

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra etiky, psychologie a charitativní práce

## Bakalářská práce

# **Vliv canisterapie na seniory**

Vedoucí práce: RSDr. Ján Mišovič, CSc.

Autor práce: Marcel Štefek

Studijní obor: Sociální a charitativní práce

Ročník: 4.

**2017**

### **Bakalářská práce v nezkrácené podobě**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne: .....

Marcel Štefek

## **Poděkování**

Děkuji Bohu za všechny milosti a dary, které mi dal pro život, studium a dokončení této práce. Také děkuji mému vedoucímu práce RSDr. Jánu Mišoviči, CSc., za odborné vedení, velkou ochotu a trpělivost. Dále chci poděkovat panu Mgr. Jaroslavu Plášilovi za jeho vstřícnost, ochotu a pomoc při realizaci výzkumu, také všem zaměstnancům Domova pro seniory Máj. Na závěr děkuji všem seniorům, kteří odpověděli na otázky ve výzkumu.

# Obsah

|   |           |
|---|-----------|
| Úvod .....  | 7         |
| <b>1. Stáří a stárnutí .....</b>                              | <b>9</b>  |
| 1.1 Definice pojmu stáří, stárnutí .....                      | 9         |
| 1.2 Změny ve stáří .....                                      | 9         |
| 1.2.1 Tělesné změny .....                                     | 10        |
| 1.2.2 Psychické změny .....                                   | 10        |
| 1.2.3 Emoční změny .....                                      | 11        |
| 1.2.4 Sociální změny .....                                    | 12        |
| 1.3 Potřeby ve stáří .....                                    | 12        |
| <b>2. Zooterapie .....</b>                                    | <b>15</b> |
| 2.1 Definice pojmu zooterapie .....                           | 15        |
| 2.2 Rozdělení zooterapie podle zvířecího druhu .....          | 15        |
| <b>3. Canisterapie .....</b>                                  | <b>16</b> |
| 3.1 Soužití psa s člověkem .....                              | 16        |
| 3.2 Definice pojmu canisterapie .....                         | 17        |
| 3.3 Canisterapeutický tým .....                               | 18        |
| 3.4 Metody canisterapie a jejich využití .....                | 19        |
| 3.4.1 Formy canisterapie .....                                | 21        |
| 3.5 Obecný průběh canisterapie .....                          | 22        |
| 3.6 Kde se canisterapie využívá .....                         | 23        |
| <b>4. Vliv canisterapie na seniory .....</b>                  | <b>24</b> |
| 4.1 Působení psa na starého člověka .....                     | 24        |
| 4.2 Přínos canisterapie pro seniory .....                     | 27        |
| 4.2.1 Vliv canisterapie a psa na fyzický stav seniora .....   | 28        |
| 4.2.2 Vliv canisterapie a psa na psychický stav seniora ..... | 29        |

|           |  |           |
|-----------|--|-----------|
| 4.2.3     | Vliv canisterapie a psa na sociální stav seniora .....   | 30        |
| 4.3       | Možné nežádoucí vlivy canisterapie a psa na seniora..... | 31        |
| <b>5.</b> | <b>Výzkum canisterapie se seniory v praxi .....</b>      | <b>33</b> |
| 5.1       | Úvod výzkumu .....                                       | 33        |
| 5.2       | Cíl a předmět výzkumu .....                              | 33        |
| 5.3       | Metody výzkumu .....                                     | 33        |
| 5.4       | Výsledková část .....                                    | 34        |
| <b>6.</b> | <b>Shrnutí výsledků a diskuze .....</b>                  | <b>38</b> |
|           | <b>Závěr .....</b>                                       | <b>43</b> |
|           | <b>Seznam použitých zdrojů .....</b>                     | <b>44</b> |
|           | <b>Seznam příloh.....</b>                                | <b>46</b> |
|           | <b>Přílohy.....</b>                                      | <b>46</b> |
|           | <b>Abstrakt .....</b>                                    | <b>48</b> |
|           | <b>Abstract.....</b>                                     | <b>49</b> |

*„Oči psa mají schopnost mluvit tím nejkrásnějším jazykem na světě“  
(Martin Buber).*

# Úvod

Tématem této práce je canisterapie a její přínos pro staré lidi. Toto téma jsem si vybral proto, že je mi blízké. Moje rodina se zabývá chovem, výstavami psů a částečně i canisterapií. Chov psů je náš společný koníček, který se dá využít i v oblasti sociální práce, kterou studuji. Canisterapie je v České republice relativně nová a je možné se setkat s několika názory na tuto terapii. Jedna skupina lidí canisterapii nedůvěřuje. Myslí si, že nemůže mít pro člověka větší význam a natož zlepšit jeho zdravotní stav. Je to škoda. Podle mého názoru to vychází buď z malé informovanosti, nebo může jít o názor lidí, kteří nemají kladný vztah ke zvířatům, a proto si nedovedou představit, jak by jim zvíře mohlo pomoci. Druhá skupina lidí zase canisterapii velmi přeceňuje. Myslím si, že oba extrémní, ať se jedná o odsouzení či přeceňování canisterapie, nejsou dobré. Můj názor je, že samotný kontakt člověka se psem může mít na člověka dobrý vliv, ale obohacený o znalosti a schopnosti terapeuta by mohl být příznivý efekt vyšší. Za těchto podmínek může být tato forma terapie obohacující jak pro klienta terapie, tak i pro samotného terapeuta. Abych poukázal, jak působí samotná přítomnost zvířete na některé staré lidi, uvedu příklad z mé rodiny. Moje žena je z rodiny, kde se už dlouhou dobu věnují chovu čistokrevných Kavalírů. Tak jsme si vzali štěňátko a stalo se členem naší rodiny. Když jsme ukázali našeho nového pejska mojí babičce, které je 89 let a psů se vždy bála, byli jsme překvapeni. Babička se pejska zprvu bála, ale po chvíli si babičku získal. Hlavně díky povaze této rasy. Po několika návštěvách byla vidět změna. Moje babička se přestala pejska bát a dokonce se na něj těšila. Mívala často špatnou náladu a moc se neusmívala, ale vždy, když jsme u ní byli s pejskem, zářila radostí a smála se. Pejska si velice oblíbila. Takto působil náš pes na mou babičku bez jakékoliv terapie.

Cílem této práce bude shrnout, jaký přínos má canisterapie pro staré lidi a jak může zlepšit kvalitu života u této cílové skupiny.

V první kapitole práce, která se zabývá stářím, budu čerpat především z knihy *Vývojová psychologie II dospělost a stáří* od Marie Vágnerové, dále z knihy *Vývojová psychologie* od Josefa Langmeiera a Dany Krejčířové, také od dalších autorů, kteří jsou uvedeni v seznamu použitých zdrojů.

V dalších kapitolách práce budu čerpat především z literatury o canisterapii od Lenky Galajdové, dále z knihy *Zooterapie ve světle objektivních poznatků* od kolektivu autorů, jejímž editorem je Miloš Velemínský, také od dalších autorů, kteří jsou uvedeni v seznamu použitých zdrojů.

Na začátku práce uvedu několik definic pojmů stáří, stárnutí a senior, tak jak tyto pojmy chápou různí autoři. Poté chci poukázat na možné změny a potřeby v tomto vývojovém období člověka, abychom lépe porozuměli změnám a možným problémům ve stáří. Tyto vědomosti slouží k pochopení přínosu canisterapie pro seniory. V další části se budu částečně zabývat zooterapií, protože canisterapie z ní vychází a je jednou z jejích forem. Po krátkém úvodu do zooterapie se budu věnovat canisterapii. Začátek této kapitoly bude věnován soužití psa a člověka. Poté uvedu, co je to canisterapie a jak jí definují různí odborníci. Je důležité se zmínit o canisterapeutickém týmu (terapeut, pes), jaké jsou kladeny požadavky na terapeuta a psa. Chci vyzdvihnout důležitost výběru a výchovy vhodného psa pro canisterapii a hlavně požadavky na canisterapeuta, jehož role je při této terapii zásadní. Následují nejčastější metody a formy canisterapie a vysvětlení rozdílů mezi nimi. Také to, jak canisterapie probíhá a na co je třeba si dávat pozor. Na závěr této části uvedu cílové skupiny, u kterých se canisterapie využívá.

Jádrum této práce bude samotná kapitola – *Vliv canisterapie na seniory*. V této kapitole se budu snažit přiblížit význam, přínos pejska a canisterapie pro starého člověka. Jaké cíle si canisterapie klade u této cílové skupiny. Jak zlepšuje kvalitu života seniora a jeho sociální fungování. Také upozorním na problémy, které mohou při canisterapii nastat.

V další části práce je výzkum, jehož cílem bylo zjistit přínos canisterapie pro seniory a jak canisterapie zlepšuje kvalitu jejich života. Zvolil jsem kvalitativní výzkum, abych co nejlépe zachytil potřebné informace. Výzkum byl proveden v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích a jedné domácnosti. Výsledky výzkumu jsou shrnuty ve výsledkové části a závěru práce.



# 1. Stáří a stárnutí

## 1.1 Definice pojmu stáří, stárnutí

Stáří je běžnou součástí lidského života, ale i života všech živých tvorů. Je to vývojová fáze člověka, konečná část lidského života, která sebou nese různé změny a potřeby. Již od svého narození stárneme, je to nezastavitelný proces, který směřuje ke smrti jedince. Podle čeho poznáme starého člověka?

