

Zooterapie jako aktivizační technika pohledem klienta domova pro seniory

Bc. Petra Mrštná

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Petra Mrštná
Osobní číslo:	H21644
Studijní program:	B0111A190011 Sociální pedagogika
Forma studia:	Kombinovaná
Téma práce:	Zooterapie jako aktivizační technika pohledem klienta domova pro seniory

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti sociálních služeb pro seniory, aktivizace seniorů a zooterapie.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou polostrukturovaného rozhovoru.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar, 2012. Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4138-3.
HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, 2013. Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.
MALÍKOVÁ, Eva, 2020. Péče o seniory v pobytových zařízeních sociálních služeb. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-2030-7.
MIOVSKÝ, Michal, 2006. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.
VELEMÍNSKÝ, Miloš, 2007. Zooterapie ve světle objektivních poznatků. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Zuzana Hrnčířiková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **23. ledna 2025**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 23. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce je zaměřena na pohled seniorů na zooterapii v domovech pro seniory. Teoretická část pojednává o sociálních službách v České republice, blíže pak zmiňuje sociální služby pro cílovou skupinu seniorů. Dále se věnuje jednotlivým aktivizačním technikám, se kterými se mohou senioři v domovech pro seniory setkat. Třetí kapitola rozpracovává téma zooterapie jako jedné z aktivizačních technik. Nejprve je zde zmíněn vliv zvířete na člověka, dále je popsána historie zooterapie, významné zahraniční i české organizace zabývající se zoterapií a členění zooterapie dle metody a dle zvířete. Praktická část je založena na kvalitativním výzkumu, kdy byl prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů zjišťován subjektivní pohled klientů domova pro seniory na zooterapii jako jednu z forem aktivizace.

Klíčová slova: senior, sociální služby, domov pro seniory, aktivizační techniky, zooterapie

ABSTRACT

This bachelor thesis focuses on the perspective of seniors on zootherapy in homes for the elderly. The theoretical part deals with the social services in the Czech Republic, then it mentions social services for the target group of seniors. It also discusses the different activation techniques that seniors can encounter in homes for the elderly. The third chapter elaborates on the topic of zootherapy as one of the activation techniques. Firstly, the influence of animals on humans is mentioned, then the history of zootherapy, important foreign and Czech organisations dealing with zootherapy and the division of zootherapy by method and by animal are described. The practical part is based on qualitative research, where the subjective view of the clients of a home for the elderly on zootherapy as one of the forms of activation was determined through semi-structured interviews.

Keywords: senior, social services, home for the elderly, activation techniques, zootherapy

Poděkování

Tímto bych chtěla poděkovat své vedoucí bakalářské práce, paní PhDr. Zuzaně Hrnčířikové, Ph.D. za její odborné vedení, cenné rady a podporu během tvorby této práce. Velice si vážím její zpětné vazby, které mi v rámci konzultací poskytla.

Dále bych chtěla poděkovat všem pracovníkům domovů pro seniory, ve kterých mi bylo umožněno uskutečnit rozhovory v rámci výzkumu za jejich ochotu ke spolupráci. A samozřejmě velké poděkování patří především seniorům, kteří byli ochotni se se mnou podělit o své zkušenosti, názory a postoje.

V neposlední řadě bych chtěla poděkovat také své rodině za jejich podporu a motivaci k dokončení bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	13
1 SOCIÁLNÍ SLUŽBY V ČR.....	14
1.1 LEGISLATIVA.....	14
1.2 KVALITA V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH	16
1.3 SOCIÁLNÍ SLUŽBY PRO SENIORY	18
2 AKTIVIZAČNÍ TECHNIKY V DOMOVECH PRO SENIORY.....	20
2.1 ARTETERAPIE	20
2.2 ERGOTERAPIE.....	21
2.3 DRAMATERAPIE	22
2.4 MUZIKOTERAPIE	23
2.5 REMINISCENCE	24
2.6 KOGNITIVNÍ TRÉNINK	26
2.7 SMYSLOVÁ AKTIVIZACE	27
2.8 TANEČNĚ POHYBOVÁ TERAPIE	28
2.9 JINÁ POHYBOVÁ CVIČENÍ.....	29
3 ZOOTERAPIE	30
3.1 VLIV ZVÍŘETE NA ČLOVĚKA	31
3.2 POČÁTKY A VÝVOJ ZOOTERAPIE	31
3.3 SVĚTOVÉ A ČESKÉ ORGANIZACE ZABÝVAJÍCÍ SE ZOOTERAPIÍ	32
3.4 TYPY ZOOTERAPIE DLE METODY.....	34
3.5 TYPY ZOOTERAPIE DLE ZVÍŘETE	35
3.5.1 Canisterapie.....	35
3.5.2 Hiporehabilitace	37
3.5.3 Felinoterapie.....	38
3.5.4 Ornitoterapie	39
3.5.5 Zooterapie za pomoci jiných druhů zvířat.....	39
II PRAKTICKÁ ČÁST	41
4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	42
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	42
4.2 PŘEDVÝZKUM	42
4.3 VÝZKUMNÉ CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	43
4.4 METODOLOGIE VÝZKUMU	43
4.5 TECHNIKA SBĚRU DAT	43
4.6 DESIGN VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	44

4.7	VÝZKUMNÝ SOUBOR	45
5	VÝSLEDKY TEMATICKÉ ANALÝZY	47
5.1	POCITY VYVOLANÉ ZVÍŘATY	47
5.1.1	Pozitivní pocity.....	47
5.1.2	Neutrální pocity	48
5.1.3	Negativní pocity	48
5.2	ZKUŠENOSTI SE ZVÍŘATY	50
5.2.1	Chov zvířat	50
5.2.2	Zvířata v rodině	50
5.2.3	Zranění či zničení věcí	51
5.2.4	Úmrtí zvířete.....	51
5.3	VZTAH KE ZVÍŘATŮM	52
5.3.1	Nejoblíbenější a neoblíbená zvířata	52
5.3.2	Vztah ke zvířatům obecně	53
5.3.3	Vzájemný vztah člověka a zvířete	54
5.3.4	Vyhledávání kontaktu se zvířaty	55
5.3.5	Touha po zvířeti.....	56
5.3.6	Empatie se zvířetem	57
5.4	ZOOTERAPIE V DOMOVECH PRO SENIORY	57
5.4.1	Typy zooterapie	58
5.4.2	Frekvence zooterapie.....	59
5.4.3	Průběh zooterapie	59
5.4.4	Zájem o zooterapii.....	61
5.4.5	Přítomnost zvířat v domově pro seniory	62
5.4.6	Návštěva se zvířetem.....	62
5.5	SUBJEKTIVNÍ POHLED NA ZOOTERAPII	62
5.5.1	Pozitiva zooterapie	63
5.5.2	Negativa zooterapie	64
5.6	VLIV ZVÍŘETE NA ČLOVĚKA.....	65
5.6.1	Vliv na náladu	65
5.6.2	Vliv na zdravotní stav.....	66
6	INTERPRETACE VÝZKUMU	67
7	DISKUZE	69
	ZÁVĚR.....	71
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	73
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	77
	SEZNAM PŘÍLOH.....	78

ÚVOD

Stárnutí a stáří je spojeno s mnoha tělesnými, psychickými a kognitivními změnami. Senioři se mohou potýkat s poklesem fyzické výkonnosti, mnohdy mají horší zrak a sluch, u starších častější jsou také problémy s páteří a klouby. V neposlední řadě se u seniorů může objevit narušená schopnost krátkodobé paměti, poruchy orientace v čase a prostoru, poruchy spánku či určitá forma stařecké demence. Následkem těchto zdravotních problémů a změn se může stát, že soběstačnost dané osoby bude významně snížena. V případě, že se o tohoto seniora nemůže postarat jeho rodina či už síly členů rodiny nestačí, nastupují pak jako pomocníci sociální služby pro seniory, které jim dopomáhají udržet si určitou kvalitu života ve stáří. Je možné zvolit takovou sociální službu, která bude nejvíce vyhovovat aktuálním potřebám konkrétního seniora. Příkladem takové sociální služby jsou služby pobytové, které poskytují zařízení jako jsou domovy se zvláštním režimem či domovy pro seniory.

V těchto pobytových sociálních zařízeních jsou jejich klientům nabízeny různé činnosti, které mají za cíl povzbudit klienta k určité aktivitě, tedy aktivizovat. To vede ke zlepšení schopností a dovedností fyzické kondice, kognitivních funkcí, psychické pohody, dále k podpoře sociálních interakcí a soběstačnosti. Jednou z aktivizačních metod je zooterapie, která využívá terapeutického účinku zvířat. Mnohé výzkumy potvrzují pozitivní vliv této techniky, avšak subjektivní názor samotných účastníků není vždy patřičně reflektován. Cílem této bakalářské práce je tedy zjistit, jaký je pohled samotných účastníků na zooterapii, která je využívána jako aktivizační technika. Jak se klienti domova pro seniory dívají právě na zooterapii, jak a zda vůbec vnímají její vliv sami na sobě. Zajímalo mě také, jaké vidí v zooterapii pozitiva a co jim naopak nevyhovuje a chtěli by změnit.

Teoretická část bakalářské práce se nejprve zabývá sociálními službami v České republice, je zde zmíněno její legislativní ukotvení a dále pak jsou popsány sociální služby týkající se seniorů. V další kapitole jsou popsány jednotlivé typy aktivizačních technik s jejich charakteristikou a pozitivními účinky na člověka. Samostatná kapitola je dále věnována zooterapii, která je jednou z těchto aktivizačních metod. Je zde popsán vliv zvířete na člověka, také jsou zmíněny počátky zooterapie a její následný vývoj, dále jsou uvedeny světové a české organizace, které se zooterapií zabývají a poslední dvě podkapitoly jsou věnovány členění zooterapie dle metody a dle zvířete.

V praktické části je popsán výzkum, jehož cílem je zodpovědět stanovené výzkumné otázky. Hlavní výzkumnou otázkou je: Jaký je ohled klientů domova pro seniory

na zooterapii jako jednu z forem aktivizace? Jako dílčí výzkumná otázka byla stanovena: Jaký má zooterapie na seniora vliv? Byl zvolen kvalitativní výzkum, který se využívá při zkoumání názorů a postojů, výzkum byl zaměřený. Data byla získána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů od 5 osob. Získaná data byla dále zpracována pomocí tematické analýzy, následně popsány výsledky, které v kapitole Diskuze doplnily jiné studie týkající se vlivu zooterapie na seniory.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 SOCIÁLNÍ SLUŽBY V ČR

Kapitola pojednává o sociálních službách v České republice, uvádí definici sociálních služeb, jejich cíle a popisuje druhy sociálních služeb obecně. První podkapitola se věnuje právnímu ukotvení sociálních služeb, a to především zákonu č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění a dále zmiňuje vyhlášku č. 505/2006, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. Druhá kapitola nese název Kvalita v sociálních službách, kde jsou zmíněny a definovány jednotlivé standardy kvality sociálních služeb. Z důvodu zaměření bakalářské práce na osoby v seniorském věku, další podkapitola popisuje sociální služby pro seniory. Zde jsou vymezeny formy sociálních služeb pro seniory a jejich specifika.

Dle Matouška (2007) jsou sociální služby určeny pro osoby, které se vyskytují v sociálně znevýhodněné situaci, což pak může vést ke společenské izolaci. Toto negativně ovlivňuje také rodinu či nejbližší okruh lidí, v němž se člověk vyskytuje. Cílem je tedy poskytnutí pomoci této osobě tak, aby došlo ke zlepšení jeho nepříznivé situace a tím i eliminace rizika vzniku nepříznivé sociální situace u osob jemu nejbližších.

Hlavní cíl sociálních služeb je definován v Bílé knize takto: „Sociální služby mají za cíl pomoci lidem udržet si nebo znovu nabýt místo v životě jejich komunity, pokud toho sami nejsou schopni. Sociální služby jsou zaměřeny na lidi – na jedince, jejich rodiny a na jejich sociální síť. Jaké služby jsou poskytovány vyplývá z individuálních potřeb lidí a z celkových potřeb komunit, v nichž tito lidé žijí“ (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2003, s. 8).

1.1 Legislativa

V České republice jsou sociální služby legislativně zakotveny v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění. Tento zákon vymezuje základní pojmy, jako je například sociální služba, sociální vyloučení a sociální začleňování, zdravotní postižení, síť sociálních služeb či pečující osoba (Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění).

Dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění, je sociální službou „činnost nebo soubor činností zajišťujících pomoc a podporu osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení“ (Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách).

Zákon o sociálních službách dále stanovuje 3 druhy sociálních služeb, které blíže definuje a popisuje také zařízení, která tyto sociální služby poskytují. Jedná se o sociální poradenství, služby sociální péče a služby sociální prevence. Sociální poradenství je zaměřeno na poskytnutí základních nebo odborných informací lidem v nepříznivé životní situaci. Sociální poradenství poskytují např. občanské poradny, manželské poradny, poradny pro seniory a další. Služby sociální péče si kladou za cíl poskytnout takovou formu pomoci potřebným, aby byli schopni co nejlépe fungovat ve svém sociálním prostředí a případně pokud je to nutné, nabídnout odpovídající pobytové služby. Do oblasti služeb sociální péče spadá např. osobní asistence, pečovatelská služba, odlehčovací služba, centra denních služeb, denní stacionáře či domovy pro seniory. Poslední skupinou sociálních služeb jsou služby sociální prevence, jejichž cílem je pomoci lidem v tíživé životní situaci a tím potažmo ochránit společnost před patologickými jevy. Můžeme zde zařadit azylové domy, nízkoprahová denní centra, sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, sociální rehabilitace a další (Zákony pro lidi, nedatováno).

Zákon o sociálních službách také upravuje podmínky, za kterých je možné sociální služby poskytovat. Poskytovatelé sociálních služeb musejí být zapsáni v registru poskytovatelů sociálních služeb, který je veden krajským úřadem. Dále jsou zde poskytovatelům sociálních služeb stanoveny určité povinnosti, např. mají povinnost sociální službu poskytovat na základě uzavřené smlouvy s žadatelem, dodržovat standardy kvality sociálních služeb, sdělovat žadatelům o službu jejich povinnosti vyplývající z uzavřené smlouvy o poskytnutí služby či zveřejňovat informace týkající se nabízených služeb danou organizací a další (Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění).

Důležitou součástí zákona o sociálních službách je také část, týkající se předpokladů pro výkon povolání sociálního pracovníka, kde jsou popsány požadavky na zdravotní a odbornou způsobilost, nutností je také trestní bezúhonnost a svéprávnost (Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění).

Dle Matouška (2007) zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění zajišťuje lidem, kteří se nacházejí v nepříznivé sociální situaci dostupnost informací prostřednictvím poradenství, čímž je podporována samostatnost a aktivita těchto osob dále situaci řešit. Pokud však poradenství nestačí, lze využít některou ze sociálních služeb. Sociální služby jsou tímto zákonem nastaveny tak, aby vyhovovaly individuálním potřebám konkrétních osob.

Výše zmíněný zákon o sociálních službách doplňuje vyhláška č. 505/2006, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. Zde jsou přesně určeny úkony a činnosti, které jsou poskytovány osobám, využívajících konkrétní sociální službu. Například v případě pečovatelské služby se poskytuje pomoc při podávání jídla a pití, při oblékání, při osobní hygieně, při zajištění chodu domácnosti nákupem jídla či úklidem bytových prostor a další (Vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách).

1.2 Kvalita v sociálních službách

Pojem kvalita pramení z latinského slova qualis a v překladu znamená jaký, což je možné použít v případě, že se ptáme na vlastnost určitého produktu. Slovní spojení kvalita sociálních služeb lze tedy chápat jako hodnocení úrovně poskytovaných sociálních služeb danou organizací. Takovéto hodnocení může být jak čistě subjektivní, např. z pohledu uživatele sociální služby, tak také objektivní z pohledu poskytovatele sociálních služeb (Malík Holasová, 2014).

Pro zajištění určité úrovně nabízených sociálních služeb je u takto zaměřených organizací realizována inspekce poskytování sociálních služeb, kterou obstarávají krajské úřady a Ministerstvo práce a sociálních věcí. Z důvodu určité objektivnosti a měřitelnosti kvality sociálních služeb musejí organizace v České republice splňovat tzv. standardy kvality sociálních služeb, které jsou popsány ve vyhlášce č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2019).

Standardy kvality sociálních služeb jsou rozčleněny do tří skupin – jedná se o standardy procedurální, personální a provozní. Procedurální standardy jsou zaměřeny na vztah mezi uživatelem a poskytovatelem služby. Zde spadá celkem osm standardů. Prvním standardem jsou Cíle a způsoby poskytování sociálních služeb, který poskytovatelům stanovuje povinnost informovat o nabízených sociálních službách, jaké služby nabízí, komu jsou určeny, kde a kdy jsou služby realizovány, dále uvádí podmínky poskytnutí služeb a co je jejich cílem. Standard druhý nese pojmenování Ochrana práv osob, kterým je zajištěno dodržování lidských práv uživatelům při poskytování služby. Organizace má povinnost popsat případy, kdy by mohlo dojít ke zneužití či porušení práv, dále vysvětlit, jak této situaci preventivně zabránit a zmínit případná možná řešení, pokud k porušení práv dojde. Standard třetí se týká jednání se zájemcem o sociální službu, v rámci kterého

organizace předá zájemci o službu veškeré potřebné informace týkající se podmínek poskytování služby a je dále potřeba zjistit, klientova přání a očekávání. Standard čtvrtý se týká smlouvy o poskytování sociální služby. V tomto dokumentu je nutné uvést, jaká sociální služby byla domluvena, její rozsah, průběh, místo uskutečnění, úplata za službu apod. Pátý standard má název Individuální plánování průběhu sociální služby. Jedná se o detailnější popis o tom, jak bude služba poskytována, což se může odvíjet například od zdravotního stavu klienta či jeho cílů, kterých chce službou dosáhnout. Podmínky dokumentace o poskytování sociální služby jsou charakterizovány ve standardu šestém. Je zde stanoveno, že poskytovatel po zájemci může vyžadovat pouze informace potřebné k zjištění dané sociální služby a veškeré dokumenty jsou klientům k dispozici k nahlédnutí. V případě, že klient není z nějakého důvodu s poskytnutím služby spokojen, může podat stížnost na kvalitu nebo způsob poskytování sociální služby, což je obsaženo ve standardu sedmém. Poslední standard spadající do oblasti procesní je Návaznost poskytované sociální služby na další dostupné zdroje, kde by poskytovatel měl klienta v případě potřeby odkázat na další organizace či odborníky (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2019).

Druhou skupinou standardů jsou standardy personální, které se týkají pracovníků zajišťující danou sociální službu. Standard devátý je nazván Personální a organizační zajištění sociální služby a stanovuje právo klienta na informace týkající se vzdělání a odbornosti konkrétních pracovníků poskytující danou službu. Dále zde patří standard desátý Profesní rozvoj zaměstnanců, v rámci kterého mají všichni zaměstnanci organizace stanoven plán profesního rozvoje a dalšího vzdělávání (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2019).

Poslední skupinou standardů je oblast provozní. Ve standardu jedenáctém poskytovatel vymezuje, kde a kdy bude služba poskytnuta dle cílů a přání klienta. Následující standard udává poskytovateli povinnost sdělovat informace o sociální službě ve srozumitelné formě pro konkrétního zájemce. Standard třináctý zavazuje organizaci k tomu, aby své služby poskytovala ve vhodném prostředí. Dále je poskytovatel povinen charakterizovat nouzové a havarijní situace, které mohou nastat a jejich následné řešení. Poslední standard obsahuje způsoby, jak organizace zjišťuje od svých klientů, zda jsou se službami spokojeni či nikoliv. Tato zpětná vazba má vést ke zlepšování kvality služeb (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2019).

1.3 Sociální služby pro seniory

Osoby v období stáří se dříve či později mohou potýkat s úbytkem fyzických sil a s nejrůznějšími zdravotními problémy. Jedná se například o zhoršení zraku a sluchu, nemoci páteře a kloubů, dále s přibývajícím věkem roste také pravděpodobnost výskytu onemocnění srdce a vysoký krevní tlak. U starých lidí není ojedinělý výskyt tzv. polymorbidity, tedy přítomnost několika různých chronických chorob najednou (Říčan, 2014).

Senioři tak mnohdy potřebují pomoc druhé osoby, jde například o zajištění nákupu, doprovod na úřady, úklid domácnosti či dopomoc s osobní hygienou. Nejčastěji takovému senioru jako první nabídne pomoc jeho vlastní rodina. Podpora a péče vlastní rodiny je pro seniora velmi důležitá také z hlediska naplnění sociálních jistot. Pokud však členové rodiny na tuto pomoc s časových či jiných důvodů nestačí, je možné se obrátit na organizace, které poskytují sociální služby určené právě starým lidem (Dvořáčková, 2012).

Všechny formy sociální pomoci lze rozdělit do tří forem sociálních služeb. Jedná se o služby terénní, ambulantní a pobytové. Nejvíce využívanou terénní službou je pečovatelská služba, jejímž cílem je dle Dvořáčkové (2012, s. 83) především „zajistit zejména základní životní potřeby klientů, podporovat samostatný a nezávislý život v domácnostech, zachovat kontakt se sociálním prostředím a oddálit nutnost umístění do ústavní péče“.

Ambulantní služby poskytují například centra denních služeb nebo denní stacionáře, kdy klient do zařízení dochází. V rámci ambulantních služeb bývá klientům například poskytnuta strava, senioři se účastní vzdělávacích a aktivizačních činností a tato služba jim také zajišťuje potřebný sociální kontakt (Zákony pro lidi, nedatováno).

Poslední skupinou jsou pobytové služby, které v případě seniorů jsou poskytovány v domovech se zvláštním režimem či v domovech pro seniory. Hlavní službou je ubytování, další nabízené služby se pak shodují s již zmíněnými aktivitami v ambulantních službách (Zákony pro lidi, nedatováno).

Jak bylo uvedeno výše, sociální služby v ČR zahrnují formy pomoci různého charakteru. V současnosti si lze všimnout trendu, pro který je typická určitá deinstitucionalizace (nejen v případě péče o seniory). Tedy snaha poskytnout pomoc klientům v jejich přirozeném domácím prostředí, pokud je to možné. V tomto případě lze využít například pečovatelskou službu či denní stacionáře. Pokud však situace nedovoluje

péči v domácím prostředí, je vhodné umístění do pobytového sociálního zařízení. Nejčastějšími zřizovateli pobytových sociálních zařízení jsou v České republice kraje a obce, v menší míře pak nestátní neziskové organizace (Malíková, 2012).

Do pobytových sociálních zařízení patří domy s pečovatelskou službou, domovy pro seniory a domovy se zvláštním režimem. V domech s pečovatelskou službou se nacházejí samostatné byty, které seniorům poskytnou patřičné soukromí. Bydlení je však obohaceno o pečovatelskou službu, která bývá dostupná až 24 h denně. Domovy pro seniory jsou určeny pro osoby starší 60 let, kteří z důvodu svého zdravotního stavu jsou závislí na péči jiné osoby. Tato služba zajišťuje osobám v seniorském věku ubytování, stravu, pomoc s osobní hygienou, aktivizační a sociálně terapeutické činnosti. Podobnou formu pomoci poskytují také domovy se zvláštním režimem, jejich typickými klienty jsou však senioři s duševním onemocněním, stařeckou demencí či Alzheimerovou chorobou (Dvořáčková, 2012).

2 AKTIVIZAČNÍ TECHNIKY V DOMOVECH PRO SENIORY

Tato kapitola se věnuje definici pojmu aktivizace seniorů a důvodům, proč je právě pro osoby pokročilého věku aktivizace důležitá. Dále jsou charakterizovány jednotlivé techniky, které jsou často součástí aktivizačního programu domovů pro seniory.

