

Aktivity za přítomnosti psa u seniorů

za přímé asistence člověka

Klient 1

Aktivita: Polohování se psem

Klient má problémy s krční páteří a má časté křeče v oblasti krku. Aktivita doporučena fyzioterapeutem jako podpůrný prostředek k léčebné terapii.

Klienta uvedeme do vhodné polohy a psa použijeme na podložení hlavy klienta. Vlivem vyšší tělesné teploty psa (cca 37,5-39 °C) dochází k prohřívání dané oblasti a následnému uvolnění svalů. Pro uvolnění se využívá nejen teplota, ale i dechová a srdeční frekvence psa. V této poloze klienta se psem udržujeme alespoň 20 minut.

Klient 2

Aktivita: Intervence za účelem navození pozitivního vnímání nového prostředí

Klientka se relativně nedávno dostala do domova pro seniory, přičemž to nebylo zcela její iniciativou a necítí se zde komfortně.

V mnoha případech starší lidé kladně reagují spíše na zvířata než na lidi, proto byl pro klientku sestaven odlehčující program, kdy jí bude navštěvovat psůvod se psem. Aktivita nemá stanovený konkrétní cíl ve formě měřitelného zlepšení, cílem je pokusit se navodit pozitivní pocity u klientky a ozvláštnit její denní program.

Pes může ležet vedle klientky v posteli, sedět vedle ní, přičemž ona ho může hladit, nebo se volně pohybovat po místnosti, kdy ho bude pouze pozorovat. Záleží na preferenci klientky. Majitelka také dříve měla psa, tudíž má i příležitost sdílet své vzpomínky a pocity spojené s touto dobou. Zároveň se pes používá jako náhrada fyzického kontaktu s lidmi a podnět pro navození pocitu bezpečí v novém prostředí.

Klient 3

Aktivita: Aport za účelem udržování fyzické (psychické) kondice

Klient trpí svalovou dystrofií, jejíž důsledkem je oslabení a úbytek svalové hmoty. Léčebnou metodou je v tomto případě posilování a protahování svalů v rámci fyzioterapie. Zároveň je kladen důraz i na dechovou terapii, jelikož častým doprovodným symptomem je omezené dýchání z důvodu postižení dýchacích svalů (vhodné aktivity se psem za účelem rytmizace dechu).

Pes může sloužit především jako motivace pro klienta, který je skeptický kvůli špatné prognóze jeho stavu. Je třeba klienta motivovat k pohybu, kdy může psovi házet aport, dávat mu povely, nebo jít s ním na krátkou procházku. Při aportu je klient nucen hodit míček, čímž protahuje svaly ruky, nebo pokud mu ho pes nevloží přímo do ruky, musí se pro něj ohnout a sebrat. Záleží však na fyzickém stavu klienta, pokud je toho schopen. Radost psa ze hry povzbuzuje klienta k opakování této aktivity.

Klient 4

Aktivita: Pes jako motiv k udržení delší pozornosti klientů

Aktivita probíhala u skupiny klientů s Alzheimerovou nemocí a demencí za přítomnosti lékaře. Alzheimerova nemoc narušuje část mozku a způsobuje pokles kognitivních funkcí jako je paměť a myšlení. Cílem bylo, aby si klienti nepřipadali jako při vyšetření, ale aby se projevovali co možná nejpřirozeněji pod menším tlakem. Touto formou u nich byla posuzována intenzita projevů onemocnění a míra jeho rozvoje od minulého vyšetření.

Při sezení se rozvíjelo hlavně myšlení a jemná motorika. Klienti si psa mohli hladit, během čehož se doktorka ptala na otázky související se psy. Nejdříve klienti popsali vzhled psa, pak odpovídali na otázky ohledně jeho potřeb (strava, pití, venčení, péče). Poté pomůcky, které jsou potřeba, když má člověk psa (obojek, vodítko, kartáč, hračky, pamlsky, cestovní přepravku a další.). Klienti pomůcky pojmenovali a říkali, jaký je jejich účel. Některé si pak vyzkoušeli na psovi (např. kartáčovat, nasazovat obojek).

Klient 5

Aktivita: Uklidnění klienta v nepříjemných situacích

Klientka, žijící v domově pro seniory, u které se v posledních letech objevily příznaky agorafobie a sociální fobie. Pacientka už prakticky neopouští pokoj a vyhýbá se kontaktu s lidmi.

Pes navodí pocity bezpečí, klidu, hravosti a zároveň zprostředkovává kontakt přirozeným způsobem. Klientka má po boku psa, hladí ho a soustředí se primárně na něj. To jí usnadňuje nevnímat své předsudky a potlačit strach. V rámci každé návštěvy je snaha o malý pokrok, nebo alespoň aby nedošlo ke zhoršení stavu. Ze začátku třeba jen stačí, aby se klientka cítila dobře v místnosti s otevřenými dveřmi do chodby, jelikož i to v ní vyvolává pocity úzkosti. Pes působí ochránářsky a vyvolává pocit bezpečí, tudíž je pro klientku snazší zachovat klid v nepříjemné situaci.

