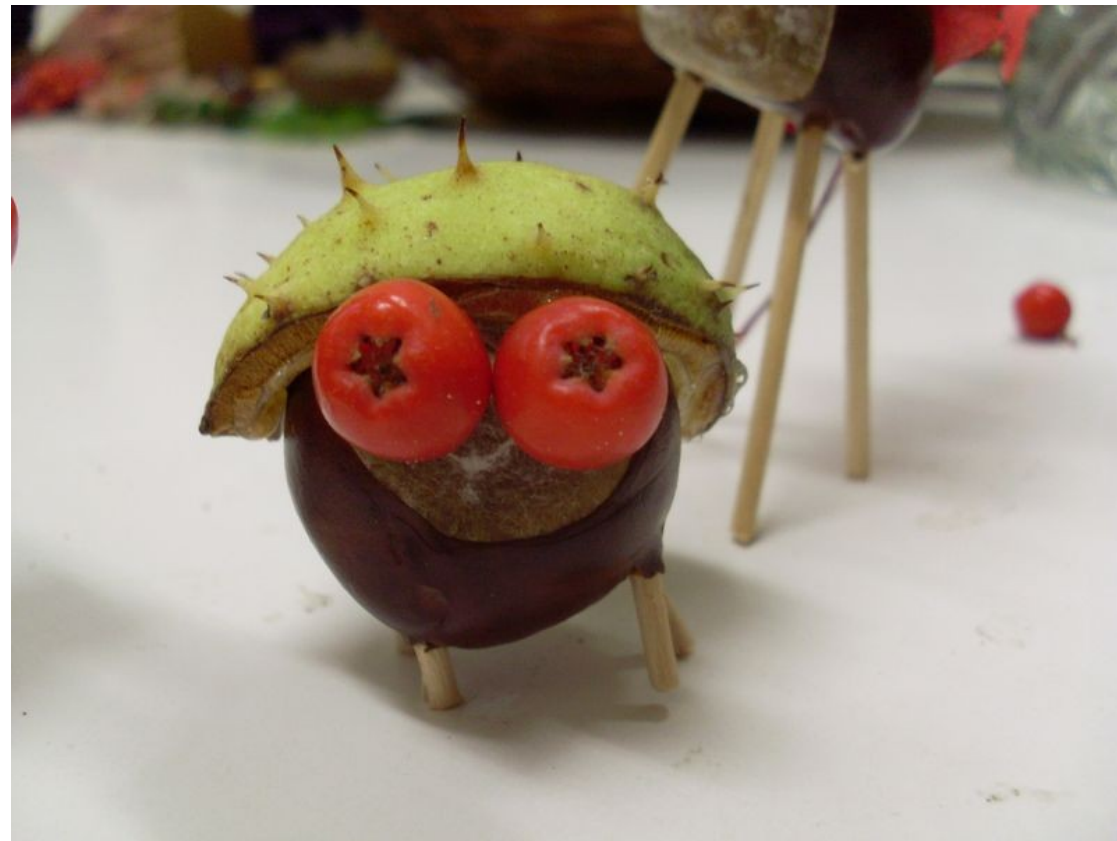
# Vůně a barvy



Hry



# Oslavy podzimu



# Umění



# Land art





# Land art a artefakty v zahradě



# Artefakty



# Práce a řemeslo



Odpočinek



Odpočinek



Odpočinek