Stáří je konečné období životní dráhy člověka, ve kterém už se člověk nevyvíjí. (Bromley, in Stuart-Hamilton, 1999).

Langmeier a Krejčířová (2006, s. 202) vysvětlují stárnutí jako negativní změny v lidském organismu. Tyto změny způsobují zhoršení životních funkcí, snížení výkonu organismu a vedou ke smrti člověka.

Od jakého věku je člověk starý? Na tuto otázku není snadné odpovědět. Proces stárnutí je velice individuální, a proto není lehké specifikovat spodní věkovou hranici pro stáří. Rozdíly mezi jedinci mohou být i markantní. Například někteří lidé ve vysokém věku si zachovávají fyzickou a psychickou kondici, druzí ji ztratí mnohem dříve. Člověk může být nazván starým, když ho takto nazve společnost, ve které žije. Spodní věková hranice pro stáří se v historii lidstva měnila a stále se bude měnit (Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 202).

Jelikož pojem senior nemá přesně určenou definici, budu pro účel mé práce používat tento pojem jako označení starých lidí ve věku 65 let a výše.

## 1.2 Změny ve stáří

Ve stáří probíhá mnoho změn. Změny probíhají na úrovni fyzické, psychické, ale i v sociální oblasti (změna sociálního postavení, úmrtí blízkých osob). S těmito změnami se mají senioři vyrovnat a často to nebývá lehký úkol.

Adaptace starého člověka se zhoršuje a negativní změny (nemoc) tuto situaci ještě zhoršují. Mohou nastat i vážné problémy, například při umístění seniora do ústavní péče, kdy senior nezvládne adaptaci na nové životní prostředí a tato situace může končit

i smrti. Někteří staří lidé špatně snášejí i pouhé přemístění mezi lůžky v rámci pokoje (Thorson, Davis, 2000, s. 131-138).

### **1.2.1 Tělesné změny**

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006, s. 204) se ve stáří zhoršuje smyslové vnímání. U většiny (90 %) starých lidí se zhoršuje zrak, také se zhoršuje sluch (30 %) starých lidí. Tyto změny mají za následek snížení výkonnosti jak v zaměstnání, tak v osobním životě. Zvyšuje se tím i riziko úrazů.

Někteří senioři, co mají zhoršený zrak a sluch, se raději uzavírají a vyhýbají situacím, které jsou pro ně složitější na soustředění a získávání informací. Často rezignují a tím mohou podnětově strádat. Ztrácejí stimulaci z okolí a jejich stav se často zhoršuje rychleji, než kdyby se těmto situacím nevyhýbali (Vágnerová, 2007, s. 320).

Dále probíhají změny v pohybovém aparátu například ubývání svalové hmoty, řídnutí kostí, opotřebením kloubů a dostaví se bolest. Dochází k opotřebením a snížení funkce všech důležitých orgánů a systémů. Změny vzhledu, například šedivění vlasů, vráscitá kůže. Také k oslabení imunitního systému a tím se zvyšuje riziko různých onemocnění. Tento fyzický stav může výrazně ovlivnit i stav psychický, emoční a sociální. Stejně to platí i obráceně, jelikož všechny tyto oblasti lidského života jsou propojené.

### **1.2.2 Psychické změny**

Starým lidem se často zhoršuje paměť. Tito lidé se těžko učí novým dovednostem a zapomínají nedávné zážitky a situace, co prožili. Hodně staré vzpomínky často vydrží nejdéle, například zážitky z dětství, ale může docházet ke zkreslení této paměťové stopy. Také dochází ke snížení inteligence a rozumových schopností (Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 204).

Vágnerová (2007, s. 318-327) uvádí, že ve stáří dochází ke zpomalení získávání a zpracování informací, tím se prodlužuje čas mezi přijatou informací a reakcí na tuto informaci. Tato situace má za následek snížený pracovní výkon seniora. Zhoršuje se vnímání většího množství informací zároveň a omezuje se možnost, aby vykonávali více činností najednou. Dále mohou mít problémy rozlišit důležité informace od

nedůležitých. Všechny tyto faktory negativně ovlivňují činnost seniora, kterou právě provádí a senior pak snáze dělá chyby. Tyto chyby mohou zapříčinit to, že se starý člověk ještě více soustředí, tím jeho pracovní výkon klesá a dříve se unaví. Požadavky na vyšší pracovní výkon mohou seniora stresovat, pak dělá více chyb. Tyto chyby negativně ovlivňují sebedůvěru seniora. Proto se staří lidé raději vyhýbají novým věcem, či novým řešením a používají staré, známé postupy. Ve stáří ubývá intelektových schopností. Někteří senioři trpí demencí a jejich stav se zhoršuje. Tito senioři mají problémy v běžném denním životě a potřebují asistenci druhých lidí.

Abych nepsal jen o negativních změnách. Staří lidé mají větší zkušenosti a nadhled oproti lidem mladým. Díky této moudrosti mohou zvládat některé životní situace lépe, než lidé mladí. Svými znalostmi a celoživotními zkušenostmi mohou obohatit své okolí a rodinu. Děti mohou čerpat z moudrosti svých rodičů a prarodičů. Tím se předávají důležité zkušenosti a znalosti pro příští generace.

### **1.2.3 Emoční změny**

Langmeier a Krejčířová (2006, s. 207) uvádí, že někteří senioři potřebují být prospěšní pro své okolí a rodinu, také se snaží naplnit potřebu seberealizace. Starým lidem záleží na dobrých vztazích v rodině a mezi blízkými.

Na začátku stáří se mohou senioři cítit, po emocionální stránce, dobře. Tento stav hodně závisí na míře fyzického a psychologického zdraví, ale i na ekonomické a rodinné situaci. Když senior odejde na penzi, odpadají mu starosti a povinnosti spojené s jeho zaměstnáním. Starý člověk má více volného času a může se věnovat svým zálibám. Ale tento stav pokoje a pohody nemusí nastat, protože s rostoucím věkem přibývá i zdravotních a jiných problémů, které seniora zatěžují. Mezi tyto problémy patří nemoci, úmrtí blízkých osob, ekonomické problémy, sociální izolace seniora. Všechny tyto problémy zhoršují emocionální stav seniora a mohou se dostavit deprese, úzkosti, pesimismus a nespokojenost (Vágnerová, 2007, s. 334).

Staří lidé prožívají emoce méně intenzivně, než lidé mladí. Životní krize dokážou hodnotit s větším klidem a rozvahou (Stuart-Hamilton, 1999).

V pozdějším stáří může docházet k lhostejnosti vůči vnějšímu světu a senior se začíná více zajímat o sebe a své problémy, tím může docházet k přecitlivělosti až

hypochondrii. To zhoršuje soužití s druhými lidmi zejména v domovech pro seniory (Strnad, 1971 cit. podle Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 207-209).

Ztráta životního partnera, či úmrtí blízkých osob bývá velmi intenzivní a senior potřebuje v tomto období značnou pomoc. Také může docházet k sociální izolaci seniora a citovému strádání. Paradoxně dochází k sociální izolaci a citovému strádání i v domovech pro seniory, kde je na první pohled mnoho lidí. Tato izolace je zpravidla způsobena zdravotním stavem jedince (Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 207-209).

#### **1.2.4 Sociální změny**

Velice zásadní změnou je odchod do důchodu, který má za následek několik změn. Změny v oblasti sociálního a ekonomického postavení a role ve společnosti. Důchodci mají méně financí, než v době, kdy pracovali a tím klesá jejich životní úroveň. Dnešní kult mládí sebou přináší negativní hodnocení seniorů ve společnosti, kvůli jejich malému výkonu a nehledí se na zásluhy z minulosti. Tím klesá jejich společenský status (Vágnerová, 2007; Tošnerová, 2002).