Pojem aktivizace seniorů můžeme chápat jako nabízení a poskytování takových aktivit, které by měly klienta podnítit k určité aktivní činnosti, čímž dochází k rozvoji sociálních, kognitivních i motorických dovedností. V pobytových sociálních zařízeních je toto především v kompetenci aktivizačních pracovníků, kteří se na určitou formu aktivizace specializují. Pro seniory jsou vytvářeny aktivizační programy, které zahrnují různé aktivizační techniky a činnosti a ty jsou osobám v domovech pro seniory nabízeny v jejich volném čase (Medlíková, 2011).

Důvod, proč je aktivizace seniorů tolik důležitá je ten, že při zapojování mozku a myšlení dochází jednak k prohlubování již vzniklých spojů mezi mozkovými buňkami, a to i v případě, že jsou již tyto spoje poškozeny, a taktéž to vede ke vzniku spojů nových. Jedná se o důležitou formu prevence stařecké demence, a kromě toho je také skrze tyto aktivity naplňována i potřeba poznávání či potřeba sociálního kontaktu. Aktivizace seniorů nemusí představovat pouze plnění speciálních úkolů jako je luštění křížovek či hra Bingo, zcela jistě zde patří také vybízení k běžným každodenním činnostem a jejich trénink. Například trénink sebeobsluhy (Medlíková, 2011).

Mezi nejčastěji využívané aktivizační techniky patří zooterapie, arteterapie, muzikoterapie, ergoterapie, reminiscenční terapie, pohybové aktivity, kognitivní trénink, kreativní techniky a další. Můžeme zde zařadit také nejrůznější soutěže, stolní a společenské hry nebo aktivity, které jsou zaměřeny na trénink každodenních činností (Kolektiv autorů, nedatováno).

2.1 Arteterapie

Arteterapie je aktivizační technika či forma psychoterapie, která využívá pozitivního působení barev na člověka a možnosti vyjádřit své emoce, myšlenky a nálady ve výtvarném zpracování. Mezi zakladatele arteterapie patří např. Naumburgová, Lewis či Kramerová. Je známo, že barvy mohou mít vliv na naše emoce a na naše chování. Každé barvě člověk subjektivně přisuzuje určité vlastnosti a to, jak na něho působí. Jedná se o tzv. barevnou asociaci, která je subjektivní a je dána předchozími zkušenostmi daného jedince, jeho aktuální

náladou či kulturou, ve které žije. Například černá barva je v Evropě vnímána jako barva smutku a smrti, Japonci však mají se smrtí spojenou barvu bílou, Egypťané žlutou (Stejskalová, 2012).

Kromě barev mají v arteterapii také velký význam symboly a jejich použití. Pro terapeuty mnohdy není jednoduché rozklíčovat důvod použitých symbolů či jejich příčinu. Důležité je všimnout si, zda se daný symbol u klienta vyskytuje často a také v jakých barvách byl vyobrazen. Nejpresnější vysvětlení symbolu však může podat pouze klient sám (Stejskalová, 2012).

Mezi techniky arteterapie patří nejčastěji využívaná kresba (kresba na volné téma, kresba projektivních pocitů), dále malba, koláž, práce s keramikou či se dřevem a další. Arteterapie může být prováděna jak individuálně, tak ve skupinách (Stejskalová, 2012).

2.2 Ergoterapie

Ergoterapie je aktivizační technika zaměřená na klienty, kteří mají omezenou schopnost pohybu. Důvodem může být úraz, chronická nemoc nebo projevy stárnutí. Ergoterapie vychází z přirozené potřeby člověka vykonávat nějakou aktivitu, tedy být aktivní. Pokud se však jedinec nemůže pohybovat bez omezení, je tato potřeba potlačena a zautomatizované každodenní činnosti se mohou stát problémem. Hlavním cílem ergoterapeutů je pomoci člověku, aby byl schopen provádět všechny pro něho významné činnosti, pokud možno v uspokojivém rozsahu. Ergoterapií dochází k rozvoji poznávacích, senzomotorických, psychických i sociálních dovedností (Jelínková et al., 2009).

Jelínková et al. (2009) uvádí 3 oblasti, na které se ergoterapie zaměřuje. Jedná se o každodenní činnosti, kam spadá péče o vlastní osobu jako je hygiena, oblékání, konzumace jídla, používání toalety a dále také chůze, příprava jídla, používání mobilního telefonu či dopravních prostředků, nákup v obchodě a veškeré domácí práce. Další oblastí jsou pracovní činnosti, které jsou spojeny s výkonem zaměstnání a zajištěním finančních prostředků, případně také se vzděláváním. Do poslední oblasti patří činnosti, kterým se lidé věnují ve svém volném čase, tedy zájmové činnosti a hry.

Moderní ergoterapie využívá technik, které působí na aktivizaci smyslové soustavy a vjemů. Při působení na hmatový vjem se používají speciální fyzioterapeutické pomůcky jako je tlaková hmota, balony či gumičky. Klienti také provádějí prstová cvičení, která slouží

k protažení prstů a k tréninku pohybu prstů a vytváření tlakovému působení na dlaně apod. (Stejskalová, 2012).

Mezi aktivity, které mají pozitivní vliv na hmat patří zahradničení, práce s keramikou, pletení košíků a další. S hmatovým vjemem je úzce propojený zrak. V případě aktivace zrakového vjemu se prolíná ergoterapie s arteterapeutickými technikami. Mohou být použity podobné materiály (keramika, korálky, papír, barvy) a výsledkem takovéto činnosti jsou výrobky, které jsou mnohdy určeny k výstavě nebo k prodeji. Rozvoj sluchového vjemu může být jakýmsi doplňkem určité ergoterapeutické aktivity například ve formě poslechu relaxační hudby či zvuků přírody (potůček, les) jako pozadí, které navozuje poklidnou atmosféru a zlepšuje koncentraci. Při působení na čich se využívá pozitivních účinků aromaterapie. Je dokázáno, že vůně ovlivňují nálady, duševní stav člověka, pozitivně působí na spánek a relaxaci. Čichové vnímání může být stimulováno skrze přítomnost vůně v místnosti pobytu klienta či aktivním inhalováním. Chuťové stimuly se vyskytují v rámci ergoterapie především při nácviku vaření pokrmů. U seniorů hraje chuťový vjem velký význam pro uchování psychosomatické paměti, a to především v počátcích Alzheimerovy či Parkinsonovy choroby (Stejskalová, 2012).

2.3 Dramaterapie

Dramaterapie je zážitková metoda psychoterapie, která má vliv jak na emoce, tak i na fyzický stav člověka. V rámci této techniky jsou vytvářeny modelové situace a účastníci v ní vždy zauímají určitou roli. Prostřednictvím prožitku se tak učí v dané sociální situaci jednat nebo nacházet vhodná řešení (Stejskalová, 2012).

Tato metoda se skládá z několika fází. Nejprve je důležité ve skupině navodit přátelskou atmosféru a naladit účastníky na hru. Poté následuje tzv. warm-up, tedy rozvíčka, která může mít podobu například imaginace či verbálního rozvíčení. Dále dochází k otevření hracího prostoru například určitým rituálem. Další fází je tzv. nastartování hry, kdy jsou účastníci obeznámeni s jejími pravidly a postupem. Poté již dochází k samotnému hraní, kdy každý zaujímá svou určitou roli. Vše je zakončeno sebereflexivním zhodnocením (Gošová, 2011).

Můžeme rozlišit několik forem dramaterapie, jsou jimi psychodrama, sociodrama, teatroterapie, loutkové divadlo a pantomima. Pro psychodrama je hlavním cílem především rozvoj kreativity a spontánnosti, jelikož se vychází z předpokladu, že lidé právě tyto vlastnosti v sobě často potlačují, a to má za následek rozvoj psychosomatických obtíží.

Klient spontánně předvede určitou situaci, která se váže k jeho problému. Každému účastníku psychodramatu je přiřazena určitá role a chováním odpovídající této roli tak zasahuje do scénky a ovlivňuje dění. Terapeut je zde v roli režiséra, který celou scénku usměrňuje. V rámci této hry je možné využít různých forem terapeutických technik, jako je například zrcadlení nebo převrácení rolí (Stejskalová, 2012).

Sociodrama se využívá především v případě skupinové psychoterapie a je zaměřeno na zlepšení vztahů mezi členy skupiny. Účastníky jsou tedy skupiny – tým kolegů či třída žáků, jejichž každý člen do hry promítá své postoje, vzorce chování či problémy, které ovlivňují celou skupinu. Dalším typem dramaterapie je teatroterapie, jejíž typické využití je především u osob s mentálním či tělesným hendikepem. Cílem je rozvoj kreativity, zvýšení sebevědomí klienta a navázání společenských kontaktů. Mnohdy je teatroterapie doprovázena také muzikoterapií, což má pozitivní vliv na rozvoj řeči. V případě dramaterapie v podobě loutkového divadla může být předlohou známý příběh (pohádka) nebo také improvizovaná hra. Účastník si loutku nejprve vyrobí a loutka do hry vstupuje s vlastnostmi, které ji sám klient přiřadí. V těchto vlastnostech a v jednání loutky při hraní se odráží osobnost či problémy účastníka. Pantomima je hraní beze slov, využívá se zde mimika, gestikulace a pohyby rukou a těla ke znázornění příběhu a vyjádření pocitů. Při pantomimě dochází k rozvoji pohybových dovedností, dovedností neverbální komunikace a spontánního projevu (Stejskalová, 2012).

2.4 Muzikoterapie

Muzikoterapie je terapeutická a aktivizační metoda, která využívá pozitivních účinků hudby na tělesnou a duševní stránku člověka. Představuje nejen vnímání hudby v podobě melodie či písni, ale také vnímání lidského hlasu, zvuky přírody či vnímání samotného rytmu (Stejskalová, 2012).

Z historického hlediska lidstvo využívalo hudbu k potěše duše a k její léčbě již v období Starověkého Egypta, dále také ve Starověké Indii, Izraeli, Persii a Číně. Melodie a hudba již tehdy sloužily ke zklidnění emocí a k terapii úzkostných či depresivních stavů. Základy pro současnou podobu muzikoterapie byly položeny již ve starověkém Řecku. Mezi nejznámější řecké filozofy a myslitele, kteří záměrně využívali pozitivních účinků hudby patřil například Damón, Empédokles, Pythagoras či Aristoteles. Již tehdy byla hudba brána jako prostředek pro zklidnění, relaxaci, léčbu agresivity či melancholie a je také

známo, že vždy určitá skladba či melodie byla vhodná pro léčbu konkrétního nežádoucího duševního stavu (Stejskalová, 2012).

Vznik muzikoterapie jako profese je spojen s rokem 1950, kdy vznikla Národní asociace pro muzikoterapii ve Spojených státech amerických. Česká republika je v současnosti členem dvou významných muzikoterapeutických organizací, a to Světové federace muzikoterapie (WFMT) a Evropské muzikoterapeutické konfederace (EMTC). Na území ČR operuje Muzikoterapeutická asociace České republiky, zkratkou CZMTA (Müller, 2014).

Při aktivizaci seniorů se z oblasti muzikoterapie využívají takové elementy, které mají vliv na fyziologické děje člověka (srdeční aktivita, dýchání, svalové napětí), na paměť, schopnost soustředění a další poznávací funkce, dále na utváření sociální vztahů a v rámci komunikace na zlepšení výslovnosti či obohacení slovní zásoby. Obecně lze muzikoterapeutické techniky rozdělit na aktivizační a receptivní. Do aktivizačních technik se senior aktivně zapojuje, můžeme zde zařadit například zpívání, hra na vlastní tělo nebo na hudební nástroje, rytmická cvičení či hudební kvízy. Receptivních technik se senior účastní pouze pasivně a patří zde především relaxace, poslech hudby, dechová cvičení či vzpomínání na události ze života seniora spojené s hudbou (Suchá et al., 2013).

Pokud je cílem muzikoterapeutického sezení relaxace, často se využívají zvuky přírody, jako je zpěv ptáků, hučení potůčku, zvuky lesa, deště apod. Tyto zvuky mohou být doprovázeny také mluveným slovem, kdy aktivizační pracovník vypráví nějaký příběh a senior vnímá současně i lidský hlas – tedy vícero zvukových vjemů najednou. Zpěv je oproti pasivnímu poslechu aktivizační technikou, která je velmi oblíbená především z toho důvodu, že vychází z přirozené potřeby hlasového projevu u člověka. Zpívání ovlivňuje naše emoce, může vyvolat nejružnější vzpomínky z dětství, pomáhá nám poznat sama sebe a zároveň pochopit druhé. Hra na hudební nástroj je technikou aktivní hudební tvorby, kde nemusí být cílem přesně reprodukovat určitý rytmus či známou melodii, ale může se využívat také improvizace. Skrze improvizovanou hru na hudební nástroje pak klient vytváří zvuky či rytmus, kterým vyjadřuje svou aktuální náladu a své pocity (Stejskalová, 2012).

2.5 Reminiscence

Reminiscence je aktivizační metoda, která je založena na vyvolání vzpomínek u klienta. Vzpomínky a zkušenosti utváří člověka v jedinečnou bytost, jsou součástí životního příběhu každého z nás. Vzpomínky také propojují generace a umožňují jejich vzájemné pochopení.

Aby mohla být péče o seniora v pobytovém zařízení co nejkvalitnější, je zapotřebí znát klientovu životní cestu a dle toho péči a přístup přizpůsobit (Janečková & Čížková, 2021).

Jednou z reminiscenčních metod je individuální či skupinový rozhovor. Aby k rozhovoru mohlo dojít, je nutné se seniorem navázat kontakt. K tomuto se využívají tzv. reminiscenční podněty, které v klientovi vyvolají určitou vzpomínku. Jako reminiscenční podnět může sloužit fotografie, hudba (konkrétní píseň), předmět či hračka připomínající dětství, vůně koření či jídlo. Reminiscenční rozhovor může mít charakter krátkého popovídání si pečovatelky se seniorem v průběhu dne, nebo se může jednat o hloubkový rozhovor, který je veden aktivizačním pracovníkem. Hloubkový rozhovor je technika, na kterou je již vyhrazeno více času a při níž se osoba vzpomínkami vrací do svého mládí, např. mluví o své rodině, profesní dráze, zmiňuje své úspěchy či případně bolestivé zážitky. Cílem aktivizačního pracovníka není otevírání starých ran, ale spíše bližší poznání a pochopení osobnosti klienta, empatické naslouchání a poskytnutí opory. U seniora by tímto mělo dojít k uvědomění toho, kdo vlastně je, co za svůj život dokázal a tím i k posílení vlastní sebehodnoty (Janečková & Čížková, 2021).

Další často využívanou technikou je imaginace, při které dochází k ponoření se do svých vzpomínek, často se zavřenýma očima a vybavení si jakýchsi obrazů z minulosti. Jedná se o hlubší formu vzpomínání, klient si může vybavit také vůně nebo pocity, které se se vzpomínkou pojí. Lze zvolit také formu tzv. doprovázené imaginace, v průběhu které na seniora pomalu a klidně mluví aktivizační pracovník a koriguje tak jeho vzpomínání. Pracovník pozorně sleduje neverbální projevy seniora (úsměv, zamračení, pláč), ze kterých mohou být patrné emoce vyvolané danou vzpomínkou (Janečková & Čížková, 2021).

Reminiscence se dá také využít v případě tvořivých činností a ruční práce. Dnešní senioři mohou zavzpomínat na své dětství například při pletení věnečku z lučních květín či vyrábění pomlázky z vrbového proutí. Mezi další aktivity zde patří také jednoduché vyšívání, pletení, tvorba z keramiky nebo hlíny, zahradničení, výroba vzpomínkových koláží nebo alb. Zajímavostí mohou být tzv. vzpomínkové bedny, do kterých si klienti ukládají své fotografie z různých období života a vzpomínkové předměty. Reminiscenční bedny mohou vzniknout také za pomoci členů rodiny, kteří taktéž přispějí vložením určitého předmětu a tím i vzpomínky s ním spojené. K této bedně či kufříku se může senior kdykoliv vracet, otevřít si ho a prohlížet. Bedny mohou být i tematicky zaměřené, například na období války a sloužit v rámci výstav široké veřejnosti (Janečková & Čížková, 2021).

2.6 Kognitivní trénink

Kognitivní trénink je technika, která se zaměřuje na zlepšování tzv. kognitivních neboli poznávacích funkcí člověka. K těmto funkcím řadíme např. paměť, pozornost, myšlení, představivost, počítání, orientace v čase, v prostoru a v místě a dále řečové funkce jako komunikace verbální i neverbální, psaní a kreslení (Suchá et al., 2013).

Suchá a Holmerová (2019) uvádějí, že v pokročilém věku (cca již od 45. roku života) dochází ke zhoršení některých kognitivních funkcí. Jedná se o zhoršení střednědobé paměti, která slouží k zapamatování si informací zpětně po dobu několika hodin až dnů. Typické je také zhoršení prospektivní paměti pro informace týkající se našeho plánu v blízké budoucnosti, např. člověk zapomene, co chtěl právě udělat. Lidé v tomto věku nejsou již tolik pružní a přizpůsobiví změnám, zhoršená je i schopnost plánování a udržení pozornosti. Pokud zmíněné změny na sobě člověk již pocítuje, může pomoci procvičování mozku a paměti různými aktivitami. Tohoto se využívá i v rámci aktivizace seniorů v domovech pro seniory.

Kognitivní trénink se zaměřuje na několik oblastí poznávacích funkcí a od nich se pak odvíjí konkrétní úkoly a činnosti zadané aktivizačním pracovníkem. Úkolem při tréninku krátkodobé paměti může například být zopakování všech slov či obrázků, které si senior přečte či prohlédne. K této aktivizaci lze využít také pexeso nebo se senioři se mohou učit básničky. Cvičení dlouhodobé paměti se mnohdy vztahuje k minulosti a vzpomínkám klienta. Je například vyzván, aby při pohledu na svou fotografii ze základní školy vyjmenoval co nejvíce spolužáků. Ke cvičení zrakově-prostorových schopností slouží například puzzle, šachy, čínské hlavolamy. Další cvičení jsou zaměřena na procvičování slovní zásoby. Zde mohou posloužit hry scrabble a slabikové domino, dále pak doplňování slov dle počátečních písmen, čtení knih či luštění křížovek. K tréninku pozornosti je například možné využít sudoku či osmisměrky (Suchá & Holmerová, 2019).

U aktivit kognitivního tréninku je důležité, aby jejich obtížnost odpovídala možnostem a schopnostem daného seniora. Většinou se také postupuje od snazších úkolů k těm obtížnějším. Je potřeba také brát na vědomí případné zdravotní problémy seniorů – zhoršené psaní, špatný zrak, nedoslýchavost atd. Aktivita by měly probíhat v prostředí, kde vládne příjemná atmosféra a klient není pod velkým tlakem a stresem z důvodu obavy ze špatného výkonu. Významnou úlohu zde hraje také motivace seniorů k účasti na aktivitách (Suchá et al., 2013).

2.7 Smyslová aktivizace

Smyslovou aktivizaci pro práci se seniory rozvinula Lore Wehnerová a do oblasti sociální péče ji zařadila v roce 2004. V České republice se tímto konceptem zabývá Ing. Mgr. Hana Vojtová, která je zakladatelkou Institutu Smyslové aktivizace (Institut smyslové aktivizace, 2022).

Wehner a Schwinghammer (2013, s. 11) definují smyslovou aktivizaci jako „uvedení do pohybu za účasti veškerých smyslů. Pozitivní výsledek smyslové aktivizace je vytvoření motorické, kognitivní, verbální, skutečně komplexní činnosti“. Skrze smyslový vjem je informace vedena do mozku, kde je uložena jako informace nová či dojde k obnově a posílení informací již v minulosti přijatých. Na tomto mechanismu funguje také znovu uvědomění si či znovunabytí schopností, které již byly člověkem zapomenuty. Smyslová aktivizace se tedy využívá především u seniorů, kteří trpí stařeckou demencí či Alzheimerovou chorobou. Mezi cíle, kterých je možno touto aktivizační technikou dosáhnout patří aktivizace hmatu, zraku, čichu, chuti a sluchu, podpora pozornosti a soustředění, posílení schopnosti sebeobsluhy a každodenních činností, orientace místem a časem, sociální začlenění, trénink kognitivních dovedností, podpora jemné i hrubé motoriky a mnohé další.

Wehner a Schwinghammer (2013) popisují krátkodobou smyslovou aktivizaci, která je zaměřena na uspokojení lidské potřeby blízkosti a kontaktu, zároveň není nijak časově náročná (zabere cca 10 min), může tedy být poskytována každý den. Krátkodobá smyslová aktivizace by se měla skládat z pozdravu, který zahrnuje slovní pozdravení, oční kontakt i dotyk. Dále následuje interakce s klientem, která může zahrnovat povídání si o aktuální náladě klienta, navození vzpomínek např. prohlížením si fotografií a vyprávěním zážitků ze života atd. Poslední fází je ukončení setkání poděkováním a rozloučením se. Zde je opět důležitý dotek a oční kontakt.

V rámci smyslové aktivizace se také uplatňuje projekt Montessori pro seniory. Zde se vychází z výchovných myšlenek a přístupů maďarské dětské lékařky Emmi Pikler a italské lékařky Marie Montessori, které lze aplikovat také na péči o seniory, přizpůsobení prostředí v pobytovém sociálním zařízení a poskytované aktivizační činnosti. Příkladem použití principů tohoto projektu v praxi může být využití štítků či popisků na dveře koupelny či toalety, což usnadňuje orientaci v prostoru nebo zavěšení kalendáře na stěnu pokoje, díky tomu se může senior rychle zorientovat v ročním období a ve dnech v týdnu. Také tvořivé

aktivity by dle tohoto principu měly odpovídat ročnímu období, významným svátkům či tradicím – barvení velikonočních vajíček, pečení a následné ochutnávání cukroví, vaření polévky z letní zeleniny. Klienti mohou také sázet vlastní bylinkovou zahrádku, přičemž mohou bylinky vlastnoručně zasazovat do hlíny, mohou k nim čichat, ochutnat je, pracovnice si se seniory povídá o tom, do kterých pokrmů se daná bylina používá, senioři vzpomínají na své vaření a pečení, na oblíbený pokrm z dětství atd. Čím více smyslů je při aktivitě zapojeno, tím lépe (Wehner & Schwinghammer, 2013).

2.8 Tanečně pohybová terapie

Tanečně pohybová terapie propojuje terapii formou pohybu a terapii formou tance. Pohybová terapie nemusí představovat tanec v pravém slova smyslu, jedná se spíše o propojení pohybu a hudby. Skládá se z několika fází. První fází je práce s pohybem, vlastním tělem a emocemi. Cílem je, aby si klient uvědomil specifika svého pohybu (chůze, gestikulace apod.) a naučil se jinému pohybovému projevu. Zde se využívá například cvičení s názvem Pohyb předmětů a přírody, při kterém je úkolem určitým pohybem ztvárnit předměty, věci, zvířata či rostliny – například automobil, strom, vodu v řece a další. Druhá fáze je práce s prostorem, kdy se klient učí vnímat svůj prostor a respektovat prostor ostatních. Při těchto cvičeních se také zlepšuje koordinace těla. Třetí fází je imaginární vnímání hudby, pohybu těla a tance, kdy by mělo dojít k odblokování zábran a obav z předvedení tance z klientovy strany. K tomuto slouží například cvičení s názvem Imaginární tanec, kdy si klient při poslechu taneční hudby představuje pohyby, kterými by se dala melodie či rytmus ztvárnit a postupně tyto pohyby převede do reality (Stejskalová, 2012).