Klient 6

Aktivita: Rozvíjení jemné motoriky a slovní zásoby

Klient po mozkové mrtvici má snížené pohybové a vyjadřovací schopnosti. Uvědomuje si svůj problém s komunikací, necítí se dostatečně sebevědomě, aby se vyjadřoval ve větách, většinou odpovídá jednoslovně a stroze.

Aktivita spočívá v provozování jednoduché činnosti, jako je čištění srsti psa kartáčem. Klient zlepšuje jemnou motoriku prstů hladením a kartáčováním psa a zároveň má prostor k rozhovoru, pokud sám bude chtít. Může mluvit na psa, který ho nesoudí a pozorně naslouchá. Psi dokážou zachytit i neverbální signály a mohou reagovat pouze na jedno slovo, což usnadňuje člověku s afázií nácvik komunikace.

Klient 7

Aktivita: Kondiční cvičení

Házení aportu, kdy klientovi zadáme házet požadovaným směrem k procvičování určitých žádoucích pohybů. To může být házení aportu před sebe, kdy procvičuje flexi ramenního kloubu, extenzi v loketním kloubu, v zápěstí se pak realizuje pohyb zezadu dopředu. Také může provádět

házení apertu v upažení ramenního kloubu a házení spodem, kdy dochází k extenzi ramenního kloubu a rotaci předloktí.

Klient 8

Aktivita: Vycházky do přírody

Návštěva má za úkol vytrhnout člověka ze všedního dne a dát mu zapomenout na každodenní obtíže. Klient je rád, když se objeví taky někdo jiný než jen personál domova. Mnohdy klienta nenavštěvuje ani rodina, proto je zřejmé, že klient pociťuje prázdnotu a osamělost.

Příjemnou změnou je pro klienta to, že kromě sebe musí hlídat také psa. Pes je cvičený, aby se přizpůsobil tempu, a nehrozí tedy žádné zatahání nebo stržení klienta na zem. Délku procházky si určí klient (většinou stejně pes bude mít větší výdrž než senior, takže je nepravděpodobné, že by psa unavil).

Klient 9

Aktivita: Učení soběstačnosti

Klient v ústavní péči, ačkoli je toho fyzicky schopen, odmítá opouštět lůžko, jelikož mu sestry všechno potřebné donesou samy. Často takto senioři ztrácí své kompetence, neboť je dobrovolně přestávají využívat. Okolím jsou často vnímáni jako osoby s omezenými schopnostmi, kteří potřebují, aby za ně bylo rozhodováno a postaráno. To vede k časté tendenci pomáhat jim i tehdy, kdy to není nutné. Tím je u seniorů způsobeno vypěstování zbytečné nesoběstačnosti, pasivity a k syndromu naučené bezmocnosti. I po psychické stránce může působení psa být prostředkem oddálení závislosti.

Kontakt s živým zvířetem pomáhá udržovat klienty orientované na přítomnost, v realitě, působí příznivě po emoční stránce a vyžaduje určitou míru soustředění. Pes je přiveden k lůžku klienta a ten, pokud chce být se psem v přímém kontaktu, musí pro to něco udělat. Tedy zvednout se a přijít k němu. Cílem je přimět klienta nenásilnou formou k aktivitě, kterou z principu nechce provádět. Není do ničeho nucen, když nechce, tak nechce. Pokud v něm pes podnítl zájem, může vzít psa na procházku. Venku má dohled nad jeho činností a především za něj má zodpovědnost, kterou dlouho za nikoho neměl.

Klient 10

Aktivita: Zmírnění negativních emocí s pomocí psa

Klientka je v domově izolovaná od rodiny a její sociální kruh se skládá pouze z lidí, kteří s ní v domě žijí. Proto je pro ní velmi těžké vyrovnat se s úmrtím blízké osoby z domova a

Pes je v těchto chvílích klientce oporou a dokáže zmírňovat pocity smutku i tím, že zvládne na určitou dobu odpoutat její pozornost od problémů. Dochází tak ke krátkodobé úlevě od starostí. Klientka může k psovi promlouvat a svým způsobem rozdělit zármutek mezi dva subjekty – mezi sebe a psa. Podle nálady klientky může pes jen tiše naslouchat, nebo jí zabaví svými kousky. Klientka mu může dávat povely a za jejich splnění ho řádně odměňovat. Pes svým pozitivním přístupem k člověku dodá potřebnou psychosociální podporu.