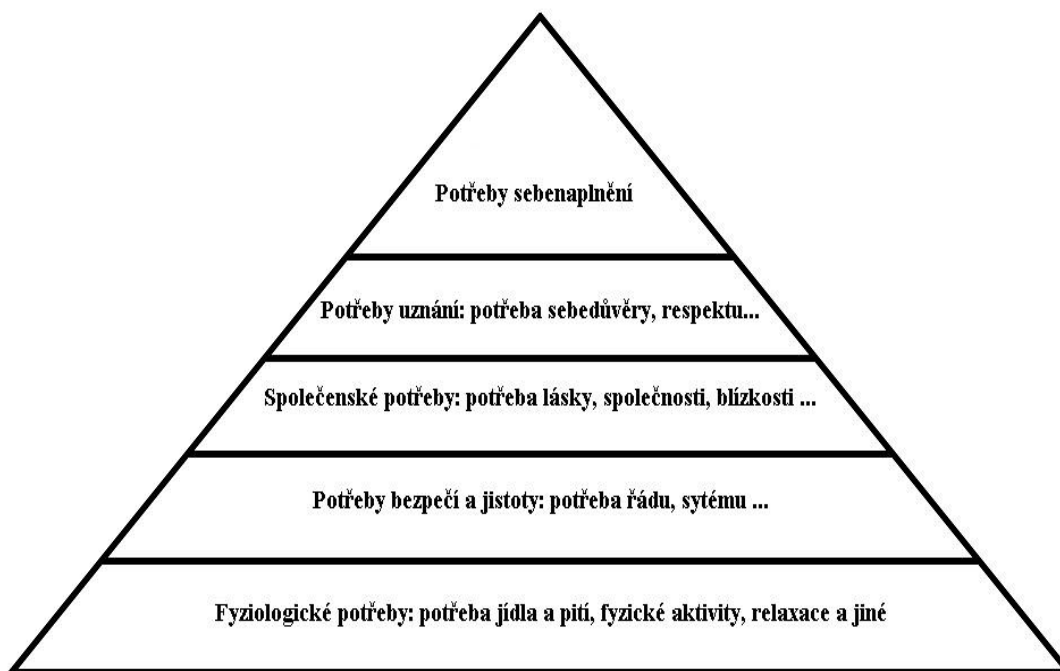
Někdo se s těmito změnami hůře vyrovnává, jiný se vyrovnává dobře. Někteří staří lidé mají hodně volného času a neumí ho správně využít. Nedokážou si vytvořit vlastní program dne a tato situace jim způsobuje problémy. Senioři se začínají více zajímat o svou rodinu, vnoučata a tyto role je naplňují. Často dochází k sociální izolaci seniora, jejich život je vázaný na rodinu a blízké přátele. Někteří staří lidé nevycházejí z domu, nebo se pohybují pouze v blízkosti jejich domu. Toto prostředí je pro ně známé a bezpečné. Dochází ke snížení sociálních dovedností seniora. Přejít z vlastního domova, kde senior strávil mnoho let se svou rodinou, do domova pro seniory či jiného pobytového zařízení, je pro seniory velkou změnou a někteří se s tím těžko vyrovnávají. Také smrt blízké osoby je pro seniora velkou ránou. Vyrovnat se s těmito ztrátami trvá velmi dlouho. Senior může ztratit smysl života a chuť cokoli dělat (Vágnerová, 2007, s. 355-367).

### **1.3 Potřeby ve stáří**

*„Potřeba je něco, co člověk s různou mírou nutnosti, a tedy i naléhavosti, vyžaduje k životu“ (Vymětal, 2003, s. 75).*

Pro tuto část využijí teorii potřeb, kterou formuloval americký psycholog Abraham H. Maslow v roce 1943. Ten vytvořil takzvanou pyramidu potřeb.

(Maslow, cit. podle Odendaal, 2007, s. 25) zformuloval pět skupin lidských potřeb, které člověk potřebuje naplnit, aby se dobře vyvíjel a dosáhl naplnění svého maximálního potenciálu. První skupinou jsou biologické a fyziologické potřeby. V této skupině je například potřeba potravy a tekutin, potřeba spánku, potřeba pohybu, potřeba dýchat a další zásadní potřeby pro přežití člověka. Druhou skupinou jsou potřeby spojené s bezpečím a jistotou. Každý člověk potřebuje určitou míru jistoty a bezpečí, aby mohl klidně žít a neměl zbytečný strach z budoucna. Třetí skupinou jsou potřeby týkající se lásky a společenské potřeby. Lidé potřebují cítit, že jsou milováni a chtějí někoho milovat. Člověk je společenský tvor a nemůže žít zcela sám, proto je důležité, aby měl dostatek sociálního kontaktu. Čtvrtou skupinou potřeb jsou potřeby spojené s úctou k sobě samému, dále potřeba uznání a sebedůvěry. Člověk potřebuje, aby ho druzí lidé uznali a respektovali. Pátou skupinou jsou potřeby spojené se seberealizací člověka, tyto potřeby jsou vrcholem pyramidy. Jeho pyramida může vypadat například takto:



Maslow upořádal tyto potřeby do pyramidy podle jejich důležitosti. Na základně pyramidy (ve spodní části) jsou pro člověka nejdůležitější potřeby, směrem k vrcholu jejich důležitost klesá. Pro spokojenost starého člověka je důležité, aby mohl naplnit všechny tyto potřeby. Pokud není uspokojena některá důležitá potřeba, může starý člověk v dané oblasti strádat (Tamtéž, s. 25-26).

Chtěl bych se blíže věnovat některým potřebám a tyto potřeby rozvést, ale i doplnit spirituální potřeby, které jsou podle mého názoru pro člověka důležité.

### **Potřeba sociálního kontaktu:**

Pro seniory je velmi důležitý kontakt s rodinou a blízkými lidmi. Tato skupina nejbližších lidí podporuje pocit bezpečí seniora. Senior se na ně může spolehnout v různých situacích, které už není schopen zvládnout sám. Problém nastává při špatných rodinných vztazích, nebo úmrtí blízkých osob, za těchto podmínek může docházet k sociální izolaci seniora. Kontakt s lidmi by měl být úměrný potřebám seniora. V domovech pro seniory, ale i v domácnosti seniora, je důležitá určitá míra soukromí. Staří lidé si nejlépe rozumí s blízkými lidmi podobného věku, kteří lépe rozumí jejich problémům a potřebám ve stáří, než lidé z mladší generace (Vágnerová, 2007, s. 344-345).

### **Potřeba seberealizace:**

Senioři, kteří se cítili v zaměstnání dobře, mohou po odchodu do penze strádat v oblasti seberealizace. Mohou se cítit méně důležití a nepotřební, proto je důležité, aby si našli nějakou činnost, která je bude naplňovat. Velké množství seniorů se začíná soustředit na péči o svou rodinu a blízké (vnoučata), ale i na své koníčky a zájmy. Pro seniora je důležitá určitá míra soběstačnosti, která určuje jeho sebevědomí. Většina starých lidí nechce být své rodině na obtíž a velká závislost na druhých lidech snižuje sebeúctu seniora. Naopak uznání a ocenění od druhých zvyšuje sebeúctu seniora a jeho psychický stav. Velice důležitý je i pocit užitečnosti pro druhé. Tento pocit dává seniorům smysl existence. Potřeba seberealizace může být naplněna i nepřímo, kdy se senior identifikuje s blízkým člověkem například svým dítětem, či vnoučetem, kterému se daří a je úspěšné (Tamtéž, s. 346-347).

### **Spirituální potřeby:**

Jsou ve stáří významné. Starý člověk se často setkává se smrtí blízkých osob a připravuje se i na svoji smrt. Rekapituluje svůj život. Někteří lidé potřebují odpuštění a smíření s Bohem a lidmi, například se svou rodinou, aby mohli v klidu odejít z tohoto světa. Myslím si, že každý člověk má potřebu v něco věřit, ale někteří lidé si to neuvědomují. Někdo věří v moc a peníze, jiný ve své schopnosti, někdo v pokrok a vědu, jiný v Boha a Ježíše. U starých lidí, kteří věří v Boha a jsou součástí některé křesťanské církve, je důležité, aby v této víře mohli pokračovat i v domově pro seniory. Bez této možnosti se nebudou cítit dobře, zvláště v období před smrtí, kdy je tato potřeba velmi silná. Myslím si, že křesťanství může naplnit spirituální potřeby starého člověka a dát mu pokoj, naději a smysl života i v těžkých životních krizích.

## **2. Zooterapie**

### **2.1 Definice pojmu zooterapie**

Obsahem zooterapie jsou různé metody a techniky za asistence zvířat, které využívají dobrý vztah mezi člověkem a zvířetem, za účelem zlepšení fyzického, psychického, sociálního zdraví člověka (Mojžišová, Lacinová, Šemberová, 2000, s. 215-219).

*„Velmi zjednodušeně řečeno, pojmem zooterapie rozumíme pozitivní až léčebné působení zvířete na člověka“* (Freeman in Velemínský, 2007, s. 30).

Nerandžič (2006, s. 15) zase dává přednost pojmu animoterapie či animal terapie. Tyto pojmy mají stejný význam jako zooterapie. Dále uvádí, že se můžeme setkat i s pojmem *„léčení domácími miláčky“* Nerandžič (2006, s. 15).

### **2.2 Rozdělení zooterapie podle zvířecího druhu**

(Freeman in Velemínský, 2007, s. 32) dělí zooterapii, na základě použitého zvířecího druhu, na několik dílčích odvětví, které jsou uvedeny níže:

- Prvním odvětvím je canisterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení psa na lidský organismus.

- Druhým je Hiporehabilitace. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení koně na lidský organismus.
- Třetím je Felinoterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení kočky na lidský organismus.
- Čtvrtým je Ornitoterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení ptáků na lidský organismus.
- Pátým je Delfinoterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení delfína na lidský organismus.
- Šestým je Insektoterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení hmyzu na lidský organismus.
- Sedmým je Lamaterapie. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení lamy na lidský organismus.
- Osmým je Farmingtherapy. Tato forma zooterapie využívá blahodárné působení hospodářských zvířat (ovce, kozy, prasata aj.) na lidský organismus.
- Využívají se i zvířata, která žijí ve volné přírodě, nebo zoologické zahradě, dále malá zvířata (morče, fretka, králík, činčila, plazi, rybičky aj.).

## 3. Canisterapie

### 3.1 Soužití psa s člověkem

Pes nejvíce rozumí člověku a jeho komunikaci ze všech zvířat, které člověk domestikoval. V tomto ohledu předčí i nám velice blízký druh, kterým jsou lidoopi. Pes člověku opravdu rozumí, reaguje na akustickou i neverbální komunikaci a podle ní se řídí (Hare a kol., 2002, s. 1634-1636).