Taneční terapie je metoda, jejíž prostředkem k uzdravení je tanec. Tanec ovlivňuje psychiku člověka, jeho emoce a nálady, je to pohyb, který je příjemný a vyhledávaný a pozitivně působí na pohybový aparát a svalstvo. V případě, že známe taneční kroky, nebo se nové kroky učíme, je nutné také zapojit paměť a pozornost (Suchá & Holmerová, 2019). Při taneční terapii však nejde o to naučit klienta určitým krokům, ale je zaměřena na vnímání svého těla a uvědomování si vlastních emocí při určitém rytmu a melodii. Hudba zde hraje významnou roli, pomáhá totiž klientům vyjádřit pohybem své pocity. Jako příklad taneční aktivity lze uvést cvičení Tancujeme podle nálady, při kterém terapeut pouští melodie evokující určité emoce (smutek, vztek, radost) a klienti tyto pocity vyjadřují pohybem a tancem (Stejskalová, 2012).

Taneční a pohybové aktivity realizované v rámci aktivizace seniorů je nutné přizpůsobit jejich možnostem a zdravotnímu stavu. V případě pohybově vitálnějších seniorů možno pořádat taneční, které mají vliv i na utváření sociálních kontaktů, zvýšení sebevědomí, zlepšení komunikačních dovedností a nálady (Senková, 2010). Pokud senior již nemá dostatek sil a je upoután na invalidní vozík či dokonce na lůžko, bude své taneční pohyby směřovat do horní části těla – trupu, rukou a hlavy. I tato pohybová aktivita je však pro zachování či dokonce zlepšení mentální i tělesné kondice seniora důležitá, přestože jeho pohyb bude v omezenějším rozsahu. Dle Petra Velety M.A., Ph.D., zakladatele pohybové a taneční metody EXDASE, hudba dokáže natolik motivovat k tanci a pohybu, že se mnohdy i letargický senior do aktivity zapojí (Nadační fond Seňorina, 2022).

2.9 Jiná pohybová cvičení

Jak již bylo zmíněno, pohyb je pro člověka důležitý. Má pozitivní vliv na tělesnou schránku, a to konkrétně na mozkové funkce, na správnou činnost svalů a kloubů, působí jako prevence proti kardiovaskulárním chorobám či zácpě, zvyšuje kapacitu plic a obecně zlepšuje odolnost vůči nemocem. Pohybová činnost se také odráží v psychice člověka. Je dokázáno, že lidé, kteří se pravidelně věnují nějaké fyzické aktivitě či cvičení mají kvalitnější spánek, méně často trpí depresemi a mají větší sebevědomí. Kromě zmíněných pozitiv pohybu, které platí pro všechny věkové kategorie má pohyb v období stáří význam také z důvodu udržení určité fyzické i duševní kondice, která seniorům umožňuje zachovat si schopnosti sebeobsluhy a tím i soběstačnost (Suchá & Holmerová, 2019).

Suchá a Holmerová (2019) uvádějí několik typů pohybových cvičení a her vhodných pro seniory. Cvičení by samozřejmě mělo být komplexní, to znamená, že by mělo být zaměřeno na procvičení a protažení celého těla. Pohybová cvičení mohou probíhat vestoje, vsedě i vleže, toto je nutno přizpůsobit stavu a schopnostem účastníků. Pohyby mohou být prováděny jen s vahou vlastního těla či s cvičebními pomůckami. Jako pomůcky často slouží overbally, odporové gumy a činky. Senioři se také mohou zúčastnit pohybových her, vhodná je například hra pétanque, kuželky, šipky a kriket. V neposlední řadě je důležitým způsobem pohybu také chůze, která se dá praktikovat jak uvnitř budovy (tělocvična, chodba), tak také venku na čerstvém vzduchu. Pokud bychom chtěli chůzi venku ještě více zefektivnit, lze praktikovat tzv. nordic walking, což je chůze se speciálními hůlkami. Hůlky pomáhají odlehčit klouby nohou, posilují svaly rukou (triceps) a při správném používání zapojují svaly hlubokého stabilizačního systému, které slouží ke správnému držení těla.

3 ZOOTHERAPIE

Z důvodu zaměření bakalářské práce na zooterapii v domovech pro seniory je právě zooterapii věnována samostatná kapitola a je zpracována podrobněji než aktivizační techniky zmíněné výše. Tato kapitola pojednává o působení zvířete na člověka, zmiňuje historický vývoj zooterapie, dále významné celosvětové a české organizace zabývající se zooterapií a popisuje typy zooterapie dle metody a typy zooterapie dle zvířete.

Freeman (2007, s. 30) definuje zooterapii jako „pozitivní až léčebné působení zvířete na člověka“. Nerandžič (2006) v tomto smyslu píše o tzv. animoterapii, což je pojem, který lze použít jako synonymum k pojmu zooterapie.

Tvrdá (2020) rozlišuje pojmy zooterapie a pet-terapie. Shledává rozdíl především v tom, že pet-terapie probíhá výlučně v domácím prostředí klienta a za pomoci klientova zvířete. Terapeut učí klienta a případně i jeho pečující osoby, jak mohou se svým mazlíčkem provádět terapii sami. Terapeut je poté spíše v roli poradce. Zooterapie však může být realizována jak u klienta doma, tak také ve školském, zdravotním či sociálním zařízení, zvíře určeno k zooterapii přichází vždy spolu s terapeutem a terapeutický pracovník i jeho zvíře mají vždy osvědčení o způsobilosti k výkonu zooterapie.

Tvrdá (2020) uvádí obecné cíle terapie zvířaty. Jsou jimi trénink jemné a hrubé motoriky, motivace k pohybové aktivitě, zlepšení paměti, stimulace smyslových orgánů, zlepšení nálad a emocí, podpora komunikace a sociálních vztahů.

Zooterapie se uskutečňuje ve dvou formách dle počtu účastníků, a to v individuální nebo ve skupinové. Dle stylu a frekvence konání může zooterapie probíhat ve formě terénní, kdy terapeut navštěvuje člověka v prostředí jeho domova, pobytového sociálního zařízení či školy, dále ve formě ambulantní, kdy se účastník zooterapie dostaví do místa působení zooterapeuta, a poslední je forma pobytová, která je uskutečňována v krátkodobých léčebných zařízeních či na táborech (Tvrdá, 2020).

Při zooterapii se využívá různých aktivit a technik, které by měly být pečlivě vybrány ve vzhledem k terapeutickému zvířeti, k účastníku terapie a vzhledem k prostředí, ve kterém terapie probíhá. Technikami zooterapie se dle Tvrdé (2020, s. 21) rozumí „např. hry, cvičení, motivace ke komunikaci a interakci, polohování, úkoly péče o zvíře apod.“.

3.1 Vliv zvířete na člověka

V odborné literatuře (Odendaal, 2007) se dočteme, že zvíře může mít významný pozitivní vliv na člověka. Zvíře člověka uklidňuje, svou přítomností působí na snížení krevního tlaku svého majitele a tím předchází vzniku onemocnění kardiovaskulárního systému. Lacinová (2007) dále uvádí, že při kontaktu člověka se zvířetem dochází k přenosu živočišného tepla, zmiňuje léčebné účinky při působení antibiotických látek obsažených ve slinách zvířat, dále má zvíře vliv na zlepšení psychického stavu člověka a jeho nálad. Působí tak proti stresu a stavům deprese. Tohoto pozitivního vlivu zvířat mnozí lidé využívají ať už vědomě či nevědomky, což je patrné ze statistických údajů týkajících se domácích mazlíčků. V roce 2021 bylo zjištěno, že v téměř polovině českých domácností žije pes nebo kočka (Macek, 2021).

Müller (2014) zmiňuje další pozitiva kontaktu člověka se zvířetem. Přítomnost zvířete má kladný vliv na emoce a jejich sdílení s ostatními, působí proti smutku a pocitu osamocení. Zvíře je díky své oddanosti a projevující lásce k člověku mnohdy jeho nejlepším a nejvěrnějším přítelem. Jednoznačně pozitivně ovlivňuje lidskou psychiku, zlepšuje náladu, odstraňuje stres. Je prokázáno, že zvíře má vliv také na fyzickou kondici a zdravotní stav člověka, působí proti vysokému tlaku, péče o některé druhy zvířat (pes, kůň) přináší také nutnost vynaložit určitou fyzickou aktivitu.

Výše byly zmíněny pozitiva kontaktu zvířete s člověkem. Může však nastat i situace, kdy zooterapie nebude pro danou osobu vhodná. Takovými důvody mohou být alergie na srst, peří či sliny zvířete, dále fobie, negativní vztah ke zvířatům obecně nebo k určitému konkrétnímu druhu (špatná zkušenost z minulosti) či vyznávané náboženství (Tvrdá, 2020).

3.2 Počátky a vývoj zooterapie

Prvopočátky využívání zvířat jako pomocníka pro člověka jsou spojeny s počátky domestikace, předpokládá se, že mezi první druhy domestikovaných zvířat byli pes a koza. Pes kromě ochrany majetku či lovu postupně začínal plnit také funkci sociální na pozici přítele člověka. V období starověku byli psi a kočky dokonce uctíváni a byla jim přisuzována až božská moc. Lidé v průběhu staletí postupně objevovali pozitivní vliv zvířete na člověka, čehož se začalo využívat v léčebných institucích. Příkladem je léčebna zdravotně postižených v Belgii, kde se první počátky zooterapie objevily již v 8. století. Další známý případ je z 18. století z Anglie, kde při ústavu pro duševně choré byla vybudována zahrada s drobnými zvířaty. V druhé polovině 19. století byla ve městě Bethel v Německu založena

instituce pro nemocné epilepsií, zde byli k terapii využíváni psi, kočky, ovce, kozy, koně i ptáci. Ve 20. století dochází k velkému posunu v oblasti zooterapie. V Norsku se začali využívat k terapii zdravotně postižených osob psi a koně. Mezinárodní organizace s názvem Delta Society byla založena v roce 1970 v USA. V roce 1982 americký psychiatr B. M. Levinson zformuloval metodologii pro tzv. pet-facilitated therapy (zvířaty podporovaná terapie). V roce 1980 proběhl kongres s názvem Human/Companion Animal Bond (Lacinová, 2007).

Rok 1992 se stal významným z důvodu založení mezinárodní asociace organizací zabývajících se vzájemnými interakcemi lidí a zvířat (International Association of Human-Animal Interaction Organisations). Od roku 2004 existuje organizace European Society for Animal Assisted Therapy, jejíž cílem je stanovit společné standardy v oblasti zooterapie pro evropské národní organizace (Müller, 2014).

3.3 Světové a české organizace zabývající se zooterapií

Delta Society je mezinárodní nadace, která je určena pro podporu vzdělávání, formulace metod a standardů v oblasti zooterapie. V roce 2012 došlo ke změně názvu na Pet Partners. Organizace se zaměřuje na vzdělávání dobrovolníků, pořádá fundraisingové akce a sbírky a zajišťuje terapii zvířaty v místech potřeby (Pet Partners, nedatováno).

International Association of Human-Animal Interaction Organisations (IAHAIO) je mezinárodní organizace, která „sdružuje jednotlivé národní organizace pracující v oblasti výzkumu i praktické aplikace terapeutických programů se zvířaty, koordinuje jejich aktivity, usnadňuje výměnu nejnovějších poznatků a zkušeností mezi nimi, vypracovává mezinárodní standardy, zlepšuje informovanost laické i odborné veřejnosti o dané problematice a udílí ceny jednotlivcům i institucím za zvláštní přínos oboru“ (Tichá, 2007, s. 44).

Další významnou mezinárodní organizací je European Society for Animal Assisted Therapy (ESAAT), která zastřešuje evropské národní organizace. Uděluje akreditace vzdělávacím programům a školením v oblasti zooterapie a snaží se o udržení kvality tohoto vzdělávání. Pouze vzdělávací instituce, které jsou akreditovány ESAAT, mohou nést toto logo na svých certifikátech o absolvování kurzu či školení (ESAAT, 2021).

Významnou českou organizací byla Asociace zastánců odpovědného vztahu k malým zvířatům (AOVZ), která vznikla v roce 1995 v Praze. Zabývala se výzkumem vztahů člověka a zvířete a k tomuto účelu slučovala odborníky z oblasti psychologie, pedagogiky,

sociální práce, zoologie, etologie a další. Mezi nejznámější osobnosti podílející se na činnosti organizace patřil dětský psycholog Zdeněk Matějček, psychiatr Miloš Vojtěchovský, psychologka Marie Vágnerová a nyní už bývalý děkan Fakulty veterinárního lékařství Veterinární a farmaceutické univerzity v Brně Miroslav Svoboda (Tichá, 2007). AOVZ byla členem mezinárodní organizace International Association of Human-Animal Interaction Organisations, bohužel v současné době tato organizace již neexistuje (Hafík, 2023).

Canisterapeutická asociace (CTA) byla založena v roce 2003, zakladatelkou byla Jiřina Lacinová. Canisterapeutická asociace zpracovávala metodiku a pravidla pro canisterapii, zabývala se také vzděláváním canisterapeutů. Zasadila se o zpracování dokumentů Metodika aktivit se psem jako součást ucelené rehabilitace, Etický kodex canisterapeutického týmu CTA a Základní minima pro uchazeče o post canisasistenta/canisterapeuta. Tato organizace však zanikla a momentálně neexistuje jiná organizace v ČR, která by převzala její aktivity (Tichá, 2007).

Canisterapií se dnes na našem území zabývá spousta organizací. Je to například sdružení Hafík, z.s. se sídlem v Třeboni, které existuje již od roku 2001. Poskytuje canisterapeutické služby a zabývá se také vzděláváním dobrovolníků (Hafík, 2023). Ve stejném roce byla založena také obecně prospěšná společnost Pomocné tlapky, jejíž činnost je zaměřena na výběr, výcvik a výchovu asistenčních psů a psů určených pro canisterapii (Pomocné tlapky, nedatováno). Dále mohu zmínit organizace jako Canisterapie, Aura Canis, Duhová cesta, Helppes, Canisterapeutické sdružení Jižní Morava, Podané ruce a další.

Hiporehabilitací se v České republice zabývá Česká hiporehabilitační společnost (ČHS), jejíž počátek je spojen s rokem 1991 a působí zde dodnes. Jedná se o nezávislý spolek, který se zabývá osvětou hiporehabilitace, pomáhá při vzniku nových hiporehabilitačních center, hodnotí koně a jejich vhodnost pro činnost terapie, zajišťuje odbornost v oblasti hiporehabilitace prostřednictvím různých školení, aktivně se podílí na organizaci soutěží a mnohé další (Česká hiporehabilitační společnost, nedatováno).

Dále v ČR poskytují hiporehabilitaci Kentaurus, Centrum hiporehabilitace Mirákl, Hiporehabilitace Brno, Hiporehabilitace Calamity Jane, Kamenitý vrch a další. Mezi tuzemské organizace, nabízející vícero druhů zooterapie patří například Elva Help nebo Pomoc potřebným.

3.4 Typy zooterapie dle metody

Freeman (2007) popisuje 4 typy zooterapie dle použité metody, jsou jimi aktivity za pomoci zvířat, terapie za pomoci zvířat, vzdělávání za pomoci zvířat a krizová intervence za pomoci zvířat.

Aktivity za pomoci zvířat neboli Animal Assisted Activities (AAA) probíhají na základě přirozeného setkání zvířete s člověkem, což má pozitivní vliv na kvalitu života a sociální dovednosti. Cílem je především motivace a podnícení k aktivitě, a to jak v oblasti motoriky a pohybu, tak také v oblasti komunikace. Tento typ zooterapie se nejčastěji využívá v institucích sociálních služeb a ve školním prostředí. Klientům je zooterapie nabízena v rámci volnočasových aktivit, kdy jsou pro ně přichystány hry se zvířetem, aktivity zaměřené na rozvoj komunikačních dovedností a paměti nebo hlazení či kartáčování srsti zvířete (Freeman, 2007).

Terapie za pomoci zvířat (Animal Assisted Therapy, AAT) je narozdíl od předchozího typu cíleně zaměřena na zlepšení duševního nebo tělesného stavu. Aktivity a techniky je nutné zvolit dle zdravotního stavu klienta, zooterapie má léčebné a rehabilitační účinky. Tohoto typu se především využívá u klientů s mentálním, tělesným či kombinovaným postižením, u osob dlouhodobě nemocných, také v případě poúrazových stavů a duševních poruch. Nejčastějšími technikami jsou polohování, péče o zvíře, aktivity vhodné pro rozvoj kognitivních dovedností (řeč, paměť, orientace) (Freeman, 2007).

Vzdělávání za pomoci zvířat (Animal Assisted Education, AAE) je typ zooterapie, který slouží k osvětě a k předání informací, výchovně působí na hodnoty klienta a na rozvoj jeho sociálních dovedností. Využívá se především ve školských zařízeních, kde se děti seznamují s teoretickými poznatky zooterapie a jejího pozitivního vlivu, a také např. u dětí se specifickými poruchami učení a poruchami chování, kdy zvolené aktivity působí na motivaci ke vzdělávání a na rozvoj osobnosti. Při vzdělávání za pomoci zvířat je také nutná spolupráce pedagogů nebo rodičů, kteří terapeutům poskytnou důležité informace o konkrétním dítěti. Používanými technikami jsou hry, péče o zvíře, soutěže apod., důležitá je názornost a zábavná forma (Freeman, 2007).

Krizová intervence za pomoci zvířat (Animal Assisted Crisis Response, AACR) využívá především pozitivního působení zvířete na psychiku člověka. Typickým klientem je osoba, která je nebo byla vystavena nějaké krizové situaci způsobující stres či psychickou nepohodu (např. oběť násilného činu, přírodní katastrofy). Zooterapeut pracuje v těsné

spolupráci se záchranným systémem (policie, hasiči, záchranáři), se sociálními pracovníky a s pracovníky poskytující krizovou intervenci. Je nutná odolnost vůči stresu jak ze strany terapeuta, tak u pomáhajícího zvířete. Terapeut v krizových situacích používá techniky motivující ke komunikaci a zaměřené na odbourávání stresu jako jsou hry se zvířetem, podávání pamlsků a hraček, hlazení srsti a další (Freeman, 2007).

3.5 Typy zooterapie dle zvířete

K zooterapii lze využívat různých druhů zvířat. Mezi nejčastější druhy patří pes, kůň a kočka, můžeme se však setkat také s terapií za pomoci papoušků, drobných savců či hospodářských zvířat (Freeman, 2007).

3.5.1 Canisterapie

Pojem canisterapie je složen ze dvou slov, a to ze slova cani, což znamená latinsky pes, a ze slova terapie, které v řeckém jazyce znamená léčba. Tento pojem vymyslela Jiřina Lacinová, která se významně podílela na osvětě v začátcích této zooterapie jako člen sdružení Filia (Tvrďá, 2020). Galajdová a Galajdová (2011) mluví o canisterapii jako o léčbě psem, kdy se využívá pozitivního působení přítomnosti psa či kontaktu s ním.

Pes je oblíbený domácí mazlíček, lidé rádi využívají jeho společnosti, tlumí tak pocity samoty, naopak kontakt se psem a péče o něj přináší člověku příjemné pocity. Canisterapie působí na zlepšení jemné a hrubé motoriky, podporuje soustředění, pozornost a empatii, motivuje ke komunikaci a k rozvoji sociálních vztahů (Eisertová, 2007).

Müller (2014) uvádí několik forem canisterapie. Jedná se o individuální canisterapii, kdy je pozornost soustředěna na jednoho člověka a je založena na tzv. polohování, používá se tedy především u zdravotně postižených osob. Při polohování se využívá tepla a tělesné energie, kterou klient v přímém kontaktu se psem vnímá. Dochází tak k prohřátí, čímž se tělo lépe prokrvuje. Pes může ležet přímo na klientovi, vedle něho či také může některou část klientova těla podepírat (např. nohy). Skupinová forma canisterapie je realizována s vícero klienty najednou, určitou nevýhodou je nedostatečný individuální přístup pro každého klienta zvlášť. Další formou jsou návštěvní programy, což je forma nejčastější. Canisterapeut chodí se svým psem do sociálních či léčebných institucí nebo přímo ke klientovi domů. Případně také klient může navštívit prostory canisterapeutického zařízení. Dále mohou být uskutečňovány různé přednášky, besedy či prezentace, jedná se o formu jednorázových canisterapeutických a kynologických aktivit. Klienti se také mohou

účastnit pobytových programů v rámci canisterapeutických táborů, či pobytu na ekofarmách a výcvikových střediscích. Poslední formou je tzv. rezidentní program, kdy je pes umístěn ke klientovi či do cílového zařízení vykonávající canisterapii.

Aby mohl canisterapeut se svým psem vykonávat canisterapii, je nutné absolvovat kurz a získat tak osvědčení. Zde se rozlišuje několik variant. Osoba, která chce praktikovat canisterapii může být tzv. canisasistent, který může docházet za klienty, kterým rozumí a není zde potřeba znát lékařskou diagnózu či jiné osobní informace. Může tedy působit například v běžných školách či v domovech pro seniory, ale pouze v případě, že to jejich zdravotní stav umožňuje. Druhý stupeň je canisasistent – profesionál, což jsou odborníci z oblasti lékařství, sociální práce či speciální pedagogiky, kteří díky svým odborným znalostem již mohou klienta polohovat či s ním provádět cvičení. Na nejvyšším stupni je canisterapeut, který se vyznačuje jak odbornými znalostmi, tak absolvováním canisterapeutických kurzů a zároveň již má s canisterapií dlouhodobé zkušenosti (Pomocné tlapky, nedatováno).

Organizace Pomocné tlapky (nedatováno) uvádí, jaké požadavky musí splňovat pes vhodný pro canisterapii. Pes musí být zdravý, starší 15 měsíců, musí mít vhodné charakterové vlastnosti (přátelský, nekonfliktní, klidný), měl by být také dobře vycvičen k poslušnosti. Dále canisterapii může vykonávat pes bez ohledu na rasu, velikost či pohlaví a nemusí mít průkaz původu.

Canisterapie realizovaná v domovech pro seniory má svá specifika. Je zapotřebí počítat se zhoršeným zdravotním stavem seniorů, například jsou zhoršeny motorické dovednosti, mohou trpět dlouhodobým onemocněním různého charakteru, u seniorů se mohou vyskytovat problémy s krátkodobou pamětí a mohou být přítomny příznaky stařecké demence či Alzheimerovy choroby. U osob umístěných v domovech pro seniory se můžeme setkat také s pocitem osamělosti a smutku a špatnou adaptací ke změnám. Na toto je potřeba myslet při plánování canisterapeutického programu (Hančlová, 2007).

Dle Hančlová (2007, s. 137) má canisterapie u seniorů tyto cíle: „ovlivnění zdravotního stavu klientů, zvýšení kvality života, zlepšení adaptace, zvýšení sebevědomí, zmírnění stresu, zlepšení jemné motoriky ruky a zbavení pocitů osamělosti“.

Mezi aktivity, které může canisterapeut se seniory provádět patří hlazení a česání srsti psa, házení míčků, nasazování obojku a vodítka, nabízení pamlsků či jejich schovávání v místnosti, dávání povelů poslušnosti a mnohé další (Hančlová, 2007).

3.5.2 Hiporehabilitace

Slovo hiporehabilitace je složeno ze slova hippos (v řeckém jazyce kůň) a ze slova rehabilitis (znovu schopný). Müller (2014, s. 456) definuje hiporehabilitaci jako „zastřešující název pro všechny aktivity a terapie v oblastech, kde se setkává kůň a člověk se zdravotním postižením/oslabením/handicapem/se specifickými potřebami“. Müller (2014) také vysvětluje pojem hipoterapie jako fyzioterapeutickou metodu spadající pod hiporehabilitaci. Hipoterapie je vždy uskutečňována pod vedením fyzioterapeuta či ergoterapeuta. Hiporehabilitace je tedy obecnější pojem, zahrnuje veškeré rehabilitační a terapeutické aktivity, při kterých přichází člověk do kontaktu s koněm a člení se na hipoterapii, aktivity s využitím koní, terapie s využitím koní pomocí psychologických prostředků a parajezdeckví.

Kůň byl od pradávna využíván člověkem z různých důvodů. Jednak sloužil jako dopravní prostředek (např. při hlídání stád ovcí), kůň pomáhal přepravovat těžší věci či náklad do vzdálenějších míst, v období antického Řecka a Říma se koně využívali k soutěžím a hrám. Koně posloužili také v období bitev a válek. V dnešní době je kůň chován především kvůli sportu (jezdeckví) a samozřejmě za účelem rehabilitace či terapie (Nerandžič, 2006).

V České republice se kůň k léčebným účelům využívá již po mnoho let. Počátky jsou spojeny se jménem RNDr. Otakar Leiský, který poskytoval ježdění na koni jako součást terapie na Zmrzlíku u Prahy. Dále byla hiporehabilitace nabízena od roku 1986 v Rehabilitačním ústavu Hamzovy léčebny v Luži. Tématu hiporehabilitace se věnuje také MUDr. Lia Frantalová, která je spoluzakladatelkou České hiporehabilitační společnosti (Nerandžič, 2006).

Vliv koně na člověka je mnohostranný, hiporehabilitace působí na zlepšení tělesné kondice (motorika, koordinace pohybů), lidskou psychiku (snížení napětí a stresu, proti agresivitě) i na rozvoj sociálních dovedností (soutěživost, sociální integrace, empatie). Při hiporehabilitaci se využívá pohupování koňského hřbetu při chůzi či běhu koně. Klient na koni vnímá čtyři odlišné pohyby (pohyb vpřed, rotační pohyby, pohyb nahoru a dolů a výkyvy do stran), které působí na mozek a míchu klienta a nutí jeho svalstvo balančně tyto pohyby vyrovnávat a udržet se tím na těle zvířete. Takto dochází k uvedení v činnost svalů a kloubů klienta a k aktivaci nervových buněk, které byly v neaktivním stavu. Konkrétně má toto vliv na zlepšení motoriky, držení těla, rozvoj a zpevnění svalstva trupu, břicha, bránice a také svalstva pánevního a ramenního pletence (Nerandžič, 2006).

Aby byla hiporehabilitace či hipoterapie účinná a především bezpečná, je nutné vybrat pro tuto aktivizační techniku správného koně. Nezáleží příliš na plemenu koně, ale spíše na jeho charakteru a zdravotní způsobilosti. Kůň by neměl vykazovat známky agresivity, měl by být ochoten spolupracovat, měl by být trpělivý, nelekavý, učenlivý a samozřejmě by měl být zdravý, tedy bez nemocí a poruch (Vízdalová, 2007).

Hiporehabilitace seniorům poskytuje vytržení ze stereotypu běžného dne, přítomnost koně může vyvolat vzpomínky, přímý kontakt s koněm působí na smysly, jízda na koni zlepšuje zapojování svalstva a jeho zpevnění. Do programu mohou být zařazeny aktivity jako vodění koně za opratě, které zlepšuje fyzickou kondici, česání srsti a hřívy či zaplétání copánků, což procvičuje jemnou motoriku, hlazení koně, kterým senior vnímá vyšší teplotu koňského těla a vyvolává příjemné pocity a v neposlední řadě může probíhat i trénink paměti, například snahou zapamatovat si jména koní, názvy pomůcek apod. (Spolu hiporehabilitace, 2022).

3.5.3 Felinoterapie

Felinoterapie je typ zooterapie, která využívá léčebného vlivu koček na člověka. Dle Nerandžiče (2006) je felinoterapie realizována především skrze dotek kočičí srsti při hlazení, dotekem se na člověka přenáší také vjemy při kontaktu se srstí a teplejším kočičím tělem. Je dokázáno, že přítomnost kočky působí proti vysokému tlaku, zpomaluje frekvenci srdce a působí také antistresově.

První zmínky o společnémžití člověka a kočky byly zjištěny již kolem roku 9000 př. n. l. Později ve starověkém Egyptě bylo kočce přisouzeno 9 životů, což je mezi lidmi známá pověra dodnes. Kolem 2000 let př.n.l. lidé uctívali kočky jako převtělené bohy, začali je proto pohřbívat a mumifikovat, usmrcení kočky bylo trestné. Po dobu několika staletí prošlo vnímání kočky lidmi mnohými proměnami, postupně byly domestikovány. Kočky byly od pradávna častými návštěvníky lidských obydlí či jiných stavení, ve kterých se z důvodu přítomnosti obilí a potravy hojně vyskytovaly myši a krysy. Byly a dodnes jsou vítanými lovci hlodavců. S domestikací je spojena také změna přístupu ke kočkám, staly se tak domácími mazlíčky (Nerandžič, 2006).

Felinoterapie není v České republice natolik rozšířená jako canisterapie. Terapeutickým využitím koček se zabývá od roku 1997 Nezávislý chovatelský klub, který od roku 2022 také umožňuje testování (Fe-BARQ test) povahových vloh u koček, čímž

chovatel získá představu o vhodnosti či nevhodnosti konkrétní kočky pro felinoterapii (Nezávislý chovatelský klub, nedatováno).

Felinoterapie je hojně využívána v domovech pro seniory. Felinoterapeutické programy zahrnují aktivity, které mají pozitivní vliv na jemnou motoriku, úchop a prokrvení ruky (hlazení a péči o srst kočky, krmení pamlsky), dále se senioři mohou věnovat hře s kočkou prostřednictvím nejrůznějších hraček a pomůcek. Pro účastníky jsou mnohdy připravovány také divadelní hry a jiné doprovodné činnosti (Nerandžič, 2006). Přítomnost kočky často vzbuzuje vzpomínky na vlastní zvíře z období mládí, což podporuje trénink paměti a v případě sdílení vzpomínek s ostatními také zvyšuje sociální integraci (Hypšová, 2007).

3.5.4 Ornitoterapie

Ornitoterapie je název označující terapii pomocí papoušků. Existují dvě formy ornitoterapie, jednak je to chov papouška vlastní osobou a jednak je to navštěvování majitele papouška různých zdravotních či sociálních zařízení. Mezi druhy papoušků, které jsou pro ornitoterapii nejvhodnější patří amazón modročelý a amazón venezuelský, žako, papoušek senegalský, ara malý, korela chocholatá a andulka vlnkovaná (Doležalová, 2007).

Člověka přitahují papoušci z několika důvodů. Obdivují jejich inteligenci, někteří jsou schopni naučit se lidské řeči, papoušci také soužitím s lidmi dokáží rozpoznat jejich emoce a nálady. Papoušci také umějí vyjadřovat lásku a vytváří si se svým majitelem silné pouto. Spolu se psem a kočkou jsou nejčastějším domácím mazlíčkem. Pamela Clark studuje chování papoušků žako a dle jejich poznatků žakové nejen že jsou schopni vycítit emoce svých majitelů, ale často tomu také uzpůsobují své chování. Mezi papouškem a člověkem tedy dochází k vzájemnému ovlivnění nálad a tomu odpovídajícího chování. U žaků bylo zjištěno, že kromě dostatečné péče a zajištění potravy v domácím chovu je pro ně neméně důležitá pohodová a poklidná atmosféra, kterou vytváří majitel a další členové rodiny. V případě dlouhodobého psychického napětí, se u žaků mohou vyskytnout zdravotní problémy v podobě chorob, nebo poruchy chování jako klovaní či vyškubávání si peří (Doležalová, 2007).

3.5.5 Zooterapie za pomoci jiných druhů zvířat

Výše byly zmíněny 3 typy zooterapie, které se využívají nejčastěji. Zooterapii je však také možné realizovat za pomoci jiných druhů zvířat. K terapii mohou sloužit například někteří drobní savci, a to králíci, morčata, činčily i křečci. Tato zvířata jsou méně náročná na chov

a zajištění vhodné ubikace, také jejich pořizovací cena není vysoká. Je však důležité, aby byly tyto druhy zvířat řádně ochočeny a navykly na přímý kontakt s lidmi (hlazení, chytání do rukou). Králík, morče, činčila i křeček vykazují velmi podobné pozitivní účinky na člověka, kontakt s nimi uklidňuje, vyvolává příjemné pocity, odstraňuje stres a napětí a mnohé další. Jsou vhodní jak pro terapii dětí, dospělých tak také seniorů (Mahelka, 2007).

Pokud mluvíme o drobných zvířatech, dalším druhem, který lze použít pro zooterapii je fretka. Fretka je hravé, veselé a mazlivé zvíře. V rámci terapie působí na aktivizaci smyslu (hmat, sluch, zrak i čich), s fretkou si klient může hrát, mazlit se s ní, hladit ji atd. V ČR se fretkami zabývá například Klub chovatelů a příznivců fretek (Nerandžič, 2006).

Další skupinou zvířat, která má pozitivní až léčebný vliv na člověka jsou kozy, ovce a lamy. S ovci, kozami a lamami lze navázat kontakt především prostřednictvím krmení, klienti jim nabízejí oblíbenou potravu a zvířata radostně přiběhnou. Většina těchto zvířat sice neumožňuje mazlení v pravém slova smyslu, ochočená zvířata se však nechají pohladit a vyvolají v člověku radost svou přítomností. Dále dochází k rozvoji sociálních dovedností (například komunikace), zvířata přispívají ke zlepšení nálady a psychického stavu člověka, jedná se také o formu relaxace. Zmíněné druhy zvířat jsou spojeny s pojmem farmingterapie, což je terapie probíhající na farmě. Farmingterapie není omezena jen na kontakt se zvířaty na dané farmě, ale zahrnuje veškerou práci a činnost spojenou s péčí o zvířata – krmení, čištění chlívků či stájí, péče o srst atd. Na farmě je také většinou přítomno více druhů zvířat, kromě koz a ovcí (případně lam) také například koně, slepice, králíci, prasata a další. Farmingterapie je fyzicky náročnější a vyžaduje tedy větší tělesnou zdatnost než při zooterapii jako takové (Loučka, 2007).

II PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Ve čtvrté kapitole bakalářské práce je popsáno výzkumné šetření, které zahrnuje fázi předvýzkumu, stanovení výzkumného problému a výzkumných cílů. Dále je zde charakterizován výzkumný vzorek a také objasněna použitá forma výzkumu, technika sběru dat a metoda analýzy dat.

4.1 Výzkumný problém

Zooterapie je technika, která využívá pozitivního vlivu zvířat na člověka. Jak již bylo nastíněno v teoretické části této práce, přítomnost zvířat v blízkosti člověka a fyzický kontakt s nimi má vliv na psychický i tělesný stav člověka a na rozvoj sociálních vztahů. Napomáhá odstraňovat stres a zlepšovat náladu a tím předcházet vzniku psychických problémů jako je například deprese. Aktivita se zvířetem dále mají kladné účinky na jemnou či hrubou motoriku člověka, při hře dochází k aktivaci svalů a motorického aparátu a potažmo k zachování či zlepšení fyzické kondice. Činnosti se zvířetem také podporují vzájemnou komunikaci mezi lidmi a rozvíjí tak sociální interakce. Zooterapie se tedy využívá například u osob s tělesným či mentálním hendikepem, u seniorů, u dětí s poruchami autistického spektra, dále v nemocnicích či v rehabilitačních zařízeních.

Jako výzkumný problém této bakalářské práce byl stanoven vliv zooterapie jako formy aktivizace v domovech pro seniory na jedince a subjektivní vnímání tohoto působení zooterapie na seniora.

4.2 Předvýzkum

V rámci předvýzkumu, kdy byly zkontaktovány domovy pro seniory nejbližší bydliště autorky, bylo zjištěno, že zooterapie v těchto pobytových sociálních zařízeních není zdaleka tolik využívána, jak by mohla být. Terapie pomocí zvířat přináší člověku mnoho pozitivních účinků, což již bylo popsáno v teoretické části této práce. Výzkum je zaměřen na to, zda tento pozitivní vliv při kontaktu se zvířetem vnímají také sami účastníci zooterapií.

Tato bakalářská práce je zaměřena na seniory pobývajících v domovech pro seniory a zjišťuje přímo od klientů zooterapie, jaké oni sami vnímají pozitiva či negativa při účasti na této aktivizační technice, zda a jak konkrétně jim tato technika pomáhá.

4.3 Výzkumné cíle a výzkumné otázky

Cílem výzkumu je zjistit, jaký je pohled klientů domova pro seniory na zooterapii jako jednu z forem aktivizace. Dílčím cílem je zjistit, jaký má zooterapie na seniora vliv.

Hlavní výzkumnou otázkou bakalářské práce je: Jaký je pohled klientů domova pro seniory na zooterapii jako jednu z forem aktivizace?

Dílčí otázkou byla stanovena následující: Jaký má zooterapie na seniora vliv?

4.4 Metodologie výzkumu

Vzhledem k povaze zkoumaného problému byl zvolen kvalitativní výzkum. Kvalitativní výzkum je specifický tím, že zkoumá daný problém více do hloubky, zabývá se žitou zkušeností jedince. Jde o to porozumět zkoumanému jedinci, jeho subjektivnímu vnímání dané problematiky, a to vždy v určitém kontextu. Pátrá se po příčinách a vzájemných souvislostech. Nejčastěji k výzkumu a sběru dat dochází v přirozeném prostředí jedince (Hendl, 2016).

4.5 Technika sběru dat

Jako metoda sběru dat byl zvolen polostrukturovaný rozhovor. Dle Miovského (2006) se u polostrukturovaného interview stanovuje tzv. jádro, v němž jsou zahrnuty otázky, které respondentům musí být položeny, aby byly zodpovězeny výzkumné otázky. Toto jádro je doplněno dalšími otázkami, které výzkumník uzná za vhodné, například z důvodu upřesnění informací či podrobnějšího vysvětlení odpovědi.

Otázky polostrukturovaného rozhovoru:

1. Tematická oblast: Vztah ke zvířatům

Popište mi, prosím, svůj vztah ke zvířatům.

Která zvířata máte nejraději a proč?

Jaké máte zkušenosti s chováním zvířat jako domácích mazlíčků?

Jak se cítíte v blízkosti zvířat?

2. Tematická oblast: Zooterapie v domově pro seniory

S jakými zvířaty přicházíte v domově pro seniory do kontaktu?

Jak často je Vám v domově pro seniory umožněn kontakt se zvířaty?

Popište mi, jaké aktivity či hry se zvířaty provádíte.

Co se Vám na těchto aktivitách líbí?

Co Vám na těchto aktivitách nevyhovuje?

3. Tematická oblast: Vliv zooterapie

Jaké máte pocity v průběhu činností se zvířetem?

Jak kontakt se zvířetem ovlivňuje Váš každodenní život?

Jakým způsobem tyto činnosti se zvířetem působí na Váš zdravotní stav?

Jakou máte po kontaktu se zvířetem náladu?

Jaká je Vaše zkušenost s navázáním nových kontaktů se seniory při těchto aktivitách?

Rozhovory se všemi respondenty byly s jejich souhlasem nahrávány přes aplikaci Diktafon na mobilní telefon, což je výhodné zejména kvůli zachycení všech informací a následnému doslovnému přepisu odpovědí.

4.6 Design výzkumného šetření

Jako metoda analýzy kvalitativních dat byla zvolena tematická analýza. Braun a Clark (2006) uvádí, že tematická analýza je základní metoda používaná k analýze dat v případě kvalitativního výzkumu. Tematická analýza není těsně spjata s určitou teorií (jako je tomu např. v případě zakotvené teorie), proto může být její použití různorodé. Přináší data týkající se významu či zkušenosti respondentů. Při analýze dat použitím tematické analýzy se postupuje v několika krocích. Prvním krokem je obeznámení se se získanými daty, které zahrnuje pozorné aktivní čtení přepsaných rozhovorů a hledání společných vzorců a témat. V druhé fázi dochází k vytváření prvotních kódů, které může probíhat buďto ručně (nadepisováním nad přepsaná data, použitím zvýrazňovačů apod.) či je možné využít speciální softwarový program. Třetí krok zahrnuje hledání témat, která jsou jednotlivým kódům nadřazena, a seskupování kódů do určitých tematických skupin. Pro čtvrtý krok je typické přezkoumání témat, tedy přehodnocení, zda stanovaná témata jsou dostatečně heterogenní a kódy v rámci témat naopak homogenní. V páté fázi dochází k definici tematických celků a jejich podrobné analýze, je tedy potřeba uvést, co je na daném tématu

zajímavé a proč. V poslední tedy šesté fázi je zapotřebí na základě provedené analýzy sepsat zprávu, která by měla obsahovat názorné příklady či důkazy o tématech nalezených v datech a toto propojit s výzkumnými otázkami své práce.

Při analýze dat v rámci tohoto výzkumu byl dodržen výše zmíněný postup, jak ho popisují Braun a Clark (2006). Po uskutečnění rozhovorů s respondenty tedy byla získaná data přepsána z audio nahrávky do písemné podoby. Každý rozhovor byl poté vytištěn. Následovalo opakované čtení dat, což umožnilo lépe se v nich zorientovat a vnímat informace více do hloubky. Poté byla data opatřena kódy, a to využitím metody otevřeného kódování. Švaříček a Šed'ová (2010) popisují otevřené kódování jako techniku zpracování dat, která má široké možnosti využití a při které jsou datům přiděleny kódy dle jejich významu a obsahu. Kódy mohou být jak samostatná slova, tak i krátké fráze a slouží poté k další analýze.

Kódy byly k odpovědím respondentů připisovány ručně tužkou, vždy nad danou část textu, ke kterému se vztahují. Dále byl vytvořen abecední seznam kódů, kde je u každého kódu uvedena zkratka, označující respondenta (A, B, C atd.) a následně číslo řádku, na kterém se daný kód v přepisu rozhovoru nachází. Dalším krokem bylo seskupení vytvořených kódů do tematických celků, které mají obecnější charakter a dané kódy zastřešují. V poslední fázi analýzy byla témata blíže definována, popsána a doplněna o konkrétní výňatky z rozhovorů.

4.7 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor byl sestaven metodou záměrného výběru. Záměrný výběr je takový výzkumný vzorek, ve kterém jsou respondenti vybíráni dle předem určených kritérií (Miovský, 2006).

V této práci byla zvolena následující kritéria výzkumného souboru:

- je tvořen seniory, kteří jsou ubytováni v domově pro seniory,
- zároveň se tito senioři účastní nějaké formy zooterapie.

Vzhledem k tomu, že u osob v těchto pobytových zařízeních sociálních služeb lze očekávat zhoršený zdravotní stav, bylo nutné se o výběru také poradit se sociálními pracovníky. Po vzájemné konzultaci bylo vybráno 5 klientů, jejichž zdravotní stav umožňoval rozhovor uskutečnit a současně také udělili souhlas se do výzkumu zapojit. Respondentům byl písemně předložen Informovaný souhlas s účastí na výzkumu k podpisu.

V zájmu zachování anonymity a GDPR nebyla v bakalářské práci uvedena jména respondentů či jejich jiné osobní údaje (např. pohlaví, věk), které by mohly vést k narušení anonymity. Jména respondentů byla při přepisu odpovědí nahrazena označením „osoba A“, „osoba B“ atd.

5 VÝSLEDKY TEMATICKÉ ANALÝZY

Tato kapitola popisuje témata, která vyvstala z analýzy rozhovorů dotázaných seniorů. Ke každému tématu jsou uvedena podtémata a dále také konkrétní příklady – tedy citované části, které téma v odpovědích deklarují. Témata jsou zde rozčleněna do jednotlivých podkapitol.

5.1 Pocity vyvolané zvířaty

Dotázaní respondenti často mluvili o pocitech, které v nich zvířata vyvolávají. Celou škálu zmíněných pocitů lze rozdělit na pozitivní, negativní a neutrální pocity.

5.1.1 Pozitivní pocity

Většina respondentů (konkrétně 4 osoby z 5 dotázaných) zmínila, že přítomnost zvířat v nich vzbuzuje kladné pocity a jsou se zvířaty rádi. Těší je jak samotná přítomnost zvířete v jejich blízkosti, tak také pozorování zvířat a vítají i fyzický kontakt s nimi (např. hlazení, mazlení). Odpovědi byly doprovázeny také zjevnými neverbálními projevy jako úsměv, uvolnění těla, radost v očích.

„...ale prostě ten ptáček, když tady doletí, tak je to příjemné jako, no.“ A97

„Já, když vidím pejska, tak já se úplně celá rozzářím a je mi dobře. No, je mi dobře.“ B89-90

„No, cítím se dobře, s pejskama ano...“ C31

„No, příjemné, jako příjemné, to vám jediné, co tak můžu, že je to příjemné, protože se s ním můžu pohladit, muzgat se s ním a víte, tak je to pro mě příjemné.“ C127-128

„Máte takový fajn pocit. Máte takový fajn pocit, když ten pes se k vám přitulí a začne vás olizovat.“ E73-74

Někteří senioři mluvili o pocitech radosti, spokojenosti a štěstí v přítomnosti zvířat.

„A takže já jsem s těma zvířatama vlastně jako byla pořád, takže to bylo super.“ A112-113

„Cítím se uvolněně a šťastná prostě, taková prostě fajn.“ B50

„Jo, já to taky tak podobně cítím. Že je opravdu, rozlije se ve mně takový pocit, dalo by se říct štěstí.“ B92-93

5.1.2 Neutrální pocity

V osobě D přítomnost zvířat vyvolává pocity spíše neutrální. Své emoce tedy nehodnotí ani jako pozitivní, ani negativní. Vysvětluje to tím, že v kontaktu se zvířaty není zas až tak často, zvíře ve svém pokoji v domově pro seniory nemá a je tedy v současné době se zvířaty pouze v případě konání zooterapie v domově.

„Já to nějak nevnímám. A když ne, že bych to jako, ehm...Pocity nemám, protože já to tady nemám. Máme to akorát na těch...Tak jak jsme měli tady.“ D80-82

5.1.3 Negativní pocity

Třetí skupinou emocí, které respondenti zmínili jsou emoce negativní. Konkrétně se jedná o obezřetnost, smutek a strach. Obezřetnost lze vyčíst z vyjádření osoby A. Při popisu průběhu canisterapie v domově pro seniory osoba mluví o tom, že přestože psi mohou být dobří kamarádi člověka, jsou to stále jen zvířata, a proto je potřeba na ně dohlížet. Mohlo by se totiž stát, že pes zareaguje na neznámou osobu či rušivý podnět nepřiměřeně a například tak někoho štěkáním vyleká.

„...když jako se mu něco jako by tak nelíbilo, tak zaštěká jako, takže ho musíme jí jako tak kontrolovat a usměrňovat a takhle jako, protože zvířata jsou zvířata, no.“ A143-144

„...ale vím, že musíme dát i pozor jako, aby náhodou zase někdo, někdo, na koho není zvyklý trochu, jako že začne někdy, zaštěká třeba, se to nelíbí jako nebo něco, ale dá se usměrňovat jakoby, je vychovaný.“ A145-147

Pocity smutku byly v odpovědích seniorů zaznamenány v souvislosti s úmrtím domácího mazlíčka či jiného milovaného zvířete. Úmrtí tak pro danou osobu znamená značnou ztrátu a je spojeno s pocity smutku a s truchlením.

„...potom když jako třeba se tomu zvířeti něco stane, tak je to docela jako...“ A15-16

„...takže už jsem z toho důvodu už pak jsem si někdy říkala, já už radši nic nechci, protože když se tomu něco stane, tak zase budu za tím, jako tím, jako to, jako cítit...“ A197-199

„...jenže nedopadlo to dobře, pejsek trochu vyrostl a pak ho srazilo auto. Tak to ona byla velice nešťastná.“ B5-6

„No a vždycky jsme to obřečeli každého toho pejska, když už končil.“ B22-23

O strachu hovořily osoby C, D a E. Osoba C má strach z koček, který se u ní vytvořil na základě děsivých snů. V dětství se jí často zdálo o tom, jak na ni kočky skáčou a ubližují ji. Tyto sny vyvolaly natolik silné pocity strachu, které v ní zůstávají dodnes a odráží se na jejím vztahu ke kočkám po celý život.