Myslím si, že porozumění mezi některými psy a jejich pány je tak hluboké, že pes dokáže vycítit i pocity a potřeby jeho pána. Dobře vychovaný pes, který pociťuje dostatek lásky a péče je pak neocenitelný přítel, ochránce a pomocník.

Pes byl v minulosti pro člověka velmi užitečný, pomáhal mu při lovu, hlídat dobytek, táhnul sáně. Hlídal člověka, když spal, dokázal vycítit nebezpečí a varovat svého pána. Bránil svého pána proti druhým lidem či divokým zvířatům. Pes je vždy



upřímný a neumí lhát, je věrným přítelem. Dokáže povzbudit a rozveselit. V dnešní době je využití psa mnohem větší než v minulosti. Pes se používá u policie a u armády, kde má nedocenitelnou úlohu například při hledání výbušnin a drog. Dále při hledání pachatelů a ztracených lidí. Pes se používá i na zneškodnění útočníků, kteří by mohli ohrozit život policisty, nebo vojáka. Psi záchranářští, zase dokážou najít člověka pod sutinami či lavinou. Jsou psi cvičení pro hlídání pacientů trpících cukrovkou, nebo epilepsií, kteří dokážou upozornit pacienta na přicházející kolaps a přivolat mu pomoc. Asistenční psi pro tělesně postižené a slepé, pro tyto lidi jsou psi nepostradatelnými pomocníky a přáteli. Dále psi určené pro canisterapii. Existují i psi, kteří jsou cvičeni na vyhledávání určitých nemocí například z moči pacienta. Nesmíme zapomenout také na psy chované pro radost.

### **3.2 Definice pojmu canisterapie**

Termín canisterapie vymyslela paní Jiřina Lacinová. Canis v českém jazyce znamená pes a terapie znamená léčba (Eisertová in Velemínský, 2007, s. 60).

Galajdová (1999, s. 24) definuje canisterapii „jako označení způsobu terapie, který využívá pozitivního působení psa na zdraví člověka, přičemž pojem zdraví je zde myšlen přesně podle definice WHO (Světové zdravotnické organizace) jako stav psychické, fyzické a sociální pohody. Jinak lze canisterapii definovat jako *Animal Asisted Activities a Animal Asisted Therapy* prováděné s jedním konkrétním živočišným druhem.“

Nebo také „*léčba pomocí psa*“ (Galajdová, 2011, s. 15).

Kalinová (2003, s. 112) popisuje canisterapii jako univerzální metodu rehabilitace, určenou ke zlepšení fyzického, psychického, sociálního zdraví člověka, za použití psa a jeho dobrého vlivu na člověka jakékoliv věkové a sociální skupiny.

Canisterapie je léčebné využití psa, které pomáhá k motivaci a aktivizaci nemocného a tím zlepšuje jeho zdravotní stav. Přítomnost psa působí na člověka tak, že zlepšuje jeho fyzický, psychický, emocionální a sociální stav, napomáhá k lepší regeneraci organismu a nižší spotřebě léků (Nerandžič, 2006, s. 52).

### 3.3 Canisterapeutický tým

Tento tým tvoří psovod (canisasistent, canisterapeut) a jeho pes. Rozdíl mezi canisterapeutem a canisasistentem je pouze v rozsahu vzdělání a závěrečných zkouškách, kde canisterapeut má vyšší pravomoc a může canisterapii praktikovat samostatně (Eisertová, Tichá in Velemínský, 2007, s. 69).

Psovod by měl svého psa velmi dobře znát, aby věděl, co od něj může očekávat. Pes musí svého pána (psovoda) poslouchat a má výcvik pro canisterapii. Canisterapie by měla být prováděna pouze canisterapeutickým týmem s osvědčením opravňujícím tuto činnost vykonávat. Je velmi důležité, aby psovod měl potřebné znalosti z oboru canisterapie, aby se dobře orientoval v metodách canisterapie. Aby věděl, jaké cíle jsou kladeny pro konkrétního klienta, nebo u skupiny klientů se kterou pracuje. Dále by se měl orientovat ve výchově a výcviku psa. Měl by mít potřebné dovednosti a schopnosti i pro práci s lidmi. Pes nesmí být v žádném případě agresivní, nebo příliš bojácný, aby v důsledku úleku nikomu neublížil (Eisertová a Tichá in Velemínský, 2007, s. 68).

Každý pes není vhodný pro canisterapii. Pes se nesmí člověka bát a je důležité, aby měl dobrý vztah k lidem. Nesmí se používat psi, kteří by mohli na člověka zaútočit, nebo jsou k útoku cvičeni. Je velmi důležité, aby měl pes potřebné povahové vlastnosti (láska k lidem, poslušnost, nekonfliktní povaha, nesmí být agresivní ani příliš ustrašený). Je důležitý i zdravotní stav pejska, protože pejsek, kterého něco trápí, může být nevrlý, nebo nebude mít chuť se lidem věnovat. Také je důležitý vzhled pejska, aby se klientům líbil a měli o něj zájem. Nelze obecně říci, jaké plemeno je nejvhodnější. Plemeno psa může pouze nastínit povahové vlastnosti. Jaký pes nakonec bude, závisí na socializaci, výchově a prostředí ve kterém pes vyrůstá. Dále na osobnosti majitele psa a jeho rodiny. Také na dobré či špatné zkušenosti psa s lidmi a jinými zvířaty. Velmi důležitá je poslušnost psa, která je pro výcvik zásadní. Dalšími předpoklady pro dobrého canisterapeutického psa je jeho spolehlivost, vstřícná a nekonfliktní povaha i jeho dobrý zdravotní stav. Také je důležité, aby se psovi mezi lidmi líbilo a přinášelo mu to potěšení (Tamtéž, s. 65-68).

Canisterapeutický tým spolupracuje s klientem canisterapie, ale i dalšími odborníky například lékařem, sociálním pracovníkem, speciálním pedagogem a jinými. U některých pacientů je důležité zkontrolovat vhodnost canisterapie s lékařem. Lékař,

nebo jiný odborník stanoví individuální plán pacienta a cíle, kterých chce u pacienta dosáhnout za pomoci canisterapie. Poté dochází ke zpětné vazbě mezi canisasistentem, odborníkem a pacientem. Na základě této zpětné vazby se může canisterapie upravit aby lépe vyhovovala individuálním potřebám klienta.

### **3.4 Metody canisterapie a jejich využití**

**První metoda je AAA (Animal Asisted Activities, aktivity za pomoci zvířat).**

Tato metoda využívá různých aktivit se zvířaty, které zlepšují kvalitu života člověka a rozvíjí jeho osobnost. AAA slouží k motivaci, výchově, rekreaci, ale i léčbě klienta (Galajdová, 1999, s. 28-31).

AAA je volnější metoda, u které se většinou nestanovují individuální, nebo skupinové cíle a může být vykonávána jak odborníkem, tak i proškoleným dobrovolníkem. Zvířata mají specifické vlastnosti a jsou připraveny pro práci s klientem. Využívá se v domovech pro seniory, dětských ústavech, nemocnicích i jiných zařízení pro zlepšení psychického i sociálního stavu klientů (Galajdová, 2011, s. 96-97).

**Druhou metodou je AAT (Animal Asisted Therapy, terapie za pomoci zvířat).**

Tato metoda má předem stanovené individuální, nebo skupinové cíle a probíhá pod odborným vedením profesionála za účasti zvířete, které slouží jako pomocník při terapii (Galajdová, 1999, s. 28).

Na začátku AAT je klient a jeho specifické potřeby a problémy. Odborník vypracuje individuální plán (cíle), tak, aby co nejlépe pomohl ke zlepšení stavu a fungování klienta. Pes pak působí jako prostředník mezi klientem a odborníkem. Zlepšení stavu klienta a příznivý vliv této terapie se zapisuje a vyhodnocuje, popřípadě se upravuje individuální plán a cíle této metody. Může se pracovat s jednotlivcem i se skupinou klientů (Galajdová, 2011, s. 98).

Cílem AAT je většinou snaha o zlepšení fyzického, psychického, emocionálního a sociálního stavu klienta, nebo motivace k dobrému chování klienta a odstranění špatného (Galajdová, 1999, s. 28-29).

#### **Několik příkladů využití AAT:**

- *„Fyzické schopnosti: zlepšení jemné motoriky, stání, chůze, rovnováhy, ovládnání invalidního vozíku.*
- *Mentální schopnosti: zvýšení slovních interakcí ve skupině, zlepšení schopnosti soustředění na úkol a udržení pozornosti, vylepšení krátkodobé a dlouhodobé paměti, rozvoj komunikačních schopností, zvýšení sebevědomí a sebeovládání, snížení pocitu osamocení a úzkosti.*
- *Výchova: vylepšení slovní zásoby a výslovnosti, vylepšení krátkodobé a dlouhodobé paměti, zlepšení znalostí a konceptů, jako je např. velikost, barva, počet.*
- *Motivace: zlepšení ochoty zapojit se do skupinové aktivity a spolupracovat s druhými, zlepšení vztahů s personálem, zvýšení pohybové aktivity“ (Galajdová, 2011, s. 99)*

#### **Třetí metoda je AAE (Animal Asisted Education , vzdělávání za pomoci zvířat).**

AAE je metoda, která se nejčastěji využívá k výchově a vzdělávání klientů, popřípadě k rozvoji jejich sociálních kompetencí, za účasti zvířete, které slouží jako pomocník při této metodě. U této metody se vytváří cíle pro jednotlivce i pro skupinu klientů. Používá se ve školách pro výchovu a vzdělání žáků, také u klientů se speciálními problémy v učení, komunikaci, či chování. AAE může sloužit jako motivace k řešení problémů těchto klientů, dále k jejich vzdělávání a trénování potřebných dovedností, se kterými mají problém (Freeman in Velemínský, 2007, s. 34).