„Ale mně se vám několikrát, jako když jsem byla menší, zdálo o kočce, že vylezla vždycky někde na ten, na...já mám aj s tu paměti pozor...na skříň a skákala na mě, víte? A tak já jsem těch koček se bála.“ C11-13

„...ale s tou kočkou ne, to mám v sobě. To by mě nikdo nepřemluvil. Ale, ale taky sa na ňu zadívám, ale tak enom, víte, že jdu kolem nebo se, nebo ju vidím na zahrádce, jo a tohle, tak to a ani bych se nepře, nepřemohla ju pohladit, protože tak právě že tak pořád po mně skákaly a mě nic, jako ubližovaly, tak já prostě to, to, to, tu lásku nemám, no.“ C31-35

Osoba D mluví o strachu z nepředvídatelné reakce psa. Vypráví příběh o malém klukovi, který neúmyslně šlápnul svému psovi na ocas a ten se tak polekal, že ho kousnul do obličeje. Jednalo se o vážnější zranění, které klukovi museli lékaři zašít.

„...a já jsem říkala, že bych těm zvířatům moc nevěřila, že je to jako nebezpečné, že oni ten rozum nemají tak, jak my a oni si udělají podle svého. A on dostal prostě ránu, tak on tu ránu chtěl vrátit zpět.“ D45-47

U tohoto seniora (osoba D) se také projevil strach v průběhu hiporehabilitace v domově pro seniory, a to v momentě, když se terapeutický kůň k této osobě přiblížil a ohnal se jí po ruce. Nedošlo k žádnému zranění, avšak senior se zaleknul a nyní si při této formě zooterapie drží větší odstup.

„...jsem ho pohladila po čumáku a on myslel, že mu něco dávám, tak mě chňapl. To jsem uhla, takové zubiska měl. To koně mají takové veliké, však víte. A já jsem ho tak pohladila aj sousedka a on nás chňape. A já říkám, už to nesmíme na ně šahat, oni mysleli, že dostanou kostku cukru.“ D76-79

Osoba E v minulosti vlastnila loveckého psa, který příliš neposlouchal. Pokud byly v blízkosti tohoto psa malé děti, měla strach, že dětem ublíží.

„Já potom povídám, ty, musíme s tím psem něco to...jestli on některé to děcko pokůže, protože oni byli malí. A to děcko...takové malé děcko prostě...ten si myslí, že tomu nic neudělá, že.“ E38-40

5.2 Zkušenosti se zvířaty

Další tematický celek, který vyplynul z analýzy rozhovorů byl nazván zkušenosti se zvířaty.

5.2.1 Chov zvířat

Jak se v průběhu rozhovorů ukázalo mnozí z respondentů chovali dříve nějaká zvířata ať už jako domácí mazlíčky či z důvodu využití masa, vajec apod. Nejčastěji zmiňovaní domácí mazlíčci byli psi a kočky.

„No tak my jsme měli psy, kočky a nevím, všechny možné zvířata. No a takže jako jsem si je oblíbila jako během toho v různých fázích různé jako zvířata.“ A5-6

„Dokud jsem byla dítě, tak pejska jsme neměli, ale až potom já se vdala a měla jsem dceru a už jsem nemohla mít další děti, tak ona pořád si přála aspoň něco, aspoň pejska, maminko. Já jsem teda od mého kolegy, učila jsem ve škole a kolega měl u své matky malé štěňátko, tak mě ho daroval pro Petku.“ B2-5

„Tak jsme tam měli včely, králíky jsme měli. Můj byl už v důchodě, on byl 6 let starší. Takže už tam pracoval v důchodě, tak jsme měli...Psa jsme teda neměli, ani kočku, tam chodily kočky od sousedů, tak ty jsem krmila, vždycky přišly. Pak jsme měli brojler, jsem vychovávala kuřátka, z vajíček jsem si vychovala kuřátka...“ D1-4

„A jinak doma jsme měli zvířata. My jsme měli slepice, králíky, prase. My jsme měli kozu, jsme měli, to si pamatuju, že jenom jako to jsem byla ještě hodně malá.“ E3-5

„My jsme měli doma vždycky psa.“ E8

5.2.2 Zvířata v rodině

Někteří dotázaní senioři hovořili také o tom, že jejich členové rodiny chovali či doposud chovají nějaká zvířata. Z toho lze usuzovat, že kladný vztah ke zvířatům a potřeba přítomnosti zvířat v blízkosti člověka je v tomto případě rozšířena i na širší okruh rodiny.

„To je aj vždycky v té naší celé rodině, kdo měl, tam měli obyčejně psa, no tak měli někdo aj kočky, když jim to nevadilo, tak proč ne, že. Ale jinak pejsky, pejsky většinou, no.“ C28-30

„No a jinak jsme třeba jezdívali hodně do Znojma, tam jsme měli rodinu, no a tam bylo to veškeré zvířectvo, králíci, husy, prase...“ C39-40

„Měli jsme... teta měla papouška, tam jsem jezdila do Bratislavy... Tak jsem tam byla vždycky na prázdninách v Bratislavě, tam na zahrádce jsem si s ním vždycky hrála.“ D86-90

Člen rodiny osoby A dokonce se zvířaty přímo pracuje, je zaměstnán jako ošetřovatel zvířat v zoologické zahradě.

„No a teď moje neteř má dceru a ta pracuje jako ošetřovatelka v zoologické zahradě, ...“ A18-19

„No tady v Lešné. Ano, ano, no tam jako, není tam dlouho, ale jako jo, ona se vyučila jako ošetřovatelkou a to. A zrovna ta neteř jako je hrozná milovnice zvířat, takže jsem s ní jako docela tak jako v dětství vyrůstala...“ A20-22

5.2.3 Zranění či zničení věcí

Do tématu nazvané Zkušenosti se zvířaty patří také zážitky seniorů, které nejsou příliš příjemné. Senioři se rozpovídali například o vzpomínkách, kdy jim samotným nebo jejich známým zvířata zničila věci či způsobila zranění.

„A jo, Lubovi málem zebrał bačkoru. Já jsem věděla, že on se toho zmocní prostě, za chvíli je po papuči a Lubík nebude mít v čem chodit a papuč bude v trapu. Prostě on to roztrhal.“ E35-37

„I když z koně jsem taky spadla a se splášil.“ A9

„Já vám řeknu případ. Ve Zlíně byl doktor, doktorka, no, nevím jméno, na náměstí bydleli, asi teď nevzpomenou. Já jsem to ráno věděla, že vám to řeknu, a oni měli syna, a on byl doktor, ona byla švadlena, ona mě šila šaty na ty výstavy vždycky, saka, takže byla nastrojena, tak jsem chodila k ní. To bylo takové náměstí paní V., vedoucí díla, jo, a tam jsem chodila, a oni měli velikého psa. A oni měli toho kluka a on dopadá na nohu, a to bylo takový zlínský frajírek vždycky s tím psem velkým, nevím, co to bylo za rasu, veliký pes. A spal a skočil z postele na záchod a šlápl mu na nohu, nebo na ocas a pes vyskočil a roztrhal mu obličej.“ D38-45

„Já jsem už cosi chtěly vzít a on mě normálně kousnul do ruky, do prsta.“ E34-35

5.2.4 Úmrtí zvířete

Osoby A a B také zmínily, že se setkaly s nepříjemným zážitkem v podobě úmrtí domácího mazlíčka. Z jejich odpovědí bylo znát, že smrt milovného zvířete v nich vyvolala velký

smutek až prázdnotu. Tyto pocity smutku již byly popsány výše u tématu Pocity vyvolané zvířaty.

„Takže už jsem z toho důvodu už pak jsem si někdy říkala, já už radši nic nechci, protože když se tomu něco stane, tak zase budu za tím, jako tím jako to, jako cítit je to.“ A197-199

„No a toho nám zase, jak jsme šli na procházku k lesíku, tak jsme ho odepli, ať se proběhne a teď z lesíka, jenom on tam běhal, jsme uslyšeli dvě rány a myslivec ho zastřelil.“ B8-10

5.3 Vztah ke zvířatům

Toto téma je poměrně obsáhlé, zahrnuje podtémata jako nejoblíbenější a neoblíbená zvířata, vztah ke zvířatům obecně, vzájemný vztah člověka a zvířete, vyhledávání kontaktu se zvířaty, touha po zvířeti a empatie se zvířaty.

5.3.1 Nejoblíbenější a neoblíbená zvířata

Senioři mluvili například o tom, která zvířata mají nejradši a která zvířata naopak rádi nemají a proč. Osoba A zmínila, že mezi její nejoblíbenější zvířata patří psi, kočky a koně.

„No, tak já jsem měla hodně vcelku ráda všechna zvířata, no tak psa, tak kočku, koně.“ A8-9

Nejoblíbenější zvířata osoby B jsou psi a koně, ke kterým má nejbliž už od dětských let. Psi byli součástí rodiny, když byla ještě malá, takže si k nim utvořila vztah. Kone se stali jejími oblíbenci až později.

„Hlavně pejsky a koníčky, to bylo moje.“ B1

„Proč tedy ty dvě zvířata? Já nevím, já jsem k nim vždycky inklinovala nějak. Jo i k těm koníčkům, ikdyž k tomu koníkovi jsem se až později dostala, že jsem ho mohla pohladit a tak. A ty pejsky, no tak ty jsem, na ty jsem byla zvyklá od toho, jak jsme je měli, no.“ B38-40

Osoba C preferuje především psy. Kočky nemá v oblibě vůbec. Jako další neoblíbená zvířata označila žáby a krysy.

„No pejsky, pejsky. Kočky vůbec ne.“ C10

„No tož oni jsou přítulní a takoví poslušní.“ C24

„Já opravdu tak nejvíc ty pejsky, ani nebo jak má někdo žáby a kryse a co všechno.“ C71

Osoba E má nejbliže ke psům, naopak příliš nemá ráda pavouky, myši a potkany.

„Takže já mám nejradši psa. On jako...neublížím žádnému zvířatu, žádnému to, ale nejmíc tak jako mně je nejbližší pes.“ E14-15

„Třeba takové pavouky, myši a potkany to zrovna dvakrát nemusím.“ E2

5.3.2 Vztah ke zvířatům obecně

Dále v rámci tématu Vztah ke zvířatům senioři zhodnotili svůj vztah ke zvířatům v obecné rovině. Pozitivně svůj vztah ke zvířatům hodnotí osoba A. Dle jejich slov je její vztah ke zvířatům kladný, zvířata má velice ráda. Dokonce přiznává, že si se zvířetem vytvořila tak silnou citovou vazbu, že z její strany došlo až k citové fixaci.

„No tak můj vztah je kladný...celkově jako je kladný ten vztah.“ A1-2

„No jo, jo, no, tak se hodně člověk na to fixuje a to no. Tak jo, taky mám jako kladný vztah k zvířatům.“ A17-18

„Já už jsem jako prostě byla kolikrát na to fixovaná.“ A197

Láska ke zvířatům také vyplynula z odpovědi osoby B, která vnímá svůj vztah k nim jako kladný již od svého dětství.

„Tak od dětství mám ráda zvířátka.“ B1

„Já bych akorát chtěla říct, že zvířátka jsou neuvěřitelná.“ B111

Osoba C taktéž vyjádřila lásku ke zvířatům obecně.

„Tož...Tak mám jich ráda.“ C2

Osoba D vzpomíná, že jako dítě navštěvovala svou tetu, která měla mluvčího papouška a toho měla velice ráda.

„Teta měla papouška, tam jsem jezdila do Bratislavy a on mluvil, tak to jsem ho milovala.“ A86-87

Svůj kladný vztah ke zvířatům popisuje také osoba E.

„Obecně já mám ráda všechny zvířata.“ E1

„My jsme měli doma zvířata, takže já k tomu mám celkem kladný vztah. Jako neublížím tomu. Dám tomu nažrat, neublížím. Asi tak.“ E5-7

Osoba D zhodnotila vztah ke zvířatům spíše jako neutrální. Nelze zde mluvit přímo o lásce, ale zároveň jí zvířata nijak nevadí.

„Tak jako nevyženu je. Jako že bych je vyhnala, že nechcu psa nebo tak. Takže je přijmu. Ale já vám nemůžu říct nějakou lásku. Neměla jsem vztahy k těm zvířatům takové, abych je milovala.“ D247-249

5.3.3 Vzájemný vztah člověka a zvířete

Dotázaní často také popisovali vzájemný vztah mezi nimi a jejich zvířaty. Vyprávěli o tom, jak se citově napojili jejich mazlíčci na ně samotné či na jiného člena rodiny, dále mluvili o jejich dobrých vlastnostech či naopak o nevhodném chování atd.

Osoba B povídala o svém psovi, který si k její dceři vytvořil takový vztah, kdy ji za všech okolností chránil. Také chválila jejich další dva psy, zlatého retrívra a jezevčíka. Zvířata označila za kamarády člověka a posteskla si, že vztahy mezi lidmi a zvířaty mnohdy fungují lépe než vztahy mezi lidmi navzájem.

„On tu Petru miloval. My jsme nesměli ani ublížit nebo zvednout ruku, to vůbec nešlo.“ B19-20

„No a dalšího potom pejska, to byl, to už jsme si pořídili, to jsme si pořídili zlatého retrívra, ten byl boží. Větší pejsek a byl takový hodný, oni jsou hodní ti retrívři.“ B20-22

„Ta dcera moje, tak ta mi koupila jezevčíka. Tady je na obrázku. Krásný a hrozně hodný. Senzační.“ B29-30

„Já bych akorát chtěla říct, že zvířátka jsou neuvěřitelná, že to jsou takoví kamarádi senzační, že někdy si říkám, bože, proč lidi nejsou takoví jako oni? Že s lidma to někdy tak nevychází. A s nima ano.“ B111-113

Osoba D vyjádřila svůj obdiv k inteligenci a řečovým dovednostem papouška, kterého v dětství vidala při návštěvě u své tety.

„Obdivovala jsem ho, jak ho naučila mluvit a on mluvil, prostě opakoval, pozdravil mě a jak on mluvil, tak to jsem obdivovala.“ D87-89

Osoba E má bohaté zkušenosti s chovem psů v minulosti. Popisovala vztah jednotlivých psích mazlíčků ke členům rodiny a specifika v chování a poslušnosti těchto psů. Hodnotila chování jejich psa rasy jezevčík, který na povely příliš neposlouchal, byl až příliš vychytralý a v rodině se obávali, že by mohl někomu ublížit. Nakonec ho z těchto důvodů darovali jednomu známému myslivci. Osoba E naopak velice chválila psa Ťapku, který poslouchal daleko více než zmíněný jezevčík. Byl nejvíce napojený na maminku osoby E,

kterou všude následoval, byl jejím věrným společníkem při všech činnostech, a i beze slov dokázal rozpoznat, co je od něj vyžadováno.

„A předtím jsme měli jezevčíka a ten bych vychcaný jak mraky. Ten si dělal, co chtěl. Ten neposlouchal. Ten byl vychcaný jak mraky a byl nedobrý. A potom jsme ho museli dát pryč, protože to byl lovecký pes. A museli jsme ho dát pryč.“ E26-28

„A potom jsme měli tady toho Ďapku. Ale to byl psík, no říkám. To tak rozumělo, že... To byl úplně člen rodiny. To bylo jak člen rodiny.“ E40-42

„No ale to byla partia, ta maminka s tím psem. Co dělala maminka, dělal pes. Co dělal pes, dělala maminka. Ten pes normálně, na něj jste se jenom podívala anebo to a nemusela jste ani mluvit a ten pes věděl, co po něm chcete.“ E9-12

Osoba E si myslí, že dle toho, jaký má člověk vztah ke zvířatům, zda je má rád či ne, lze usuzovat, zda má či nemá rád lidi. Jeho vztah ke zvířatům tedy odráží vztah k lidem.

„Ano, to záleží na...to je individuální, to záleží na každém člověku, jak to má nastavené. Já říkám, kdo nemá rád zvířata, nemá rád lidi. A je to fakt, to je pravda. S tím jsem se mockrát setkala, že opravdu kdo nemá rád zvířata, nemá rád lidi. To máte, jak říkám, aj s lidma tak. Tak to je aj s těma zvířatama.“ E79-82

5.3.4 Vyhledávání kontaktu se zvířaty

Z uskutečněných rozhovorů vyplynulo, že někteří senioři mají tendenci vyhledávat kontakt se zvířaty i mimo zooterapeutické aktivity pořádané v domovech pro seniory či se u nich tato tendence být v přítomnosti zvířat objevovala v jejich mládí.

Například osoba A má na balkóně umístěnou budku pro ptáky, kam jim celoročně sype zrní a ona tak může poměrně zblízka pozorovat různé druhy ptáků. Ráda také sleduje přírodovědné dokumenty o zvířatech v televizi. Případně má možnost navštívit svou rodinu (neteře), kde chovají také mnoho zvířat.

„Jinak tady mám budku, tady lítají ptáci a to, to tam mám pořád, jako normálně i teď v létě, já myslím včera tady, nebo možná i ráno tady byli zaletění, že tam mají nasypané, tak jsou zvyklí, i když není zima, normálně jako v létě přiletět.“ A86-89

„...no, tak já si vždycky něco najdu, já třeba se podívám na oblohu, něco letí, já už mám hned něco, ty holuby tady létají, tady, cukrušky, ptáčci různí, a to, takže já si to vyhledám jako, když to jako potřebuju.“ A165-167

„Ten, kdo k tomu má nějaký vztah, takže to jako, to nějak vyhledává v něčem, prostě i v televizi kolikrát se můžu podívat na nějaký dokument o zvířatech. Nebo se podívám z okna, nebo někde vyjdu, nebo si někam zajedu, anebo tady něco pořád někde se pohybuje.“ A183-187

„...jo, já jako třeba i k té rodině si zajedu.“ A187

Osoba A také v minulosti vypomáhala při natáčení filmu pro děti Pohlad' kočce uši.

„A já jsem se ještě nakonec účastnila tam jako natáčení filmů, jako jsem dělala poradkyni jako pro psa nakonec, že jsem se hnala jako pro dětský film, ten se promítal na dětském festivalu ve Zlíně, Pohlad' kočce uši. A vyhrál pak ještě jako ve Evropě, myslím, byl první, jako dětský film tohle, jako to. A tam hrál taky jako pes, tam hrál roli. A pomocí té kočky jsem pak nakonec dokázala jim pomoci jako natočit scénu, která se nedala natočit.“ A108-112

U osoby D je z vyprávění také patrné, že přítomnost zvířat vyhledává. Před mnoha lety, když jezdili s manželem na chatu, chodívaly na jejich pozemek toulavé kočky, které vždy ráda nakrmila a hrála si s nimi.

„A ty kočky jsem krmila, jsem vždycky pohladila, pohrála se se s něma, a oni přišli, vždycky ňamčely, a tak já už jsem měla nachystané taky mlíko a zbytky, a to už ony už přišly, a už tam byly každý den vlastně, chodily.“ D65-67

„...já jsem ty kočky pohladila, nakrmila a ony utekly, vždycky zdrhly někam, já nevím, pět jich tam, myslím, chodilo.“ D90-91

5.3.5 Touha po zvířeti

Touha po zvířeti byla zjištěna například u osoby B, a to ve spojitosti s tím, když mluvila o úmrtí jejich milovaného psa. Po smrti psa se zamýšlela nad tím, zda si pořídit psa dalšího. Mluvila o tom, co všechno jeho smrtí změnilo, jaké aktivity, které běžně prováděla se svým mazlíčkem jí chybí a bylo znát, že po dalším zvířeti opravdu ještě touží.

„Tak jsem si říkala, já nevím, chybí mi ty procházky.“ B26-27

Osoba C zmínila, že by chtěla mít psa, když hovořila o tom, proč má nejraději psy, a naopak nemá v oblibě kočky.

„No, pejska bych teda chtěla.“ C27

Osoba E projevila zájem o psa přímo v prostorách domova pro seniory. Nabídla se, že by se o psa starala sama, měla by ho i přímo ve svém pokoji, chodila ho venčit a všichni klienti domova pro seniory by mohli využívat pozitiva z jeho přítomnosti prakticky neustále, nezávisle na konání zooterapeutických aktivit.

„Cosi kdysi jsme si povídaly a já povídám, tak nám poříd'te psa. Jo, nadostávala jsem kvůli tým kočkám, že je krmím. Já říkám, kupte nám psa, nejradši dva. A nebudeme to dávat kočkám a budeme tady krmit psa. A vy že budete se o něho starat? Já říkám klidně, mně vůbec by to nevadilo, kdyby tady se mnou bydleli. To víte, tady pelíšek někde a je to. Nevím, když by tady vyběhl, že by se vyčural. Nebo ten měl být ten....“ E61-66

5.3.6 Empatie se zvířetem

Osoba E projevila empatii s koňmi, kteří působí jako terapeutická zvířata při hiporehabilitaci. Při snaze vcítit se do pozice tohoto zvířete, je osobě E koně líto. Myslí si, že je koni nepříjemné, když ho tolik lidí najednou hladí a že při takové aktivitě spíše kůň trpí.

„Sedíjou v kruhu a ted' ona jde s tím koníkem, ten chlap jde s tím druhým, a ted' každý ho tam plácá a hladí a já nevím co. No já bych to tím koněm, tak ledaskoho nakopnu. Protože každý mu dělá něco jiného a tomu koňovi se to taky nemusí líbit. Jenomže oni jsou ti koně tak na to naučení, že držíjou. Prostě ona ho drží za tu uzdu a má přitaženou tu hlavu. To je jak kdybych držela Vás a někdo vás tahal za uši a za ocas. A asi tak.“ E84-89

„A ona jde do kola a každý ju dlachne. Tož jak se to tomu zvířeti může líbit. Tož šak právě, že oni jsou na to zvyklé. Jsou to chudáci.“ E104-106

5.4 Zooterapie v domovech pro seniory

Klienti domova pro seniory také vyprávěli o tom, s jakým typem zooterapie se v tomto zařízení setkávají a jak často se zooterapie realizuje. Dále popisovali aktivity a činnosti se zvířaty a celý průběh zooterapie. V některých domovech pro seniory jsou přímo i chována zvířata, klienti tak mohou využívat benefitů přítomnosti zvířat kdykoliv, případně je v některých zařízeních dovolena návštěva zde ubytovaných seniorů s domácími mazlíčky. Do tohoto tématu je zařazeno také podtéma Zájem o zooterapii, v rámci kterého dotázaní zmiňují, jak často se těchto aktivit účastní, či zda by měli zájem o některý typ zooterapie, který se v daném domově pro seniory neuskutečňuje.

5.4.1 Typy zooterapie

Klienti domova pro seniory zmiňují zvířata, se kterými se v rámci zooterapeutických aktivit setkávají. Od toho je možné odvodit, jaké typy zooterapie se v daném domově pro seniory uskutečňují.

Osoba A má v rámci zooterapeutických aktivit zkušenosti se psy, jedná se tedy o canisterapii, kterou pravidelně realizuje v daném domově pro seniory dobrovolnice. Kromě psů se jednou setkala také s jinými terapeutickými zvířaty, a to s poníkem, kozou, ovci a králíkem (osobou A nazván zajícem).

„...momentálně za mnou chodí jako jedna dobrovolnice, no a ta má pejska takového, ten je támhle vyfocený.“ A40-41

„A potom ještě tady byla taky nedávno jedna paní, co tady jako tuhle jako pro nás tady jako jsme měli takové na tady je takové hřiště a tam přijela s takovou minizoo. A ona je no tohle, prostě tak, taková velká milovnice zvířat, no a došla normálně, prostě dovezla poníka v takém přívěsu a tam měla ještě...ještě tam měli kozu a ovci a zajíce.“ A49-53

Osoba B zmiňuje zkušenosti s terapeutickými zvířaty jako je pes, poník a ovce a další dvě drobná zvířata, na která si v době rozhovoru nevzpomněla.

„No byl tu jednou takový poník, krásný, světlý a úžasný. On i ten pohled měl tak úžasný, takový hodný. Byl tady, totiž tady přišla nějaká paní a měla toho poníčka a měla ovečku a měla já nevím co, nějaké ještě dvě malé zvířátka.“ B43-45

„A jinak sem chodí paní, která občas jako to je taková, jak se tomu říká? Fyzioterapeutka? Canisterapeutka.“ B47-48

Osoba C se setkala při zooterapii se psy (canisterapie) a s koňmi (hiporehabilitace). Psi jsou nejčastější terapeutická zvířata, která domov pro seniory navštěvují. Hiporehabilitace byla realizována po dobu pobytu osoby C v tomto zařízení pouze jednou.

„Ježíšmaria. No, ale viděli jsme, to to jsme byli, myslím, ne v zoologii nebo někde...koně, koně měli tak na té zahradě.“ C37-38

„A vesměs jsou to pejsci. Aj co tady chodí ten kůň, to byla nějaká výjimka.“ C110-111

V domově pro seniory, kde pobývá osoba D se dle její výpovědi uskutečňuje canisterapie, hiporehabilitace a lamaterapie.

„Dvakrát jsme měli psy, potom jsme měli dvakrát koně, ted' byly lamy.“ D82

Osoba E má stejně jako osoba D zkušenost se třemi druhy zooterapeutických zvířat, a to se psy, koňmi a lamami.

„Jo, jo, chodíja sem ti koníci, takoví ti...Tady byly lamy, pak tady chodí ten pejsek, co tady ještě byly nějaké zvířata...No to už žádné. Ne, jenom toďty.“ E47-48

5.4.2 Frekvence zoterapie

V tomto podtématu dotázaní vymezili, jak často se určitá zoterapie v domovech pro seniory uskutečňuje. Nejčastěji se objevovala odpověď, že se tyto zooterapeutické aktivity pořádají nepravidelně. Někteří senioři nedokázali přesně specifikovat s jakou frekvencí se tyto aktivity konají. Mnohdy to byl spíše jejich odhad. Lze to přisuzovat odlišnému vnímání času u takto starých osob, jak to například deklaruje výpověď osoby D (viz níže).

„Celkově je to asi nepravidelné, zřejmě podle možností. Já si myslím podle toho, jak oni se jako domluví jako třeba s těma chovatelama a podle situace asi, jak to prostě jde no. Protože ono v dnešní době už jsou určité věci jako, když jsou na profesionální té, tak se musí asi zřejmě platit takhle anebo někdo to dělá třeba jenom z dobrovolné činnosti. Ve svém volném čase. Takže podle těch určitých možností. Takže předtím jako, chodili tady dost, ale že by se to dalo říct, že by to bylo pravidelně úplně jako zas jako ne, myslím, že podle situace to dovoluje, okolnosti a tak.“ A128-134

„Ano, záleží jak kdy, někdy. Není to pravidelné.“ B74-75

„Tak třeba jednou za měsíc nebo za týden někdo přijde.“ C159

„To si nepamatuju, abych vám řekla 14 dní, týden, nevím. Nevím, protože tady ten čas běží úplně jinak, jak v životě, tak je to prostě jinačí.“ D155-156

„No oni přijdou tak třeba jednou za čtvrt roku, jednou za půl roku.“ E50

„Ale ta paní s těma psama tam taky chodí ted'ka často, tak jednou za měsíc.“ E53

5.4.3 Průběh zoterapie

Při popisu zoterapie v domovech pro seniory účastníci blíže charakterizovali, jak a kde tato aktivizační technika probíhá, jaké aktivity a činnosti se zvířaty provádějí.

Osoba A popisovala zoterapii s poníkem, kdy účastníci mohli zvíře hladit či ho spolu s terapeutickým pracovníkem vést za uzdu.

„No a to tady to prostě tam parkovali navrchu tady na té cestě a tady dole na tohle hřiště to přivedla, jako všechno to předváděla a my jsme celý dopoledne si to mohli jako prostě s tím jako být a já jsem třeba se s tím poníkem prošla takhle a ona ho vedla sice, ale já držela ho, no ale tak jako dalo se s těma zvířatama jako prostě být, byli takové ochočené a to.“ A54-57

Canisterapie dle osoby A probíhá jinak u osob se sníženou pohyblivostí než u osob, kteří nemají narušenou mobilitu. Za seniory, jejichž mobilita je výrazně narušena a jsou upoutáni na lůžko si psi mohou vyskočit na postel, kde pak dochází k fyzickému kontaktu se zvířetem (hlazení, česání srsti). Naopak senioři, kterým to jejich zdravotní stav dovoluje, si mohou se psy hrát na zahradě například s míčem (házení míče, kopání do míče).

„...tak tady ještě též chodili jako se psama a oni taky jako hodně, když nemůže ten člověk jako chodit, tak ji třeba i jako vyskočí ten pes jako pomoci jako toho doprovodu jako k tomu klientovi a že se může pohladit a tak.“ A73-75

„Jo, to jsme byli, jako já mám míč, jako tam zrovna, jsem si koupila takový lehký, jako a to jsme byli na hřišti, a to jsme si třeba kopali, nebo něco, ono vlastně, jako na to už tam mám ty zuby v tom míči, ono, jako to poznačené. A to, jako to, jo.“ A151-153

Canisterapie dle osoby B je zaměřená především na fyzický kontakt či krmení zvířete pamlsky. Není si vědoma, že by klienti domova pro seniory hráli se psy nějaké hry.

„Tak já jsem hry neviděla, ale hladíme je, jo, nebo jim dáme něco na zub.“ B77-78

Osoba C mluvila o aktivitách se zvířaty v souvislosti s hiporehabilitací, tedy zooterapií prostřednictvím koní. Zmínila, že zvíře pozoruje a hladí, krmení však nepodává.

„No tak, tak jenom tak, že, že jste přišli, protože on je v té stáji že...a takže jsme pohladili a to, co jiného s tím můžete dělat. No ano, tak to se vždycky jdeme podívat, ano, to oni nás volají.“ C86-89

Osoba D mluvila o průběhu zooterapie s koňmi. Většinou takové setkání probíhá tak, že se zájemci shromáždí ve společenské místnosti a terapeut s koněm postupně obchází jednoho člověka po druhém, dotyčný si může koně pohladit a dát mu nějakou dobrotu. Jednou osoba D pletla koni na ocasu a na hřívě copánky.

„No a byli tady ti koně, tak já jsem pletla copánek koňovi a potom tady byli podruhé, tak jsem jim pletla na čele.“

„Sedíme a díváme se. Oni postupně jdou, je kolečko v té společenské místnosti, když to bylo, tak bylo kolečko. A ona s těma koňma chodila kolem, vždycky zastavila u paní, si pohladila, jo, dala mu kostku cukru, jo, nebo chleba.“ D167-169

Osoba D také vyprávěla o průběhu canisterapie. Dobrovolnice se svým psem navštěvovala pokoje domova pro seniory a kdo měl zájem, u toho se zastavila, aby si psa mohli senioři pohladit či vyfotit se s ním.

„No tak tam kdo chtěl, tak si zavolal tu paní, co s tím psem byla, zavolal si ho s tím psem a ona přišla. Já jsem nevolala, ona přišla, dala mi ho na klín. A chcete ho? Já říkám, tož jo, když už jste tady, tak já ho pohladím. Tak jsem ho měla chvíli a hladila jsem ho.“ D176-178

Podobnou zkušenost se zooterapií jako osoba D má i osoba E. V případě koní se senioři sejdou v jídelně či společenské místnosti, posadí se do kruhu, terapeut vede koně od jednoho seniora k druhému a ti si koně hladí. Při canisterapii terapeut se psem obchází jednotlivé pokoje, pokud je zájem, psi se v pokojích chvíli zdrží.

„Tož nijaké, oni jdou dokola, my sedíme dokola, sedíte třeba v tom a musíte čekat, až přijdou k vám a pak si ho můžete pohladit no. A kdežto ta paní, ta chodí po pokojích, takže říkám, otevrou se dveře, psi sem vletí, poskáčou všechno a poolizují mě a po toto a jsou tady chvíli a zase jdou vedle, že.“ E55-58

5.4.4 Zájem o zooterapii

Jedná se o podtéma, kdy dotázaní mluvili buďto přímo o svém zájmu o určitou formu zooterapie či o zájmu jiných seniorů z jejich okolí, kterého si všimli.

Osoba B zmínila, že o canisterapii je mezi lidmi z daného domova pro seniory velký zájem, především pak ze strany osob, kteří jsou ze zdravotních důvodů upoutáni na lůžko.

„...oni se těší na ně. Hlavně ti lidi, kteří leží.“ B48-49

Osoba C by měla zájem o canisterapii, s tou zkušeností v domově pro seniory zatím nemá.

„Jo, že tak to jako kdyby tady s někým přišel, že, tak to jo, to by se mi líbilo...“ C75

Osoba D se vždy dobrovolně a ráda účastní programu zaměřeného na nějaký typ zooterapie.

„...akorát když máme ty besedy, tak tam jdu. No, tam vždycky tam jdu.“ D115-116

5.4.5 Přítomnost zvířat v domově pro seniory

Některé domovy pro seniory chovají zvířata na svém pozemku či v prostorách zařízení a klienti tak mohou zvířata navštěvovat, pozorovat je či krmit. Senioři tedy mohou využívat benefitů z přítomnosti zvířat prakticky neustále a nezávisle na tom, zda jsou zrovna zooterapeutické aktivity v programu domova pro seniory.

V domově pro seniory, kde využívá pobytovou službu osoba A, chovají na zahradě dva berany, na terase jsou v kleci také andulky.

„No tak tady jako to, jako tady jsou pouze andulky, pak tady byly ryby jako v rybníčku, ty pak sežrala kočka nebo to, takže už tam nejsou.“ A85-86

„Pak jsou tam ještě, se chovají dva tací baránci, tak tam se na ně můžem chodit dívat nebo oni se někdy pasou tady kolem dokola.“ A90-91

Osoba D vyprávěla, že se v okolí domova pro seniory pohybují toulavé kočky. Nepatří přímo danému domovu, někteří senioři však vítají jejich přítomnost a krmí je zbytky jídla.

„Tady jsou kočky a krmí je tady ta sousedka.“ D91-92

5.4.6 Návštěva se zvířetem

Osoba B a osoba C zmínily, že dané domovy pro seniory umožňují svým klientům návštěvy se zvířetem. Osobu B občas navštěvují její známí, kterým ze zdravotních důvodů před několika lety přenechala svého psa. Právě zmíněného psa berou vždy s sebou.

„Jenže devět roků jsem ho měla a pak jsem si zlomila kotník a nemohla jsem s ním už chodit na procházky. Starala se o něho, když jsem byla v nemocnici tři měsíce moje kamarádka a oblíbili si ho tak, že říkali, že kdyby to, že by si ho nechali. No tak si ho nechali, starají se o něj perfektně, má se jak v ráji. Občas za mnou sem přijdou, takže je to docela příjemné ho vidět.“ B31-35

Osobu C občas v domově pro seniory navštěvuje její vnučka se svým psem Bonem.

„...a tak jak včera tu byla ta vnučka a přijela a aj s Bonečkem, s takovým malým pejskem...“ C44

5.5 Subjektivní pohled na zooterapii

Z rozhovorů se seniory vyplynulo, jaký má každý z nich pohled na zooterapii. V rámci tohoto tématu je popsán pohled seniorů na zooterapii – v čem vidí její přínos, co jim

vyhovuje a co by naopak rádi změnili. Z důvodu přehlednosti je téma rozděleno na dvě podtémata – pozitiva zooterapie a negativa zooterapie.

5.5.1 Pozitiva zooterapie

Jako pozitiva zooterapie je uvedeno všechno to, co sami účastníci této aktivizační techniky považují za pozitivní, s čím jsou spokojeni, v čem vidí tuto techniku jako přínosnou či obohacující.

Téměř všichni dotázaní senioři si myslí, že zooterapeutické aktivity mohou být příležitostí k sociálnímu kontaktu. Pokud je zooterapie prováděna skupinově, a ne individuálně na pokojích klientů, dochází tak k seskupení osob, které mají společný zájem v podobě obliby zvířat a je zde tedy prostor k upevnění již vytvořených vztahů či navázání nových přátelství. Setkají se zde osoby z celého domova pro seniory, které mají rády zvířata a které by se bez konání těchto aktivit nesetkaly. Společný zájem o zvířata je tak i častým tématem k hovoru mezi účastníky.

„Ale při tom se jako dá jako ten, kdo jako někomu prostě fandí určitému zvířeti nebo tak a to, tak, že ti lidé se jako k sobě jako určitě jako mají takhle nějak, hlavně. To jako jsem, to určitě má jako nějaký smysl.“ A205-207

„To tak třeba jo, někdy ano, někdy jsme se setkaly třeba dvě tři u toho, u té canisterapie.“ B108

„No tak u těch oveček ano, no, to jo, že tam je nás víc venku, a to se dáme do řeči.“ B109

„A byly tam sestřičky, no, zase tři, pět, a byly tam sestřičky, pět sestřiček, které zařídily muzikantům, aby tam na tom mohli hrát, na tom s téma psama, aby tam hrála hudba. Takže jsem se s něma seznámila, seděli vedle mě, bylo jich asi pět, s nimi jsem se skamarádila, tak s něma jsme povídali, a říkali, že až zas přijedou, tak mě dají vědět, a že budeme zase spolu sedět a dívat se na ty psy.“ D121-125

„To je možné, to je možné, protože oni tam dovezou, že ty lidi z třeba z různého oddělení – máte jedna, dvě, tři a vy poznáte ty lidi, které byste normálně nepoznala, že. No a tam sedíte a dáte se do řeči a začínáte vykládat a už se potom třeba, já nevím, vidíte se tam na nějakém tom dvakrát, třikrát, tak už třeba přijedete tam, vidíte ho, tak už jedete za tím člověkem a už nesedíte tam třeba, já nevím, někde sama, opuštěná, ale už jedete za nima, bavíte se. A teď

vám řeknou třeba, přijdi za mnou nebo přijdi za mnou, že a dáte se tak jako dělat a bavíte se spolu, jinak byste se vůbec nepotkali.“ E134-140

Někteří senioři vnímají zooterapii jako určitou formu zábavy. Je to pro ně program, který je zpestřením dne a vytržení ze stereotypu, což vítají. Při zooterapii se také dozvědí zajímavosti o daných zvířatech, jejich chování či zooterapeutickém výcviku.

„...takže jsme měli vynikající zážitek z toho a bylo to jako, mělo to prostě taky dosah jako dobrý, no, jo, jo.“ A194-195

„Takže je tam něco zajímavého. Něco se tam dozvíme, něco tam uvidíme.“ D198-199

„Ano, doslova by se dalo říct. Takové zpestření. Prostě nějak ty lidi zabavit.“ E117-118

Osoba A dále zmínila, že účast na zoterapeutických aktivitách může mít pozitivní vliv na vztahy mezi účastníky. Uvolněné a neformální prostředí při zooterapii se odráží na vztazích, které popisuje jako přátelské.

„...no, tak ale třeba jako když jsme tam byli jako, bylo nás tam hodně, tak jsme, ten vztah tam byl jako takový kamarádský u toho, no.“ A202-204

Jak vyjádřila osoba B, při zooterapii také může docházet k přenosu pozitivních emocí, konkrétně radosti, z jednoho člověka na druhého. Společně tak účastníci mohou tyto kladné emoce vzájemně sdílet, což může vést ke zlepšení vztahů a k emočnímu propojení mezi osobami.

„...ano, že to prostě přechází z jednoho člověka na druhého, ta radost.“ B87

5.5.2 Negativa zoterapie

Při otázce, co se seniorům na zooterapii nelíbí a co by chtěli změnit, většina dotázaných sdělila, že by neměnila nic. Jsou se zoterapií spokojeni v takové podobě, v jaké aktuálně probíhá.

Osoba E však při hodnocení zoterapie v domovech pro seniory zmínila hned několik negativ. Jedním z nich byl příliš krátká doba, po kterou je člověk v přímém kontaktu se zvířetem.

„No ale říkám, tady se to nedá. Když jste s tím psem někde třeba doma nebo někde, tak je to úplně něco jiného. Tady se nedá o tom mluvit. O nějakém kontaktu.“ E100-101

Osoba E si také stěžuje na to, že se těchto aktivit se zvířaty (především při zooterapii s koňmi) účastní mnoho osob najednou. Účastníci zoterapie pak mají jen omezené možnosti, jaké činnosti se zvířetem mohou dělat. Dle jejich slov jde především pouze o hlazení srsti, seniorům nejsou umožněny žádné hry se zvířaty či jiné aktivity. Osoba E se domnívá, že pokud by se zoterapie realizovala v menších skupinách lidí, bylo by více prostoru na další aktivity (např. hry). Avšak má pocit, že se to takto v menším počtu lidí uskutečnit nedá.

„Tady se nedá. Tady se nedá nic změnit. Protože vemte si to, že třeba ti koníci jsou dva příkladně. Ti koníci jsou dva a těch lidí je tam 50, 70.“ E83-84

„Ne, to je moc lidí na to. To je moc lidí. To zvíře by z toho bylo zblblé, dělalo by si stejně za prvé, co by chtělo. A to je moc lidí na to. To by muselo být, já nevím, tam by muselo být tři nebo nejvíc pět lidí a dělat tam s tím psíkem nějaké blbosti. Ale na tolik lidí se nedá. To se nedá.“ E93-96

„Kdo chce, tak tam jde, a to zvíře si pohladí. Jinak nemáte žádnou jinou možnost si s ním tam něco dělat.“ E115-116

5.6 Vliv zvířete na člověka

V teoretické části bakalářské práce bylo popsáno, jaký vliv může mít přítomnost zvířete na člověka, na jeho duševní i tělesné zdraví. Také k tomuto tématu se dotázání senioři vyjádřili. Byly zde zaznamenány dvě podtémata, a to vliv na náladu a vliv na zdravotní stav.

5.6.1 Vliv na náladu

Změn ve svém psychickém naladění po kontaktu se zvířetem si všimly osoby B a C. Dle jejich popisu se jedná o změny pozitivní, tedy zlepšení nálady, pocíťování osobní pohody a s tím spojené uvolnění a spokojenost.

„...no ale tak celkově, celkově si myslím, že na dobrou pohodu a na to, tak že to má vliv. Že je mi dobře, opravdu.“ B98-99

„No, jako když tady je, tak to já jako fakt mně je dobře, jo.“ C162

Osoby D a E si nejsou vědomy toho, že by zvířata nějak ovlivňovala jejich náladu a aktuální psychické rozpoložení. Zoterapie se sice oba senioři účastní dobrovolně a rádi, ale většího účinku si v tomto směru nevšimli.

„Ne, jenom jakože jsem tam byla a že jsem ho pohladila a žiju dál, nějak nikomu to nevykládám. Ty pocity třeba nikomu neříkám, protože su tu sama. Přijdu sem a zase něco dělám. Takže až mi zase řeknou, že mám přijít, tak jdu. A nemůžu vám říct.“ D257-259

„Ne. To nepociťuju, to se nedá říct.“ E128

5.6.2 Vliv na zdravotní stav

Po otázce, jakým způsobem aktivity se zvířetem působí na zdravotní stav dotázaných seniorů, následovaly odpovědi, ve kterých účastníci spíše tento vliv popírali. Osoba A se domnívá, že obecně zvířata mohou mít pozitivní vliv na zdravotní stav člověka, ale pouze v případě, že s tímto zvířetem žije a jsou tedy v neustálém vzájemném kontaktu.

„No tak já si myslím, že ty zvířata asi hodně ovlivňují, jako tady tohle, jako, že mají na to jako vliv...“ A196-197

„...a určitě to ovlivňuje jako člověka, kdo to má takový vztah jako nějaký, tak to jako hodně jako má jako vliv na všechno, jo, takže z toho, já si myslím, že jo, že to má jako, určitý dopad, určitě má, jo.“ A199-201

Osobu B trápí především neuropatie v nohou a v rukou, avšak si nemyslí, že by kontakt se zvířaty v domově pro seniory tento problém nějak eliminoval.

„No, na ten, který bych chtěla, aby se zlepšil, tak na ten asi ne. To jsou ty nohy. Protože já mám neuropatii v nohách i v rukou, takže to ani ne, tam nepociťuju, že by to něco znamenalo.“ B96-98

Taktéž osoby D a E nepociťují žádné pozitivní působení na své nemoci či zdravotní problémy. Jako důvody oba senioři uvádějí, že by kontakt se zvířetem musel být daleko intenzivnější a dlouhodobější. Zooterapie se v těchto domovech uskutečňuje nepravidelně, nárazově a přímý kontakt se zvířetem trvá pouze krátkou dobu.

„Já si myslím, že ne. To jsem nepřemýšlela. Ne. Je to...Víte, je to krátká doba. Je to třeba půlhodinka...“ D253-254

„Ne. To nemáte tolik, jednou za měsíc, když tady vidíte proběhnout psa nebo toto, vůbec. Ne. To byste musela měl prostě pořád. Jo, tak to už byste se na to zvíře trochu navázala a už byste měla k němu nějaký vztah. A jestliže ten koník tady přijde jednou za měsíc nebo za dva, tak to je o ničem.“ E120-123

6 INTERPRETACE VÝZKUMU

Výzkumem byly zodpovězeny následující výzkumné otázky:

1. Jaký je pohled klientů domova pro seniory na zooterapii jako jednu z forem aktivizace?

U dotázaných klientů domova pro seniory bylo zjištěno, že jejich subjektivní zkušenosti se zvířetem a s nimi spojené emoce, které zvířata v daném člověku vyvolávají, souvisí s jejich pohledem na zvíře, respektive s pohledem na zooterapii.

Z výzkumu vyplývá, že všechny dotázané osoby jsou přítomností zvířat potěšeny. Zvířata obecně mají rády, vítají jejich přítomnost, rády si zvíře pohladí či se s ním pomazlí. Zvířata v nich vzbuzují především příjemné pocity jako je pocit radosti, štěstí a uvolnění. Všechny osoby se dle svých odpovědí zoterapie účastní rády a některé z nich by

U některých osob byla zjištěna předchozí zkušenost s chovem zvířat jako domácích mazlíčků, nejčastěji se jednalo o psy. Někteří senioři chovající v minulosti psy zmínili, že se na ně tato zvířata natolik dokázala napojit, že je začali brát jako členy rodiny. Dokonce mezi nimi vzniklo velmi silné citové spojení, až citová fixace na zvíře. Tito klienti domova pro seniory se rádi účastní jakýchkoli zoterapeutických aktivit, zvláště pak canisterapie.

Bylo však zjištěno, že chov zvířat není spojen jen s benefity, ale má také svá úskalí a negativa. Někteří senioři se například setkali se situacemi, kdy kvůli neposlušnosti psa měli obavy o bezpečnost svou nebo svých blízkých nebo jim psí mazlíček poškodil obuv apod. Toto jsou situace, které v seniorech vyvolaly negativní pocity jako obezřetnost a strach. Senioři jsou si tedy vědomi toho, že v případě, že je v blízkosti zvíře (také v rámci zoterapie), je potřeba být opatrný a na zvíře určitým způsobem dohlížet a usměrňovat jeho chování.

Většina dotázaných seniorů vnímá zoterapeutické aktivity jako příležitost pro navázání sociálních kontaktů. V případě zoterapie, která je realizována za přítomnosti většího počtu lidí (skupinová zoterapie), vzniká prostor pro setkání osob se společným zájmem o zvířata. Právě obliba zvířat a činnosti s nimi se často stávají tématem rozhovorů mezi účastníky, což umožňuje posílení stávajících vztahů nebo také vytvoření vztahů nových. Mohou se zde setkat klienti z různých částí domova pro seniory, mající v oblíbě zvířata, což by bez těchto aktivit nebylo možné.