#### **Čtvrtá metoda je AACR (Animal Asisted Crisis Response, krizová intervence za pomoci zvířat).**

AACR je metoda, která využívá blahodárného vlivu zvířete na člověka v krizové situaci. Cílem této metody je snížení míry stresu, úzkosti a depresivních stavů, také zlepšení emocionálního, psychického popřípadě fyzického stavu klienta. AACR se

využívá například u obětí trestných činů, či u různých kritických situací, jako jsou teroristické útoky, přírodní katastrofy a jiné (Tamtéž, s. 35).

### **3.4.1 Formy canisterapie**

#### **Individuální canisterapie**

Tato forma canisterapie se zaměřuje na jednoho klienta a působí jeho zdravotní stav, potřeby a problémy. Canisterapeutický tým má na klienta více času, ale z toho důvodu nezvládne navštívit více klientů za den (Tichá in Velemínský, 2007, s. 81).

#### **Skupinová canisterapie**

Je forma canisterapie, které se účastní více než jeden klient. Využívá se buď jednoho, nebo více psů. Je důležité, aby docházelo k zapojení všech klientů stejnou měrou (Tamtéž, s. 82).

#### **Návštěvní program**

Je forma, kdy klienta pravidelně navštěvuje canisterapeutický tým. Návštěvy mohou být v domově klienta, nebo v organizaci ve které klient bydlí, ale i na neutrálním území, popřípadě může klient docházet i za canisterapeutickým týmem (Freeman in Velemínský, 2007, s. 36).

#### **Jednorázové aktivity**

Tato forma canisterapie není pravidelná, může se jednat o různé setkání, přednášky a ukázky pro lidi všech věkových, nebo sociálních skupin (Tamtéž, s. 36).

#### **Pobytový program**

Klienti jsou ubytováni na místě, kde se mohou účastnit činností se psem. Příkladem mohou být různé psí tábory, pobyt na farmě a jiných místech, kde se provádí canisterapie (Tamtéž, s. 36).

#### **Rezidentní program**

Zvíře žije s klientem, nebo v instituci, kde měli o toto zvíře zájem. Klienti, nebo personál, případně majitel se o zvíře stará (Tamtéž, s. 36).

### **Ambulantní program**

Pejska a canisterapie využívají různí lékaři, psychologové a specialisté ve svých ordinacích, kde pejsek navozuje přátelskou atmosféru (Tamtéž, s. 37).

### **Program péče o zvíře**

Klient se pod dohledem o zvíře stará a tato činnost ho učí zodpovědnosti a samostatné práci. Pes se může nacházet v zařízení, ve kterém klient žije, nebo například v útulku, kam klient dochází (Tamtéž, s. 37).

### **Canisterapie s asistenčním psem**

Pes slouží jako pomocník pro handikepovaného klienta, nebo rodinu tohoto klienta, ve zvládnutí jejich každodenních aktivit a přispívá ke zkvalitnění jejich života (Tamtéž, s. 37).

Jedná se například o asistenční psy pro lidi na vozíku, slepecké psy, také psy pro hluché lidi, diabetiky a epileptiky aj.

## **3.5 Obecný průběh canisterapie**

### **Před začátkem canisterapie**

Canisterapeut (canisasistent) musí mít osvědčení, že může canisterapii vykonávat a jeho pes musí být na canisterapii vycvičen. Také je důležité, aby se canisterapeutický tým společně s klientem, rodinou klienta a zařízením ve kterém klient žije, dohodl na tom, jak a kde bude canisterapie probíhat, domluví se společná pravidla, kterými se budou všichni účastníci řídit. Uzavře se smlouva o praktikování canisterapie. V této smlouvě se také řeší odpovědnost a mlčenlivost. Cílová organizace, ve které klienti žijí, opatřuje souhlas klientů s canisterapií a doporučuje vhodné klienty z hlediska zdravotního stavu, alergií aj. Canisterapeutický tým spolupracuje se zaměstnanci organizace a je seznámen se zdravotním stavem a dalšími důležitými informacemi o klientu. U některých klientů a v závislosti na použité metodě canisterapie, se může stanovit individuální, nebo skupinový cíl, zvolí se techniky a postupy canisterapie (Tichá in Velemínský, 2007, s. 72-73).

## **Vlastní canisterapie**

Canisterapeut vytvoří program návštěvy tak, aby byly splněny individuální, nebo skupinové cíle a tento program realizuje. Klient by měl být seznámen s tím, jak se má k pejskovi chovat, aby nebylo zvíře zbytečně přetěžováno (Tamtéž, s. 74).

## **Na závěr canisterapie**

Když je návštěva u konce, měl by canisterapeut zaznamenat svou návštěvu do složky klienta. Je třeba zaznamenat všechny důležité informace a úspěchy, kterých se podařilo dosáhnout. Nakonec je důležité, aby si psovod a zvláště pejsek odpočinul (Tamtéž, s. 74).

## **3.6 Kde se canisterapie využívá**

Využití canisterapie je značně široké. V této části bych chtěl krátce nastínit, u jakých cílových skupin se používá nejčastěji. A kdy není vhodné canisterapie využívat.

Canisterapie nachází uplatnění u všech věkových a sociálních skupin, ale existují případy, kdy se canisterapie nevyužívá. Canisterapie se nevyužívá u lidí, kteří jsou na psa alergičtí, nebo trpí některými onemocněními, kdy by mohlo dojít k ohrožení klientova zdraví, nebo ohrožení zdraví některého z účastníků canisterapie. U klientů, kteří mají o canisterapii zájem, ale trpí strachem ze psů, se používají speciální metody, které pomáhají odbourávat tento strach (Tichá in Velemínský, 2007, s. 77).

**Využití canisterapie a psa**, které je uvedeno v knihách (Velemínský, 2007; Galajdová, 1999; Galajdová, 2011):

- Canisterapie a pes u dětí, dospělých a starých umístěných v ústavním zařízení například dětské ústavy, ústavy pro mentálně a tělesně postižené, nemocnice, domovy seniorů a jiné
- Canisterapie a pes u tělesně handicapovaných
- Canisterapie a pes u nevidomých
- Canisterapie a pes u neslyšících
- Canisterapie a pes u lidí s postižením čichu
- Canisterapie a pes u lidí s postižením hlasu
- Canisterapie a pes v logopedii

- Canisterapie a pes u autistů
- Canisterapie a pes u epileptiků
- Canisterapie a pes u diabetiků
- Canisterapie a pes u válečných veteránů
- Canisterapie a pes u zneužívaných dětí
- Canisterapie a pes ve školách
- Canisterapie a pes u lidí s různými psychologickými poruchami
- Canisterapie a pes u psychiatrických pacientů
- Canisterapie u dětí s ADHD
- Canisterapie a pes u umírajících
- Canisterapie a pes u obézních lidí
- Canisterapie a pes u starých lidí (seniorů)
- Využití psa v obraných, záchranných, a jiných složkách

## **4. Vliv canisterapie na seniory**

### **4.1 Působení psa na starého člověka**

Pro lepší porozumění přínosu canisterapie pro starého člověka je důležité pochopit, jak blahodárně působí samotná přítomnost zvířete na seniora. Pouto mezi člověkem a psem je silné a utužené tisíci let spolupráce těchto živočišných druhů, kdy pes sloužil jako společník, pomocník a ochránce. Za tuto službu mu člověk poskytoval péči a lásku.

Odendaal (2007, s. 47) uvádí, že lidé vyhledávají společnost zvířat a mají touhu s nimi žít v domácnosti, nebo v jejich blízkosti. Z přítomnosti zvířat lidé čerpají dobrou náladu a psychickou podporu.

Toto tvrzení podporuje velké množství domácností starých lidí, ve kterých je přítomno nějaké zvíře, často to bývá právě pes. Vztah seniora ke psovi je někdy tak intenzivní, že starý člověk, který usíná ve své posteli, dovolí svému psu, aby si k němu přilehl. Pes často leží u nohou svého pána, nebo stočený kolem jeho hlavy. Někdy se ve spánku pes roztahuje na posteli a ubírá místo svému pánovi, nebo ze spaní kope nohama, což může člověku vadit, ale i přes všechny tyto nevýhody ho člověk nechá spát



ve své posteli. Což ukazuje, jak může být pouto mezi starým člověkem a psem silné. Pes všechnu tuto lásku svého pána opětuje a starý člověk z jeho lásky čerpá sílu a oporu.