Jedna osoba si všímá, že v průběhu zooterapie se v účastnících vytváří pocit radosti, který se mezi jednotlivci dále šíří. Účastníci si tyto pozitivní pocity mohou vzájemně předávat, což dále může přispět k posílení vztahů a vytvoření pevnějšího emočního pouta mezi nimi.

Někteří senioři považují zooterapii za způsob zábavy. Vnímají ji jako zpestření každodenní rutiny, poskytuje jim vítanou změnu v jejich každodenních činnostech. Během zooterapie se také seznámí se zajímavými informacemi o zvířatech či shlédnou ukázkou jejich dovedností. Je to pro ně program, ze kterého si odnáší nové vědomosti a zážitky.

Většina dotázaných seniorů je se zooterapií zcela spokojena, neměli žádné výhrady k průběhu, k frekvenci či k činnostem. Jedna osoba však projevila určitou nespokojenost. Například by prodloužila dobu, po kterou je účastník v přímém kontaktu se zvířetem. Dle jejího názoru je tato doba krátká. Jak dále popisuje, souvisí to mimo jiné s tím, že většina těchto aktivit je uskutečňována ve velkém počtu lidí najednou, jednotlivec tedy nemá tolik prostoru se zvířeti věnovat více, déle se s ním mazlit či hrát hry apod.

2. Jaký má zooterapie na seniora vliv?

Výzkumem bylo odhaleno, jaký vliv mají aktivity se zvířaty na dotázané seniory, tedy jaké účinky zooterapie sami na sobě jako účastníci pocítují, a to především v oblasti duševní a tělesné. Dva dotázaní si v průběhu zooterapie všímají změny nálad z neutrální, či negativní na náladu pozitivní. Uvedli, že nálada se jim výrazně zlepší, cítí se více v pohodě, uvolnění, spokojení. Další dva senioři nepozorují, že by zvířata měla vliv na jejich náladu nebo aktuální psychický stav. Přesto oba zmínění jeví zájem o účast na zooterapii.

V případě že bychom mluvili o změnách na fyzickém zdraví a na nemocech, účastníci zooterapie odpověděli, že si žádných významných změn zatím nevšimli. Jedna osoba zastává názor, že zvířata mohou mít vliv na zdravotní stav člověka, avšak jedinec by musel s tímto zvířetem žít, aby byly účinky znatelné. Podobně to vidí i další dva senioři, kteří taktéž zdůrazňují, že by kontakt se zvířetem musel být daleko delší a intenzivnější, než je jim umožněno v domově pro seniory.

7 DISKUZE

Tato kapitola obsahuje shrnutí výsledků výzkumu této bakalářské práce a předkládá další poznatky z jiných výzkumů, zaměřených taktéž na zooterapii v domovech pro seniory. Dochází zde tedy k porovnání výsledků z vícero zdrojů.

Výzkum této bakalářské práce byl realizován v domovech pro seniory s klienty, kteří se účastní zooterapeutického programu. Data byla sbírána prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru. Je potřeba zdůraznit, že výzkumu se zúčastnilo celkem 5 seniorů, jejich odpovědi byly subjektivní, tímto byl zjištěn jejich osobní pohled na zooterapii v domovech pro seniory a případné subjektivní vnímání vlivu zooterapie na ně samotné. Všichni dotázaní senioři se zooterapie účastní rádi, těší se na ni, shodují se v tom, že jim přítomnost zvířat a aktivity s nimi přináší radost. Jedná se o program, který pro ně představuje vytržení z nudy a stereotypu. Při skupinových aktivitách je zároveň prostor a příležitost k sociálnímu kontaktu a také k navázání nových přátelství. Většina dotázaných je se zoterapií naprosto spokojena, jeden z nich však má určité výhrady. Jako negativa uvedl příliš krátkou dobu přímého kontaktu se zvířetem a účast velkého počtu osob najednou, čímž jsou také omezeny aktivity a činnosti, které se zvířaty mohou senioři provádět. Co se týče vnímání vlivu zooterapie na psychické a duševní zdraví, část seniorů zmínila především vliv na náladu a aktuální psychické rozpoložení, kdy si všímají zlepšení nálady a cítí se dobře a v pohodě. Část seniorů však nepocituje po psychické stránce žádné změny. Dále žádný z dotázaných účastníků zooterapie si nemyslí, že by tyto aktivity se zvířetem měly nějaký vliv na jeho zdravotní stav. Tři z dotázaných se domnívají, že důvodem, proč tomu tak je, je nepravidelnost konání zooterapie v programu domova pro seniory, a především krátká doba kontaktu se zvířetem.

Jiný kvalitativní výzkum, který se zaměřil na pohled seniorů na zooterapii v domovech pro seniory byl realizován v rámci diplomové práce s názvem Zooterapie při práci se seniory, jejíž autorkou je Ing. Lucie Bubníková. Výzkum byl taktéž realizován prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru, respondentů bylo 6. Hlavním cílem této práce bylo zjistit, jaký má zooterapie pro seniory význam. Podobně jako v této bakalářské práci bylo také výzkumem paní Ing. Bubníkové zjištěno, že dotázaní senioři mají o zooterapii v domovech pro seniory zájem, těší se na ni a povětšinou jsou s jejím průběhem spokojeni. Zooterapeutické aktivity taktéž vnímají jako zpestření, které vítají. Respondenti rovněž vnímali pozitivní působení zooterapie v podobě zlepšení nálady účastníků. Dále ještě výzkum paní Bubníkové odhalil, že zooterapie pozitivně ovlivňuje paměť

a komunikaci (Bubníková, 2023). Jako nedostatky zooterapie senioři zmínili omezený čas strávený se zvířaty a omezené spektrum činností se zvířaty, což se opět shoduje s odpověďmi respondentů této práce (Bubníková, 2023).

Ze zahraničních výzkumů lze uvést například studii autorů Banks a Banks z roku 2002, kteří zkoumali vliv zvířat na kvalitu života starších osob v zařízeních dlouhodobé péče. Zjistili, že pravidelné návštěvy terapeutických zvířat snižují pocit osamělosti a izolace. Také Souter a Miller svou metaanalýzou z roku 2007 potvrzují, že aktivity za pomoci zvířat (animal-assisted activities, AAA) mají pozitivní účinky na psychický stav člověka, především pak při léčbě deprese. K podobným závěrům také došli Villareal-Zegarra a kolektiv, kteří se také zabývali vlivem zvířat na lidskou psychiku. Dle jejich zjištění terapie za pomoci zvířat (animal-assisted therapy, AAT) má významný vliv na snížení příznaků deprese u starších jedinců (Karakaş & Juri, 2024).

ZÁVĚR

Bakalářská práce byla zaměřena na pohled seniorů pobývajících v domovech pro seniory na zooterapii, která bývá součástí programu v mnohých pobytových sociálních zařízeních. Zooterapie patří do aktivizačních technik spolu například s ergoterapií, arteterapií, muzikoterapií, reminiscencí a dalšími technikami. Při zooterapii se využívá pozitivních účinků terapeutického zvířete, ať už jeho pouhou přítomností, fyzickým kontaktem (hlazení srsti, česání), krmením či hraním her (házení míčků).

Vzhledem k tomu, že se práce zabývala pohledem klientů domovů pro seniory, v teoretické části bakalářské práce byla první kapitola věnována sociálním službám v České republice, kde byla zmíněna platná legislativa, zajištění kvality sociálních služeb prostřednictvím standardů a byly zde blíže popsány sociální služby určené právě této cílové skupině seniorů. Druhá kapitola popisovala jednotlivé aktivizační techniky, se kterými se senioři v domovech pro seniory mohou setkat. Jedná se konkrétně o arteterapii, ergoterapii, dramaterapii, muzikoterapii, reminiscenci, kognitivní trénink, smyslovou aktivizaci, tanečně pohybovou terapii a jiná pohybová cvičení. Třetí a poslední kapitola z teoretické části byla věnována čistě zooterapii. Byl zde objasněn vliv zvířete na člověka, dále jak se zooterapie vyvíjela, zmíněny byly také české a světové organizace, které se zooterapii věnují a v posledních dvou podkapitolách byly charakterizovány typy zooterapie dle metody a dle terapeutického zvířete.

V praktické části bakalářské práce byl blíže popsán výzkum, který byl realizován v domovech pro seniory. Data byla získávána prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru s 5 klienty domova pro seniory, kteří se účastní zooterapeutických aktivit s cílem získat informace k zodpovězení dříve stanovených výzkumných otázek. Rozhovory byly nahrávány na mobilní telefon a poté přepsány do písemné podoby. Následně byla data pomocí otevřeného kódování opatřena kódy, které byly za použití tematické analýzy roztrženy do větších celků, tedy zastřešujících témat. Bylo stanoveno celkem 6 těchto témat, jimiž jsou pocity vyvolané zvířaty, zkušenosti se zvířaty, vztah ke zvířatům, zooterapie v domovech pro seniory, subjektivní pohled na zooterapii a vliv zvířete na člověka.

Výzkumem tedy bylo zjištěno, že možnost účastnit se zooterapeutických aktivit je pro dotázané seniory důležitá. Mají rádi zvířata a rádi se jimi obklopují. Přestože u některých byl znát respekt ze zvířete, který vycházel z předchozích špatných zkušeností například v podobě zranění, nijak zvlášť to nenarušilo jejich vztah ke zvířatům, který se v obecné

rovině jeví jako kladný. Na čem se dále senioři shodli je to, že zvířata na zooterapii v nich vyvolávají příjemné emoce, jako je radost, pocity štěstí, uvolnění a pohody. Dokonce jedna z osob vnímá, že tyto pozitivní pocity se v průběhu zooterapie šíří z jednoho člověka na druhého. Zooterapie je dle výpovědi některých respondentů vnímána jako určitá forma zábavy, kde se dozvědí zajímavosti o daných zvířatech, což může přispívat k uspokojení přirozené lidské potřeby po poznání. Zároveň se jedná o program, který seniora vytrhne ze stereotypu a motivuje k určité aktivitě. Někteří senioři také přiznávají, že pokud jsou tyto aktivity uskutečňovány skupinově, vzniká tak příležitost k sociálnímu kontaktu. Osoby se stejným zájmem o zvířata to podněcuje k vzájemné komunikaci a mohou tak vzniknout nové vztahy.

Pokud se blíže podíváme na to, jaký vnímají sami zúčastnění vliv zooterapie na svůj duševní a tělesný stav, bylo zodpovězeno, že především si všímají pozitivních změn nálad a psychického rozpoložení. Změn ve zdravotním stavu působením zvířete prozatím nezaznamenal nikdo z dotázaných. Přisuzují to nízké frekvenci v konání zooterapeutických aktivit a příliš krátkým kontaktem se zvířetem. Zooterapie se podle nich realizuje nepravidelně a jednotlivci je vyhrazeno jen minimum času pro zooterapeutické činnosti.

Výzkumem byly zjištěny i určité aspekty zooterapie, které dotázaní vnímají jako negativa. Především se jednalo o účast na zooterapii ve velkých skupinách, což má za následek právě již zmíněnou krátkou dobu kontaktu se zvířetem a také omezení činností, které se zvířetem mohou účastníci vykonávat (například pouze pohlazení). Z těchto nedostatků se nabízí také určitá doporučení pro praxi. Zooterapie v domovech pro seniory by se mohly uskutečňovat spíše ve skupinách o menším počtu účastníků tak, aby byl umožněn větší časový prostor každému jednotlivci pro kontakt se zvířetem a tím by bylo také možné věnovat se vícero různým činnostem jako jsou třeba hry, krmení či vedení zvířete za vodítko a podobně. Vedlo by to tak k ještě větší spokojenosti klientů a v neposlední řadě by mohla mít větší různorodost činností se zvířetem významnější pozitivní dopad například na zlepšení motoriky a koordinace těla zúčastněných, a tím možná i na zlepšení zdravotního stavu, který takto dle výpovědí účastníci nepocítují.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- Bubníková, L. (2023). *Zooterapie při práci se seniory*. [Diplomová práce, Pražská vysoká škola psychosociálních studií].
https://www.pvpsps.cz/data/2023/05/26/13/bubnikova_lucie_2023.pdf
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*. 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Česká hiporehabilitační společnost. (n.d.). *Hiporehabilitace jak má být*.
<https://hiporehabilitace-cr.com/>
- Doležalová, A. (2007). Papoušci – ornitoterapie. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Dvořáčková, D. (2012). *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada.
- Eisertová, J. (2007). *Canisterapie – terminologie*. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- ESAAT. *ESAAT*. (2021). <https://www.esaat.org/en/about-us/>
- Freeman, M. (2007). Terminologie v zooterapii. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Galajdová, L., & Galajdová, Z. (2011). *Canisterapie: pes lékařem lidské duše*. Praha: Portál.
- Gošová, V. (2011) *Dramaterapie*. Metodický portál RVP.cz.
https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/D/Dramaterapie
https://www.aktivizace-senioru.cz/33/druhy-aktivizacnich-technik-uniqueidmRRWSbk196FNf8-jVUh4EtXZbC1WklWNPrmxnLgz3t8Y_u3lmlDlpg/?uri_view_type=35
- Hafík. *Canisterapie a její vývoj*. (2023). Dostupné z:
<https://www.canisterapie.org/canisterapie>
- Hančlová, S. (2007). Canisterapie u seniorů žijících v domově důchodců. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Hypšová, D. (2007). Felinoterapie. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Institut smyslové aktivizace. (2022). *Smyslová aktivizace*. <https://smyslovaaktivizace.cz/>

- Janečková, H., & Čížková, H. (2021). *Reminiscence známá i neznámá: v rodině, v nemocnici, ve škole i v obci*. Pomoc blízkým. Praha: Pasparta.
- Jelínková, J., Krivošíková, M., & Šajtarová, L. (2009). *Ergoterapie*. Praha: Portál.
- Karakaş, N., & Juri, J. (2024). Combating geriatric depression: Pet therapy's revolutionary role and contributions to public health. *Archives od Depression and Anxiety*. 10(1), 52-55. <https://dx.doi.org/10.17352/2455-5460.000094>
- Kolektiv autorů. (n.d.) *Aktivizace seniorů – tělesné a duševní aktivizační programy*. <https://www.aktivizace-senioru.cz/>
- Lacinová, J. (2007). Historický vývoj zooterapie a její současný stav. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Loučka, R. (2007). Ovce a kozy. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Malík Holasová, V. (2014). *Kvalita v sociální práci a sociálních službách*. Praha: Grada.
- Macek, J. (2021). *Mazlíčka má v Čechách víc jak čtyři a půl milionu domácností*. Deník.cz. <https://www.denik.cz/hobby/mazlicka-ma-v-cechach-vic-jak-ctyri-a-pul-milionu-domacnosti-20211020.html>
- Mahelka, B. (2007). Malá zvířata. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Malíková, E. (2012). *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada.
- Matoušek, O. (2007). *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Praha: Portál.
- Medlíková, J. (2011). Aktivizace všedního dne – několik myšlenek k aktivizaci (1. část). *Prohuman*. <https://www.prohuman.cz/socialna-praca/aktivizace-vsedniho-dne-nekolik-myslenek-k-aktivizaci-1-cast>
- Ministerstvo práce a sociálních věcí. (2003). *Bílá kniha v sociálních službách*. https://www.mpsv.cz/documents/20142/225517/bila_kniha.pdf/c2aa7980-4aa6-5d50-a839-f9d4844b3251
- Ministerstvo práce a sociálních věcí. (2019). *Kvalita sociálních služeb – standardy, podpora*. <https://www.mpsv.cz/kvalita-socialnich-sluzeb-standardy-podpora>
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Müller, O. (2014). *Terapie ve speciální pedagogice*. Praha: Grada.

- Nadační fond Seňorina. (2022). *Roztancete mozkové buňky*.
<https://www.nfsenorina.cz/roztancete-mozkove-bunky/>
- Nerandžič, Z. (2006). *Animoterapie, aneb, Jak nás zvířata léčí: praktický průvodce pro veřejnost, pedagogy i pracovníky zdravotnických zařízení a sociálních ústavů*. Praha: Albatros.
- Nezávislý chovatelský klub. (n.d.). Felinoterapie – NCHK. <https://www.felinoterapie-nchk.cz/>
- Odendaal, Johannes. (2007). *Zvířata a naše mentální zdraví: proč, co a jak*. Praha: Brázda.
- Pet Partners. (n.d.) *Pet Partners*. <https://petpartners.org/>
- Pomocné tlapky. (n.d.) *Canisterapie*. <https://www.pomocnetlapky.cz/nase-sluzby/canisterapie>
- Říčan, P. (2014). *Cesta životem: vývojová psychologie*. Praha: Portál.
- Senková, Z. (2010). *Léčba tancem*. Vital. <https://vitalplus.org/lecba-tancem/>
- Spolu hiporehabilitace. (2022). *Spolu hiporehabilitace*. <https://www.spolu-hiporehabilitace.cz/>
- Stejskalová, M. (2012). *Psychoterapie uměním*. Praha: Pressto Publishing.
- Suchá, J., & Holmerová, I. (2019). *Praktický rádce pro život seniora: trénink paměti, cvičení, aktivity, prevence nemocí...* Brno: Edika.
- Suchá, J., Jindrová, I., & Hátlová, B. (2013). *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. (2010). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.
- Tichá, V. (2007). Zastřešující organizace v zooterapii. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Tvrdá, A. (2020). *Canisterapie: zvíře v sociálních službách*. Praha: Plot.
- Vízdalová, H. (2007). Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění. In Kolektiv autorů. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona.
- Vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. (2025). <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-505>
- Wehner, L., & Schwinghammer, Y. (2013). *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. Praha: Grada.
- Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. (n.d.).
https://ppropo.mpsv.cz/zakon_108_2006

Zákony pro lidi. (n.d.) *Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.*

<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

AAA	Animal Assisted Activities (aktivity za pomoci zvířat)
AACR	Animal Assisted Crisis Response (krizová intervence za pomoci zvířat)
AAE	Animal Assisted Education (vzdělávání za pomoci zvířat)
AAT	Animal Assisted Therapy (terapie za pomoci zvířat)
APOD.	A podobně
AOVZ	Asociace zastánců odpovědného vztahu k malým zvířatům
ATD.	A tak dále
CTA	Canisterapeutická asociace
CZMTA	Muzikoterapeutická asociace České republiky
Č.	Číslo
ČHS	Česká hiporehabilitační společnost
ČR	Česká republika
EMTC	Evropská muzikoterapeutická konfederace
ESAAT	European Society for Animal Assisted Therapy
IAHAIO	International Association of Human-Animal Interaction Organisations
NAPŘ.	Například
S.	Strana
SB.	Sbírky
TZV.	Tak zvaný
WFMT	Světová federace muzikoterapie

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Přepis rozhovoru s osobou E

Příloha P II: Abecední seznam kódů

PŘÍLOHA P I: PŘEPIS ROZHOVORU S OSOBOU E

Přepis rozhovoru s osobou E

Výzkumník: Tak jo, tak jestli se na to můžem vrhnout...?

Osoba E: Ano, můžem.

Výzkumník: Tak popište mi svůj vztah ke zvířatům, obecně.

láska ke zvířatům
1 **Osoba E:** Obecně, já mám ráda všechny zvířata.

Výzkumník: Úplně všechny?

neoblíbená zvířata
2 **Osoba E:** Tož všechny, třeba takové pavouky, myši a potkany to zrovna dvakrát nemusím. Ale
nažera
3 pavouka, když mám zabít, tak ho radši *neoběhnu* na lopatku a vynesu ven. Asi tak. A jinak,
chov zvířat v minulosti
4 doma jsme měli zvířata. My jsme měli slepice, králíky, prase. My jsme měli jsme kozu, jsme
5 měli, to si pamatuju, že jenom jako, to jsem byla ještě hodně malá. My jsme měli doma
kladný vztah
6 zvířata, takže já k tomu mám celkem kladný vztah. Jako neublížím tomu. Dám tomu nažrat,
7 neublížím. Asi tak.

Výzkumník: Určitě. A dá se říct, které třeba máte úplně nejradši? Které jsou Vám nejbližší?

nejoblíbenější zvíře *z toho zvířat v minulosti*
8 **Osoba E:** Psi. Psa. My jsme měli doma vždycky psa. A tady mám ještě fotku maminky s tím
vztah člověka a zvířete
9 posledním psem, toho bílého. A my jsme ho měli 18 a půl roku, toho psa. No, ale to byla
10 partia, ta maminka s tím psem. Co dělala maminka, dělal pes. Co dělal pes, dělala maminka.
11 Ten pes normálně, na něj jste se jenom podívala a nebo to, a nemusela jste ani mluvit, a ten
12 pes věděl, co po něm chcete.

Výzkumník: To byli tak napojeni na sebe.

souhlas
13 **Osoba E:** Ano.

Výzkumník: To je paráda.

- 14 **Osoba E:** ^{nejodlitelnější zvíře} Opravdu. Takže já mám nejradši psa. On jako ...neublížím žádnému zvířatu,
15 žádnému to, ale nejvíc tak jako mě je nejbližší pes.

Výzkumník: A je to právě kvůli tomu napojení třeba, vzájemnému...?

- 16 **Osoba E:** ^{vztah člověka a zvířete} Ano. A máte to třeba... A jsou tady ty kočky, že ony vlastně jsou divoké a ony už
17 jsou trochu na mě zvyklé, že když třeba vyjde soused, tak zdrhnou. Ale se mnou už se víc
18 kamarádijou. Už jako neutečou přede mnou. Že to zvíře se na vás, nech je to, co je to, ale
19 dokáže se na toho člověka napojit. Že pozná, jestli mu něco uděláte, nebo neuděláte, že, to
20 pozná každé to zvíře. Oni říkají, že je to blbé zvíře, ale to zvíře myslí zrovna tak, jak třeba
21 myslíme my. Bolí ho všechno zrovna tak, jak bolí nás.

Výzkumník: Já s Váma souhlasím.

- 22 **Osoba E:** ^{vztah člověka a zvířete} No, ale vemte si to. To zvíře, když mu něco uděláte, tak on to... Já když Vás kopnu,
23 tak Vás to bude bolet. Když nakopnu tu kočku, tak ju to zrovna tak bolí. No. To zvíře myslí
24 taky tak, jak myslíme my. Tak jak to... Jaký v tom je rozdíl? Že třeba oni mají jiný svět, my
25 máme jiný.

Výzkumník: Jo, to jo, to určitě. Vy jste měla teda... Vy jste zmiňovala pejska, že jste měli doma.

- 26 **Osoba E:** ^{Chor zvířet v minulosti} ^{vztah člověka a zvířete} Ďapka. Ďapku jsme měli. A předtím jsme měli jezevčíka a ten byl vychcaný jak
27 mraky. Ten si dělal, co chtěl. Ten neposlouchal. Ten byl vychcaný jak mraky a byl nedobrý.
28 A potom jsme ho museli dát pryč, protože to byl lovecký pes. A jsme ho museli dát pryč.