Sociologové si jako jedni z prvních všimli, že staří lidé na venkově, kteří se starají o zvířectvo, jsou celkově zdravější a spokojenější, než stejně staří lidé ve městech, kteří tuto možnost nemají. Psychologové z těchto poznatků čerpali a dokázali tento dobrý vliv zvířat na zdraví člověka využít v domovech pro seniory (Galajdová, 1999, s. 114).

*„Základem léčby se stal poznatek, že nejspolehlivějším a často jediným přítelem člověka v osamocení a v nemoci je zvíře“ (Tamtéž, s. 114).*

Když má starý člověk doma psa, nebo má možnost kontaktu se psem, často přítomnost tohoto zvířete zlepšuje psychickou, emocionální a sociální pohodu seniora. Psi velmi upřímným způsobem dokážou člověku opětovat jeho lásku a přátelství. Pes je věrný pomocník, přítel, má na člověka vždycky čas. Pes se dokáže vcítit do situace člověka a prožívat s ním smutek i radost a může člověka rozveselit. Tento vztah je jedinečný svou upřímností, radostí a spontánností. Starý člověk se o psa s láskou stará. Tato péče člověku poskytuje smysl života, zvyšuje sebevědomí a motivuje seniora k častým vycházkám a pravidelnému pobytu na čerstvém vzduchu, což působí jako prevence srdečně cévních chorob, osteoporózy a dalších častých onemocnění ve stáří. Kvalitní vztah mezi starým člověkem a pejskem může zmírnit společenskou izolaci seniora a jeho pocit opuštěnosti. Společenská izolace seniora je nebezpečná, zhoršuje psychický stav člověka (deprese, smutek) a senior je pak náchylnější k nemocem a zvyšuje se i riziko úmrtí. Pes pomáhá k navázání nových sociálních kontaktů, například při vycházkách s pejskem, kdy často dochází ke konverzaci mezi chovateli psů. Dále kontakt se psem zvyšuje pocit spokojenosti a zdraví (Galajdová, 1999, s. 114-116).

Majitel pejska se může se svým pejskem pomazlit, vzájemně se přitulit. Pomáhá to stimulovat zanedbanou potřebu fyzického kontaktu s druhými. Pejsek miluje kontakt se svým pánem, proto se senior nemusí doprošovat, nebo cítit trapně, jako při kontaktu s lidmi. Fyzický kontakt se psem často působí blahodárně proti strachu, úzkosti

a psychickému strádání. Senioři často žijí sami, proto větší pes jako je vlčák zvyšuje pocit bezpečí a jistoty, hlídá majetek a život seniora (Tamtéž, s. 114-116).

Komunikace se psem podporuje udržení společenských dovedností, například neverbální složku komunikace. Kontakt člověka se psem zlepšuje regeneraci organismu. Člověk se rychleji uzdravuje po úrazu, nebo nemoci a pejsek mu pomáhá tyto stavy lépe snášet. Starý člověk může přijít o životního partnera, nebo o blízkého člověka, se kterým byl často v kontaktu. Tato situace velmi ovlivňuje psychický a emoční stav seniora, který se může cítit opuštěný a bez smyslu života. Může se dostavit deprese, úzkost, strach z budoucnosti. Důsledkem všech těchto změn se zvyšuje riziko sociální izolace seniora a sebevražedného jednání. Pejsek, který poskytuje člověku lásku a přátelství, pomáhá člověku překonat pocit opuštěnosti, dává mu ztracený smysl života, pomáhá ve zvládnutí stavu deprese, úzkosti a zlepšuje člověku náladu. Lásku člověka ke svému psu nenásilně motivuje k aktivitě a odpoutává seniora od jeho problémů. Fyzická aktivita, kterou vyžaduje péče o psa a pohled na spící zvíře, slouží jako uspávací prostředek a pomáhá k lepšímu spánku. Starý člověk se může stydět za svůj vzhled, nebo za své zhoršené schopnosti, ale na tyto věci se zvířata nedívají. Pes nerozlišuje mezi mladými, starými, zdravými, nebo nemocnými, miluje a respektuje člověka takového jaký je (Tamtéž, s. 114-116).

(Hartová, 1995 cit. podle Galajdová, 1999, s. 116-117) uvádí následující čtyři oblasti života seniora, na které působí pes:

- Pes jako společník pro staré lidi, kteří často trpí nedostatkem sociálních kontaktů, kvůli ztrátě přátel a členů jejich rodiny, popřípadě sociální izolace v důsledku odchodu ze zaměstnání. Pejsek také pomáhá navazovat nové sociální kontakty a přátelství.
- Pejsek a péče o něj, se stává smyslem života pro lidi, kteří ztratili důležité životní role (profesionální, rodičovské).
- Pes působí proti stresu a poskytuje citovou podporu, která je velmi potřebná při různých životních krizích (ztráta životního partnera), které ohrožují zdraví a život starého člověka.
- Pes slouží jako motivace pro každodenní aktivitu fyzickou psychickou i sociální.

O významu psa svědčí i fakt, že někteří pacienti v nemocnicích se velmi zajímají o stav svých psích miláčků, které zanechali doma. Často si vystavují jejich fotky na nemocničním stolku. Tento fakt může pomoci i lékařům k lepšímu navázání důvěrného vztahu s pacientem. Když má pacient možnost se setkat v nemocnici se svým mazlíčkem, pomáhá mu to ke zlepšení jeho psychického stavu a zrychluje regeneraci. Zvířata mohou mít dobrý vliv i na personál různých zařízení pro seniory. Atmosféra radosti a uvolnění, kterou sebou často zvíře přinese, pomáhá při prevenci syndromu vyhoření u ošetřovatelů a jiných zaměstnanců, kteří jsou se zvířetem v kontaktu. Zvířata také pomáhají při adaptaci seniora na ústavní prostředí. Obyvatelé domovů pro seniory si za přítomnosti zvířat lépe rozumí, zlepšuje se jejich konverzace. Návštěva pejska v domovech pro seniory, nebo dalších zařízeních nabízí smysluplné prožití dne (Galajdová 1999, s. 119-122).

## **4.2 Přínos canisterapie pro seniory**

Jaký přínos má canisterapie pro staré lidi a jak dokáže zlepšit kvalitu jejich života? Na tuto otázku jsem z větší části odpověděl už v předchozí kapitole. Canisterapie využívá blahodárného působení psa na starého člověka (viz kapitola 4.1) a současně canisterapeut koordinuje toto působení (vliv) tak, aby co nejlépe prospěl klientovi ke zlepšení jeho stavu a splnění jeho individuálního cíle. Canisterapeut využívá své zkušenosti, znalosti a dovednosti, různé metody práce s klientem a se psem, které se mohou u jednotlivých klientů lišit. Hodně záleží na tom, v jakém prostředí klient žije (domov pro seniory, jiné zařízení pro seniory, v rodině, sám v bytě), také na jeho zdravotním stavu. Podle těchto kritérií canisterapeut upraví metody a cíle canisterapie. Přínos canisterapie hodně závisí na zkušenostech, dovednostech a znalostech canisterapeuta a také na kvalitách jeho zvířete. V této části se zaměřím na to, jak canisterapie ovlivňuje zdraví a konkrétní oblasti klientova života.

(Hančlová in Velemínský, 2007, s. 137) uvádí tyto cíle canisterapie u seniorů:

- *„Ovlivnění zdravotního stavu klientů*
- *Zvýšení kvality života*
- *Zlepšení adaptace*
- *Zvýšení sebevědomí*
- *Zmírnění stresu*
- *Zlepšení jemné motoriky ruky*
- *Zbavení pocitu osamělosti“*

#### **4.2.1 Vliv canisterapie a psa na fyzický stav seniora**

Galajdová (1999, s. 64) tvrdí, že psychická a sociální stránka seniora ovlivňuje i jeho fyzický stav. Špatný psychický a sociální stav seniora může zapříčinit, nebo se přičinit na vzniku různých nemocí, například žaludečních vředů, vysokého krevního tlaku, ale i nádorových onemocnění aj. Odborníci se shodují na tom, že časté procházky a venčení psa slouží jako prevence srdečně-cévních onemocnění například srdečního infarktu a aterosklerózy. Hlazení a kontakt se psem snižuje krevní tlak, posiluje imunitní systém, podporuje regeneraci organismu a příznivě působí na psychickou, emocionální a sociální pohodu, která nepřímo pomáhá zlepšit i fyzický stav seniora. Pejsek a časté procházky s ním udržují fyzickou kondici a zpomalují stárnutí seniora.

Kontakt člověka se psem probouzí regenerační schopnosti lidského organismu, pomáhá člověku odolávat stresu a snižuje míru smutku, osamocení a celkově zlepšuje psychický stav člověka (Nerandžič, 2006, s. 34). Starý člověk, který trpí stresem, depresí, úzkostí a strachem může mít v důsledku těchto stavů oslabený imunitní systém. Pak je náchylnější k různým onemocněním.

Canisterapie využívá toho, že pes má blahodárný vliv nejen na majitele psa, ale i na všechny lidi, kteří jsou s pejskem v kontaktu. Důležité je, zda člověk, na kterého pejsek působí, má kladný vztah ke psům či nikoli. Čím má člověk vřelejší vztah ke psům a více se jim věnuje, tím stoupá prospěch z canisterapie (Galajdová, 1999, s. 68-70).