29 Brácha měl tenkrát malé děcka a my jsme měli takový barák a tam byla celkem dlouhá
30 taková chodba a děcka tam hráli fotbal, dělali tam čurbes tož tak jak když máte děcka, že?
31 Tak toto. Tak tam lítali s balónem a dělali tam ten a ten Danoš prostě mu ten balón chtěl
32 zebrat.
33 On si myslel, že je hrajou s ním. Že jen tak létá s něma a chtěl jim ten balón zebrat. No a já
34 jsem kdysi taky... ten se po něm... On jako taky... Já jsem už cosi chtěla vzít a on mě normálně
35 kousnul do ruky, do prsta. A jo, Lubovi málem zbral bačkoru. Já jsem věděla, že on se toho
36 zmocní prostě, za chvíli je po papuči a Lubík nebude mít v čem chodit a papuč bude v trapu.
37 Prostě on to roztrhal. Takový to byl ten... To byl lovecký pes. Tak já jsem se zvedla, že mu to
38 zeberu, ale mě rafl. Já potom povídám, ty musíme s tím psem něco to... jestli on některé to
39 děcko pokuše, protože oni byli malí. A to děcko... Takové malé děcko prostě... Ten si myslí, že
40 tomu nic neudělá, že. A tak jsme ho museli dát pryč, tak si ho vzal ten jeden myslivec. A
41 potom jsme měli tady toho Ťapku. Ale to byl psík, no říkám. To tak rozumělo, že... To byl
42 úplně prostě člen rodiny. To bylo jak člen rodiny.

Výzkumník: Dobře, jak se cítíte v blízkosti zvířat?

43 **Osoba E:** Dobře, mně nevadí, já tady když třeba máme, je něco, když přijdou s těma
44 koníkama nebo s těma psíkama ta paní... sem chodívá pět a podle toho někdy pět, někdy víc
45 tých pejsků. A pak sem chodí ještě taková jedna mladá, ona chodí s jedním takovým
46 chlupáčem. A normálně, nemám problém.

Výzkumník: Tak teď už jsme trošičku i navázaly, co jste tady zmínila, s jakými zvířaty tady
vlastně v domově se setkáváte. Vy jste teda mluvila o pejskách?

47 ^{typy zooterapie} **Osoba E:** Jo, jo, chodíja sem ti koníci, takoví ti... Tady byly lamy, pak tady chodí ten pejsek, co
48 tady ještě byly nějaké zvířata...No to už žádné. Ne, jenom to^{frekvence zooterapie}ťy. Ti koníci ti sem jezdívají
49 celkem často. A ti psi taky.

Výzkumník: A jak často, dokážete si vybavit, jak často třeba takhle nějaké takové besedy
nebo aktivity s těmi zvířaty, jak často tady chodíte vlastně?

50 ^{frekvence zooterapie v DS} **Osoba E:** No oni přijdou tak třeba jednou za čtvrt roku, jednou za půl roku, to taky je takové
51 prostě...

Výzkumník: Není to úplně pravidelně?

52 ^{frekvence zooterapie} **Osoba E:** Ne, ne. Ale teďka s těma koníkama jezdíja často. Jsou z Napajedel a chodíja často.
53 Ale ta paní s těma psama, tam taky chodí teďka často, tak jednou za měsíc. A ti psi, oni už to
54 znajú, oni už to víja, jak někde něco dostanou...

Výzkumník: Jo, jo, jo, a už si to pamatujou, že? Od koho dostali nějaký pamlssek nebo něco. A
jaké teda aktivity s těmi zvířaty děláte, nebo co se vlastně děje?

55 ^{přítěh zooterapie} **Osoba E:** Tož nijaké, oni jdou dokola, my sedíme dokola, se dáte třeba v tom a musíte čekat,
56 až přijdou k vám, a pak si ho můžete pohladit no. A kdežto ta paní, ta chodí po pokojoch,
57 takže říkám, otevrou se dveře, psi sem vletíja, poskáčou všechno a poolizují mě a po toto a
58 jsou tady chvíli a zase jdou vedle, že.

Výzkumník: Takže spíš jde o nějaký ten kontakt, to hlazení...?

59 ^{souhlas} **Osoba E:** Ano, ano, ano.

Výzkumník: Dáváte jim možná i pamlsky?

60 **Osoba E:** Já jsem říkala B.... Víte, která je paní B.?

Výzkumník: No, s paní B. se neznám. Tady už nikdo nebyl, když jsem přišla.

61 **Osoba E:** Já jsem jí říkala...Cosí kdysi jsme si povídaly a já povídám, tam nám pořídíte psa. Jo,

62 nadostávala jsem kvůli tým kočkám, že je krmím. Já říkám, kupte nám psa, ^{louha po zvířeti}nejradši dva. A

63 nebudeme to dávat kočkám a budeme tady krmít psa. A vy že budete se o něho starat? Já

64 říkám klidně, mně vůbec by to ^{louha po zvířeti}neradilo, kdyby tady se mnou bydleli.

Výzkumník: Hmm, brala byste to, mít zvířátko tady u sebe...²

65 **Osoba E:** ^{louha po zvířeti}To víte, tady pelíšek někde a je to. Nevím, když by tady vyběhl, že by se vyčural.

66 Nebo ten měl být ten...

Výzkumník: Takže Vy se účastníte těch aktivit, když teda někdo přijde, ráda přijdete?

67 **Osoba E:** ^{zájem o zoolonapii}Ano, protože mám s tím zkušenost. ^{vyhledávání kontaktu se zvířaty}Protože jak jsem byla třeba v Chuchelné, tak to

68 je takový rehabilitační ústav, a tam bylo těch zvířat, tam bylo hrozně moc. Tam bylo taky

69 těch lidí, že, a byli tam starší lidi, mladí lidi, až třeba od patnácti až po devadesát. A každý si

70 za těma zvířatama tam zašel. A bylo tam zvířat, mohla jste si vybrat. Byli tam papoušci,

71 bažanti, zajíci, slepice a já nevím co, všechno možné. Každý tomu něco hodil a byli pokluzeni.

Výzkumník: No a co se vám teda na těch aktivitách nebo činnostech, nebo na tom kontaktu s tím zvířetem vlastně, když tady dojdou, co se vám na tom líbí? Proč vlastně vyhledáváte ten kontakt s těmi zvířaty? Proč se toho účastníte?

72 **Osoba E:** Nevím.

Výzkumník: Nepřemýšlela jste nikdy nad tím? Dává vám to něco?

73 *Kladné pocity*
Osoba E: Máte takový fajn pocit. Máte takový fajn pocit, když ten pes se k vám přitulí a začne
74 vás olizovat. Vidíte, že toto. Ten pes to pozná. Když ten tak za váma nejde a zavrčí na vás. A
75 když ten tak se s váma začne mazlit. Já nevím... To máte tak, jak když přijde za váma malé
76 děcko a začne vřeštět, nechce, abyste ho vzala nebo abyste se ho dotkla, že. A když ho
77 chcete vzít, tak začne řvát. Kdežto když ten, tak ho pohladíte a ten na to děcko se přitulí.
78 To máte to samé. No. To na tom nic není.

Výzkumník: A právě proto se ptám, jak jste říkala vy na začátku, že každý to má jakoby
jinak...

79 *vztah člověka a zvířete*
Osoba E: Ano, to záleží na, to je individuální, to záleží na každém člověku, jak to má
80 nastavené. Já říkám, kdo nemá rád zvířata, nemá rád lidi. A je to fakt, to je pravda. S tím jsem
81 se mockrát setkala, že opravdu kdo nemá rád zvířata, nemá rád lidi. To máte, jak říkám, aj
82 s lidma tak. Tak to je aj s těma zvířatama.

Výzkumník: Je něco, co naopak třeba by vám při těch aktivitách chybělo, co vám nevyhovuje,
co vám vadí, co byste třeba změnila?

83 *nemožnost změny*
Osoba E: Tady se nedá. Tady se nedá nic změnit. Protože vemte si to, že třeba ti koníci jsou
84 dva, příkladně. Ti koníci jsou dva a těch lidí je tam 50, 70. Sedíjou v kruhu a teď ona jde s tím
85 koníkem, ten chlap jde s tím druhým, a teď každý ho tam plácá a hladí a já nevím co. No já
86 bych to tím koněm, tak ledaskoho nakopnu. Protože každý mu dělá něco jiného a tomu
87 koňovi se to taky nemusí líbit. Jenomže oni jsou ti koně tak na to naučení, že držíjou. Prostě
88 ona ho drží za tu uzdu a má přitaženou tu hlavu. To je jak kdybych držela Vás a někdo vás
89 tahal za uši a za ocas. A asi tak.

Výzkumník: Takže myslíte, že jak je to nastavené, tak jinak se to vlastně ani nedá dělat?

90 ^{lemonožnost změny} ^{průběh zooterapie} **Osoba E:** Ne, to se nedá jinak dělat. S tím nic...Jak to chcete udělat? Ten koník musí jít, že,
91 ona ho musí vést a drží mu vlastně tu hlavu a vede ho, aby se ten koník nemohl šprajcnout. A
92 ti psi, ti sem vletí, a šššš, hotovo. ^{spokojenost} To je dobré.

Výzkumník: Takže to ani není třeba s těma pejskama, že byste jim házeli míček. Že byste byli venku a hráli nějaké hry?

93 ^{mnoho účastníků najednou} **Osoba E:** Ne, to je moc lidí na to. To je moc lidí. To zvíře by z toho bylo zblblé, dělalo by si
94 stejně za prvé, co by chtělo. A to je moc lidí na to. To by muselo být, já nevím, tam by muselo
95 být tři nebo nejvíc pět lidí a dělat tam s tím psíkem nějaké blbosti. Ale na tolik lidí se nedá. To
96 se nedá.

Výzkumník: Trošičku ještě zabrousíme do těch pocitů. Je to asi těžké, ale...Jaké teda pocity v průběhu toho kontaktu s tím zvířetem a v průběhu těch aktivit... jak se cítíte?

97 **Osoba E:** To máte co cítit, jo. To je normální, říkám. To máte asi jako s děckem. Buď máte
98 ^{vztah člověka a zvířete} dobré nebo špatné. Ale že pokud nechcete se s tím zvířetem nějak zabývat, tak si ho
99 nevšímáte a tím to končí. Že pokud máte náladu nebo máte možnost se s ním ten, tak se s
100 ^{krátká doba kontaktu se zvířetem} ním, já nevím, toto... No ale říkám, tady se to nedá. Když jste s tím psem nekde třeba doma
101 nebo nekde, tak tak je to úplně něco jiného. Tady se nedá o tom mluvit. O nějakém kontaktu.

Výzkumník: Jo, rozumím. A to by mě teda spíš jenom ze zvědavosti mě samotné, ty lamy, třeba když přišly, tak taky jenom jste si je hladili?

102 ^{průběh zooterapie} **Osoba E:** Ano. To máte to samé. Přesně jak vám říkám. Ona ho drží na té uzdě, že tu hlavu
103 ^{mnoho účastníků najednou} má přitáhlou a teď on vlastně jde to... Vemte si ten sál velký, tam říkám, tam máte 50 lidí.
104 ^{empatie se zvířetem} Tož jak to chcete udělat. A ona jde do kola a každý ju dlachne. Tož jak se to tomu zvířeti
105 může líbit.

Výzkumník: Tak oni jsou na to zvyklí.

106 **Osoba E:** Tož šak právě, že oni jsou na to zvyklé. Jsou to chudáci. *empatie se zvířaty*

Výzkumník: Dokážete mi říct, jestli tady ty aktivity nějak vlastně ovlivňují váš každodenní život?

107 **Osoba E:** Jo, vůbec ne.

Výzkumník: Myslíte, že kdyby ty aktivity vůbec nebyly, že by vám po těch zvířatech třeba nebylo smutno, nebo naopak třeba kdyby jich bylo víc, byla byste radši něco v tom smyslu?

108 **Osoba E:** Kdyby byly pořád, třeba příkladně, kdyby tady byl na té budově jeden pes. A to by *louka po zvířeti*
109 byla hrůza. Protože jedni by ho rozmazlovali, druhý by ho honili, třetí by ho... To zaprvé se
110 nedá. To by musel mít někdo určitý toho psa napovel a starat se o něho, že. A chodit s ním
111 tady, nebo běhat po budově nebo ten že. Ale to to ne, tady to není možné. Tady prostě máte
112 lidi, kteří to zvíře nesnesou. Tady máte lidi, kteří ty zvířata nesnáší. Nebo prostě ten a ne to
113 se nedá.

Výzkumník: Samozřejmě i někdo může mít alergii.

114 **Osoba E:** A prostě aj *zájem o zooterapii* když máte tu nějakou tu, tak tam zase idu jenom ti, kteří chtějí. Ten, kdo
115 nechce, tak tam nejde, že, pochopitelně. Kdo chce, tak tam jde a to zvíře si pohladí. *aktivity při zooterapii a pic*
116 Jinak *málo aktivit* nemáte žádnou jinou možnost si s ním tam něco dělat.

Výzkumník: Takže je to možná jenom takové jako by zpestření pro vás?

117 **Osoba E:** Ano, ano, ano. Ano, doslova by se dalo říct. Takové zpestření. Prostě nějak se, nějak *forma zábavy*
118 ty lidi zabavit.

Výzkumník: Myslíte si, že může mít tady ten, možná spíš kdyby to teda bylo pravidelněji, tady ty aktivity nebo kontakt s tím zvířetem, může to mít vliv na zdravotní stav člověka?

119 **Osoba E:** ^{souhlas} Jo, co by ne.

Výzkumník: A u vás něco takového třeba pocítujete, nebo může se něco takového?

120 **Osoba E:** ^{vliv na zdravotní stav} Ne. To nemáte tolik, jednou za měsíc když tady vidíte proběhnout psa, nebo toto
121 vůbec. Ne. To byste musela mět prostě pořád. Jo, tak to už byste se na to zvíře trochu
122 navázala a už byste měla k němu nějaký vztah. A jestliže ten koník tady přijde jednou za
123 měsíc nebo za dva, tak to je o ničem.

Výzkumník: A na těch koních třeba někdo se i vozí?

124 **Osoba E:** Ne.

Výzkumník: Že by třeba byli venku?

125 **Osoba E:** ^{aktivita v rámci zooterapie} Ne. Ne. Říkám vám, ona s ním jde, drží ho pevně na uzdě a jde s ním kolem těch lidí
126 a každý si ho pohladí a tím to končí. To není zase, že by to bylo o nějakém...ne.

Výzkumník: Jo, jo, jo. Jakou máte náladu teda po těch aktivitách s těmi zvířaty?

127 **Osoba E:** ^{vliv na náladu} Normální.

Výzkumník: Není to horší, není to lepší, není tam žádná změna?

128 **Osoba E:** ^{vliv na náladu} Ne. To nepocítuju, to se nedá říct.

Výzkumník: Dobře.

129 **Osoba E:** ^{vliv na náladu} Možná když je tam to zvíře, třeba ten pes nebo to, dělá nějakou kravinu, tak se
130 zasmějete, ale jako tak... ~~Třeba~~ v ten moment, když oni tady ti psi jsou a děláte se něma

131 blbosti, tak máte z toho takový pocit prostě...Ten jako. Ale potom zase jak odejdu, tak to

132 zase máte to samé a sedíte a čumíte do blba.

Výzkumník: Jo, já vám rozumím. Úplně poslední otázka a pak už vás nebudu rušit.

133 **Osoba E:** No, to stihnem.

Výzkumník: Tady při těch aktivitách, při těch činnostech s těmi zvířaty, myslíte si, že může

tam docházet k nějakému navázání nových kontaktů mezi těmi lidmi, myslím teďka?

Když se vás tam sejde víc, všímáte si něčeho takového, že se dáváte třeba častěji do hovoru s někým, s kým běžně se třeba nesetkáte?

134 **Osoba E:** To je možné, to je možné, protože oni tam dovezou, že ty lidi z třeba z různého

135 oddělení máte jedna, dvě, tři a vy poznáte ty lidi, které byste normálně nepoznala, že. No a

136 tam sedíte a dáte se do řeči a začínáte vykládat a už se potom třeba, já nevím, vidíte se tam

137 na nějakém tom dvakrát, třikrát, tak už třeba přijedete tam, vidíte ho, tak už jedete za tím

138 člověkem a už nesedíte tam třeba, já nevím, někde sama, opuštěná, ale už jedete za ním,

139 bavíte se. A teď vám řeknou třeba, přijdi za mnou nebo přijdi za mnou, že a dáte se tak jako

140 dělat a bavíte se spolu, jinak byste se vůbec nepotkali.

Výzkumník: Rozumím, takže i vy toto zažíváte?

141 **Osoba E:** Ano, jinak byste se třeba vůbec nepotkali, protože máte jedna, dvě, tři a nikdo

142 nebluncá po celém baráku a vy jako, no. No ale tak když je nějaká ta akce, tak se setkáte,

143 dáte se do řeči a pak už třeba se zkamarádíte, jako tak jo.

Výzkumník: Takže je to i nějaká příležitost k tomu třeba novému přátelství nebo poznávání nových lidí?

144 **Osoba E:** Ano, ano. Tož máte si s kým promluvit, asi o tom to je všechno, že?

Výzkumník: Určitě.

145 **Osoba E:** Protože když se s nikým nebavíte, tak to už je takové.

Výzkumník: A vy tady máte kamarády? Kamarády, kamarádky?

146 **Osoba E:** Jo, jo.

Výzkumník: Tak to je dobře. Máte se s kým pobavit?

147 **Osoba E:** Ano, ale co jsem tady měla, co jsme tady měli, byla zábava o partiu. Tady vedle mě

148 byla paní K, tady bydlela paní J. A pak ještě paní D, ještě je přes jeden. A my jsme tady

149 vyvažovali si, grilovali jsme, všechno toto, my jsme tady a oni potom všechny tři umřely. A co

150 jsem tady zůstala, tak pak už tady přišli ležáci, tady už jsou ležáci. Tady ta paní, ta se s nikým

151 nebaví, A. to je pošus a akorát R.. A tam ta paní už je taky špatná. Takže říkám, tady bylo dřív

152 jako hodně soběstačných lidí, teďka jsou to všechno ležáci. A to je právě, no... Tady jsme

153 sedávali venku, vyvažovali jsme si kafe a vytentovali jsme si všechno. Oni potom umřeli.

Výzkumník: Tak to mě mrzí.

154 **Osoba E:** Paní O. tam měla sto roků. Dva měsíce jí chyběly.

Výzkumník: Opravdu sto?

155 **Osoba E:** Ano. A my jsme spolu chodily do obchodu, já jsem měla ten elektrický vozík, s tím

156 jsme vždycky jely do obchodu. Ona nakoupila, já jsem to dovezla a my jsme si tady

157 vyvažovaly na terase. A v kotlíku a to vždycky vymyslela nějakou krávovinu. My jsme to

158 podnikali. Krajíc vždycky sehnal, co bylo třeba...

Výzkumník: Tak to bylo určitě fajn, no, to chápu.

159 **Osoba E:** No, tož říkám, jenže to byli lidi, kteří chodili, kdežto teďka to jsou všechno ležáci.

Výzkumník: Dobře. Je ještě něco, co třeba... Na co jsem se nezeptala, co byste chtěla třeba k

tomu dodat, k tomu našemu rozhovoru? Nebo co vás ještě napadá k těm zvířatům?

160 **Osoba E:** *vztah člověka a zvířete* V první řadě říkám, to máte jak o lidech. Zvířata musíte mít rád, a když nemáte rád

161 zvířata, nemáte rád lidi a to je všechno. To je všechno. Musíte brát zvíře jako sobě *úcta ke zvířatům*

162 rovnocenného tvora. Protože jestliže ubližujete tomu, dokážete ublížit tomu zvířeti, tak *vztah ke zvířatům odráží vztah k lidem*

163 ublížíte aj člověku, že.

Výzkumník: To máte asi pravdu, no. Tak jo, já vás nebudu dál trápit. Děkuju vám moc, že jste

mi zodpověděla otázky.

PŘÍLOHA P II: ABECEDNÍ SEZNAM KÓDŮ

- **Aktivity při zooterapii**

A56-57, A149, A151-153, B59-60, B62, B65, B77-78, C59, C87, C89, C128, C158, D70-71, D74-76, D128-130, D167-169, D177-178, D246, E115, E125-126

- **Empatie se zvířetem**

E84-89, E104-106

- **Forma zábavy**

A194-195, D198-199, E117-118

- **Frekvence zooterapie**

A43, A117-118, A128-129, A132-134, A162-164, A202, B74-75, C159, D132, D153-156, E48-53

- **Chov zvířat členy rodiny**

A24-25, A126-127, A188-190, C13-14, C28-30, C39-41, C64-66, D35-36, D86-87, D89-90

- **Chov zvířat v minulosti**

A1, A3-6, A12-14, A33, A36-37, A191, B1-5, B6-8, B11-19, B21, B24-25, B28, C4-9, D1-4, D53-55, D57-58, D62-64, D254, D256, E3-5, E8-9, E26

- **Kladné pocity**

A38-39, A97, A99, A177, A180, B50-51, B60-61, B79, B89-90, B92-93, B101-102, C31, C127-128, C156-157, E43, E46, E73-74

- **Kladný vztah**

A1-2, A18, A161, A180, A218-220, C2, C4, E5-7

- **Krátká doba kontaktu se zvířetem**

E100-101

- **Láska ke zvířatům**

A8, A11, A22, A197, B1, B111, B113, D87, E1

- **Málo aktivit se zvířetem**

E116

- **Mnoho účastníků najednou**

E83-84, E93-96, E103

- **Návštěva se zvířetem**

B34-35, C43-44, C58-59, C93-97, C167-168

- **Nejoblíbenější zvíře**

A8-9, B1, B38-40, C10, C24, C71, E8, E14-15

- **Nemožnost změny**

E83, E90

- **Neoblíbená zvířata**

C10, C24, C27, C71, E2

- **Neutrální pocity**

D80-82

- **Neutrální vztah**

D247-249

- **Obezřetnost**

A143-144, A145-147, E29-33

- **Průběh zooterapie**

A43-46, A54-56, A59-60, A73-78, A135-143, A207-209, A210-212, A213-216, B45, B71-72, C61, D117-120, D126-128, D167-168, D170-173, D176-177, D204-206, D245-246, E55-58, E90-91, E102-103

- **Přenos pozitivních emocí**

B87

- **Příležitost k sociálnímu kontaktu**

A205-207, B46, B104-106, B108-109, C166, C170-172, D121-125, D197-198, D260-265, E134-145

- **Přítomnost zvířat v DS**

A85-86, A90-92, A100-102, A114-116, A125-126, A164-165, B56, B64, B67, C56-57, D91

- **Radost**

A112-113, A144-145, B5, B81

- **Silná citová vazba**

A14-15, A17, A34

- **Smutek**

A15-16, A197-199, B5-6, B10, B22-23, B25, B26, B29

- **Spokojenost**

A80, A168-170, A193-195, B46, B85-86, D203-204, E91-92

- **Strach**

C11-13, C15-16, C31-35, D36-38, D45-47, D76-79, D173-175, E38-40

- **Touha po zvířeti**

B26-27, C26-27, E61-66, E108

- **Typy zooterapie**

A40-41, A49-53, A58-59, A73, A78-80, A93-94, B43-45, B47-48, B63, B70-71, C37-39, C59, C76-77, C109-112, D70, D82, D117, D126, E43-46, E47-48

- **Úmrtí**

A15-16, A198-199, B5-6, B8-10, B20, B23, B25

- **Vliv na náladu**

B47, B81-83, B89, B98-99, B101, B103, C155, C162, D206, D257-259, E127-132

- **Vliv na vztahy mezi účastníky**

A203-204

- **Vliv na zdravotní stav**

A196-197, A199-201, B96-98, D253-254, E120-123

- **Vyhledávání kontaktu se zvířaty**

A48-49, A61-72, A86-89, A94-97, A98, A108-112, A165-167, A183-186, A187, B59, C59, D65-67, D90-91

- **Vzájemný vztah člověka a zvířete**

B19-20, B20-22, B30, B54-55, B111-113, D87-89, E9-12, E16-25, E26-28, E40-42, E74-82, E98-100, E160-163

- **Zájem o zooterapii**

B48-49, C75, D115-116, D133, D180-183, D245, E67-71, E114-115

- **Zničení věcí**

E35-37

- **Zranění**

A9, D38-45, D48, D76, E34-35, E37-38