(Tichá in Velemínský, 2007, s. 184-185) popisuje několik příkladů oblastí fyzického stavu, na které canisterapie působí:

- „jemná motorika
- hrubá motorika, koordinace pohybu
- zlepšení využívání, manipulace s kompenzačními pomůckami“

#### **4.2.2 Vliv canisterapie a psa na psychický stav seniora**

Když se klient díky canisterapii cítí lépe po fyzické stránce, může se tato skutečnost promítnout i do jeho psychického stavu a tento stav zlepšit. Všechny tyto oblasti zdraví jsou provázané. Když člověka něco bolí, nebo je nemocný, jeho nálada a psychická pohoda značně klesá. Ale tato skutečnost není hlavním přínosem canisterapie na psychické zdraví člověka.

Senior je zatížen mnoha starostmi a problémy, které sebou přináší stáří. Canisterapie pomáhá klientům zapomenout na jejich starosti a pomáhá jim se soustředit na přítomnost. Pejsek jim zlepšuje náladu a mají možnost se s ním pomazlit, což stimuluje jejich emocionální stav. Senioři se více usmívají a je vidět, že mají z návštěvy radost. Často si s pejskem povídají, hladí ho, hrají si s ním. Někteří senioři prožívají pocity radosti a blaha, spojeného s dotekem (hlazením) milého pejska. Pro seniory je dotek a potřeba lásky velmi důležitá obzvláště v ústavech, kde je milého osobního kontaktu málo a někteří klienti citově strádají. Pejsek předává svou lásku, energii, radost ze života těmto starým lidem a tím je obohacuje. Přítomnost pejska snižuje pocit osamělosti, smutku, deprese, úzkosti a strachu (Hančlová in Vlemínský, 2007, s. 137).

Canisterapie se může použít jako motivační prostředek pro trénování krátkodobé či dlouhodobé paměti. Někteří klienti si za přítomnosti pejska vybavují své zážitky z dětství, na které by po čase zapomněli. Také může sloužit pro zlepšení schopnosti soustředění například, když dává starý člověk povely pejskovi. Toto cvičení také zvyšuje sebevědomí starých lidí, kteří vidí, že je pejsek poslouchá a něco se jim daří. Canisterapie napomáhá k udržení komunikačních dovedností. (Galajdová, 2011, s. 99).

(Tichá in Velemínský, 2007, s. 186-191) popisuje několik příkladů oblastí psychického stavu, na které canisterapie působí:

- *„Myšlení*
- *Abstraktní myšlení, fantazie, představivost*
- *Trénování paměti*
- *Řečové dovednosti*
- *Psychosociální podpora*
- *Emočně libé prožitky, pozitivní naladění*
- *Relaxace, zklidnění*
- *Pozornost, soustředění, impulzivita, snížení afektivity, projevů hyperaktivity, snížení změn nálad*
- *Odpoutání od problémů*
- *Opora při odloučení od rodiny*
- *Přijetí takového jaký jsem*
- *Posílení pocitu jistoty a bezpečí*
- *Vlastní aktivita, rozhodování, rozvoj volní sféry*
- *Mírnění negativismu“*

### **4.2.3 Vliv canisterapie a psa na sociální stav seniora**

Canisterapie a pes zmiňuje pocit osamocení při ztrátě blízké osoby a sociálně izolovaným lidem pomáhá v uspokojení základních potřeb lásky, přátelství, doteku a zmiňuje jejich citové strádání. Pes může starému člověku pomoci najít nové přátele, například při venčení pejska, nebo ve spolupráci s canisterapeutem. Senior se více zajímá o svět kolem sebe, než kdyby byl doma sám. Pes nenásilným způsobem seniora aktivizuje a dává mu smysl dne. Senioři mají potřebu být užiteční a pes může přispět k naplnění této potřeby (Galajdová, 1999, s. 113-126).

Canisterapie a chov psů se může stát koníčkem a smyslem života pro seniora. Na výstavách psů, na které s manželkou jezdíme s naším Kavalírem, se často setkáváme se starými lidmi, kteří se o chov psů zajímají. Senior se může zajímat o knihy s tematikou canisterapie či péče o psy. Těmito volnočasovými aktivitami a procházkami se psem

může získávat nové přátele. Pejsek na některé lidi působí jako magnet a následná konverzace je mnohem uvolněnější, než kdyby člověk psa sebou neměl.

Galajdová (1999, s. 117) píše, že v ústavech pro seniory může canisterapie pomoci při sblížení klientů mezi sebou, ale i s personálem. Pomáhá k lepší adaptaci klienta na ústavní zařízení tím, že vytváří přátelštější prostředí. Také může pomáhat snižovat dávky léků na vyrovnání emocionální a psychické pohody. V domovech pro seniory a jiných ústavech pro seniory může canisterapie přispět k motivaci klientů pro společnou činnost a k zájmu o společenskou dění.

Když pejsek přichází do jakéhokoliv zařízení pro seniory, zlepšuje se atmosféra. Staří lidé mají společné téma a vyprávějí svoje zážitky a vzpomínky, rozumí si spolu a vytvářejí se nová přátelství. Často se na canisterapii těší, zpříjemňuje jim zbývající dny jejich života. Jsou lidé, kterým nepřišel nikdo na návštěvu, nebo nemají nikoho, kdo by za nimi přišel, cítí se sami, jsou smutní. Když za nimi přijde pes, který je miluje, zmírní se jejich citové strádání a samota. Pejsek ukojí i jejich potřebu po fyzickém kontaktu a předá jim svoji lásku a energii, člověk se stává šťastnějším, má se znovu na co těšit (Galajdová 2011, s. 31).

(Tichá in Velemínský, 2007, s. 189) popisuje několik příkladů oblastí sociálního stavu, na které canisterapie působí:

- *„Vytržení z izolace, osamění, integrace, zvýšení sebevědomí, sebevědomí, navazování nových vztahů*
- *Zvýšení sociální atraktivity*
- *Spolupráce“*

### **4.3 Možné nežádoucí vlivy canisterapie a psa na seniora**

Zastávám názor, že když jsou dodrženy všechny podmínky, pravidla, zákonné normy, etická a morální pravidla této terapie, měl by být vliv canisterapie na seniora kladný a přínos této terapie by měl převyšovat možná rizika, či nežádoucí vlivy.

Problém může nastat, když tyto normy dodrženy nejsou, popřípadě v zátěžových situacích. Důležité je, aby byl canisterapeutický tým dobře připraven na praktikování

canisterapie (osvědčení umožňující tuto práci, potřebné praktické i teoretické znalosti). Dále je důležité, aby pes byl odpočatý a nebyl zbytečně ve stresu. Stejná situace platí i pro canisterapeuta (Mařhová, 2012, s. 133-135).

Nerandžič (2006, s. 39) uvádí příklad, kdy dvě canisterapeutky nezvládly zátěžovou situaci při práci s klientem a jejich psi tento stav vycítili. Jeden pes začal být agresivní vůči jiným psům a druhý povalil klienta a vrčel na něj. Naštěstí oba psi byli dobře vycvičení a tak se nic zlého nestalo.

Proto je velmi důležité, aby pes byl dobře socializovaný, odolný proti stresu a zátěži, byl zdravý a hlavně měl dobrý vztah k lidem a nebyl nijak agresivní ani bojácný, aby nemohlo dojít ke zranění. Všechny tyto předpoklady psa se posuzují při zkouškách canisterapeutických týmů (Eisertová a Tichá in Velemínský, 2007, s. 68-71).

Někdy může dojít i k náhodnému zranění, například když omylem pes seniora škrábne, nebo jiným náhodám. Tato rizika je nutné snižovat a předcházet jim. Švancarová (2011, s. 37) upozorňuje na možný problém u seniorů, kteří mají slabou kůži. U těchto starých lidí může dojít k snadnějšímu poranění kůže drápkou psa. Tato zranění se mohou u někoho hůře hojit (diabetici, lidé se zhoršeným hojením ran).

Pes musí být zdravý, očkovaný a veterinárně vyšetřený, aby nemohlo dojít k přenosu nemoci ze psa na člověka. Dále se nesmí canisterapie využívat v případě, že by u některého z účastníků canisterapie mohla hrozit újma na zdraví. Například klienti, kteří jsou na psy alergičtí, nebo mají výrazně sníženou imunitu anebo trpí některým onemocněním, které canisterapii vylučuje. U těchto klientů se canisterapie neprovádí. Vhodnost canisterapie u některých klientů musí posoudit lékař, nebo odborník který má potřebné kompetence. S canisterapií musí klient souhlasit, jinak se neprovádí. U starých lidí, kteří mají o canisterapii zájem, ale trpí strachem ze psů, se používají speciální postupy za přítomnosti odborníka, aby došlo ke snížení strachu klienta (Tichá in Velemínský, 2007, s. 77).

U skupinové formy canisterapie je důležité, aby byli všichni klienti zapojeni stejnou měrou, aby nedocházelo k případným hádkám, nebo nevraživosti mezi klienty v důsledku žárlivosti (Tamtéž, s. 81).



U některých klientů může canisterapie vyvolat smutné vzpomínky na vlastní domácí miláčky, kteří jim zemřeli, nebo o ně přišli, v důsledku přechodu z domácího do ústavního prostředí, popřípadě při ztrátě schopnosti o zvíře se postarat. U pacientů s demencí, lidí s poškozeným mozkiem či u psychiatrických pacientů je důležité hlídat klienta, ale i pejska, aby se předešlo možným problémům a zraněním pejska, nebo klienta způsobených nevhodným chováním k pejskovi.

## **5. Výzkum canisterapie se seniory v praxi**

### **5.1 Úvod výzkumu**

Pro tuto praktickou část jsem zvolil kvalitativní výzkum. Výzkum probíhal v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích a jedné domácnosti. Tento typ výzkumu se nejlépe hodil pro ověření cíle mé práce a důvody proč, uvádím v oddíle 5.3 metody výzkumu.

### **5.2 Cíl a předmět výzkumu**

Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit, jaký přínos má canisterapie pro seniory, kteří se účastnili mého výzkumu, jak zlepšuje kvalitu jejich života. Na základě tohoto cíle jsem formuloval hlavní výzkumnou otázku:

„Jaký přínos má canisterapie pro seniory a jakým způsobem zlepšuje kvalitu jejich života?“

Dílní výzkumné otázky, které vycházejí z hlavní výzkumné otázky:

Dochází ke zlepšení fyzického, psychického, sociálního stavu u zkoumaných jedinců? Jaký je hlavní přínos canisterapie u klientů, kteří se účastnili mého výzkumu?

### **5.3 Metody výzkumu**

Pro svou práci jsem zvolil kvalitativní výzkum. Sběr dat jsem provedl formou polostrukturovaného rozhovoru s předem vybranými respondenty. Tento typ výzkumu dává starému člověku mnohem větší svobodu ve vyjádření jeho pocitů.

## **Výběr výzkumného souboru**

Pro výběr seniorů do mého výzkumu jsem zvolil několik podmínek, tak, aby byl co nejlépe splněn cíl mého výzkumu.

- senior se pravidelně účastní canisterapie
- rozumí výzkumným otázkám a je schopen na ně konstruktivně odpovídat
- netrpí žádným psychickým onemocněním či demencí

Chtěl jsem vybrat alespoň pět seniorů, kteří splňují všechny výše uvedené podmínky.

## **Sběr dat**

Se sociálním pracovníkem Domova pro seniory Máj v Českých Budějovicích panem Mgr. Jaroslavem Plášilem jsem se dohodl na spolupráci při výzkumu. Pan Plášil mi při výzkumu významně pomáhal, zajistil mi seznam vhodných klientů, kteří splňovali mé požadavky zmíněné v části „výběr výzkumného souboru“. Ergoterapeutka tohoto zařízení mě pak zavedla na pokoje klientů a vysvětlila důvod mé návštěvy. První jsem seniora seznámil s mým výzkumem a získal jejich souhlas s výzkumem. Řekl jsem jim, že výzkum je zcela anonymní, a pokud nechtějí na některou otázku odpovídat, nemusí. Poté jsem se snažil co nejsrozumitelnějším způsobem pokládat jednotlivé otázky a odpovědi jsem si zaznamenával do bloku. Seznam pokládaných otázek a osnova rozhovoru jsou součástí této práce v oddíle přílohy. Byl jsem mile překvapen, senioři byli velmi ochotní a rádi mi odpověděli na všechny otázky. Výzkum proběhl bez problémů a s některými starými lidmi jsem si pěkně popovídal. Na závěr jsem seniorům poděkoval a vyzdvihl přínos jejich pomoci pro mou práci. Čtyři senioři byli z Domova pro seniory Máj a jedna seniorka z domácího prostředí.

## **5.4 Výsledková část**

### **Klient č. 1**

První klientka byla žena ve věku 88 let. Žije v domově pro seniory. Klientka byla na invalidním vozíku, na pokoji měla jednu spolubydlící, se kterou si rozuměla. Tato paní byla ochotná a odpověděla mi na všechny otázky. Z našeho rozhovoru vyplynulo, že po zdravotní stránce se klientka cítí normálně, akorát jí trápí šedý zákal. Klientka má neutrální vztah ke zvířatům a přítomnost zvířat jí nevadí. Jejím nejoblíbenějším

zvířetem je kočka. Klientka uvedla, že psi jí nevadí, že je na ně zvyklá. Raději má psy malé, střední a líbí se jí motýlí pes. Seniorka nikdy nechovala žádné zvíře. Canisterapeutka s pejskem ji navštěvuje jednou za čtrnáct dní a rozumí si spolu. Pejsek je na klientku hodný. Seniorka pejska ráda hladí a krmí. Někdy se této staré paní návštěvy líbí a jsou pro ni příjemné, jindy trochu méně, ale celkově je spokojená. Na průběhu canisterapie nic měnit nechce. Také jí vyhovuje frekvence canisterapie jednou za čtrnáct dní. Tato klientka uvedla, že canisterapie nemá vliv na její fyzický stav, ale zlepšuje jí náladu. Někdy se jí nálada zlepší více, jindy méně. Také uvádí, že nepozoruje žádné zlepšení paměti, pozornosti a soustředění. Klientka uvedla mírné zlepšení sociálních vztahů. Někdy si povídá o pejskovi se spolubydlící, také často konverzuje s canisterapeutkou. Jako hlavní osobní přínos canisterapie uvedla: *„Je to příjemná změna. Většinou sedím dlouho za stolem a pejsek mě rozptýlí. Je to takové zpestření dne.“*

## **Klient č. 2**

Druhým klientem je muž ve věku 69 let a je ubytován v domově pro seniory. Klient byl na invalidním vozíku, kvůli mozkové mrtvici. Tento pán byl ochotný a odpověděl mi na všechny otázky. Z našeho rozhovoru vyplynulo, že po zdravotní stránce se necítí úplně dobře, prodělal mozkovou mrtvici a má ochrnutou levou stranu těla. Klient má zvířata rád, také sleduje pořady o zvířatech v televizi. Jeho nejoblíbenějším zvířetem jsou akvarijní rybičky. Senior má dobrý vztah ke psům, ale někdy z nich má trochu strach. Tento strach pochází z minulosti, kdy na něj zaútočil zlý pes. Z toho důvodu má raději psy malé. V minulosti choval akvarijní rybičky, které si oblíbil a rád je pozoroval. Canisterapeutka s pejskem ho navštěvuje jednou za měsíc. Rád si s terapeutkou povídá, protože je milá a rozumí si spolu, také proto, že jeho spolubydlící moc nemluví a nemůže si s ním povídat. Pejsek se klientovi líbí a má ho rád. Klient dává pejskovi různé povely a odměňuje ho pamlsky, také pejska rád hladí. Návštěvy psa se tomuto pánovi líbí, je spokojený a na průběhu canisterapie nic měnit nepotřebuje. Klient uvedl, že by mu nevadilo, kdyby byla tato terapie častěji. Senior vypověděl, že canisterapie nemá vliv na jeho fyzický stav. Zlepšení v pohyblivosti mu přináší rehabilitace u jiných terapií. Canisterapie tomuto klientovi zlepšuje náladu a často se těší na další návštěvu. Také uvádí, že nepozoruje žádné zlepšení paměti, pozornosti a soustředění. Klient uvedl mírné zlepšení sociálních vztahů. Může si popovídat s canisterapeutkou a uvedl, že

pejsci jsou vděčné téma pro hovor s kýmkoli. Jako hlavní osobní přínos canisterapie uvedl: *„Hlavní přínos vidím ve zlepšení nálady a možnosti pro přátelský rozhovor, také příjemně strávený čas.“*

### **Klient č. 3**

Třetí klientkou je žena ve věku 90 let, je ubytována v domově pro seniory. Tato paní byla ochotná a odpověděla mi na všechny otázky. Z našeho rozhovoru vyplynulo, že po zdravotní stránce se klientka cítí přiměřeně ke svému věku, špatně chodí. Klientka má zvířata velmi ráda a vždy k nim měla dobrý vztah. Jejím nejoblíbenějším zvířetem jsou psi a kočky. Tato paní má velmi dobrý vztah ke psům. Její rodiče chovali psa a ten jí přirostl k srdci. Klientka má ráda psy všech velikostí. Osobně chovala jen morče. Canisterapeutka s pejskem jí navštěvuje jednou za měsíc a rozumí si spolu. Seniorka s ní ráda konverzuje a vycházejí spolu velmi dobře. Pejsek se klientce líbí, také uvedla, že pejsek má dobrou povahu. Klientka nejčastěji pejska hladí, dává mu dobroty a povídá si s terapeutkou. Návštěvy psa se jí líbí, je spokojená s průběhem canisterapie. Klientka uvedla, že četnost canisterapie jednou měsíčně jí vyhovuje, pouze když se necítí dobře, tak se canisterapie zruší. Klientka vypověděla, že na její fyzický stav canisterapie nemá vliv, že ruce a prsty si procvičí hlavně na ergoterapii. Canisterapie této klientce pomáhá zlepšit náladu a její psychický stav. Také uvádí, že nepozoruje žádné zlepšení paměti, pozornosti a soustředění. Klientka řekla, že canisterapie nemohla zlepšit její sociální vztahy, protože je na pokoji sama a mimo pokoj nechodí. Jako hlavní osobní přínos canisterapie uvedla: *„Hlazení pejska a jeho přítomnost mě uklidňuje, také člověk zavzpomíná na mládí.“*

### **Klient č. 4**

Čtvrtým seniorem ve výzkumu byla žena ve věku 81 let. Klientka bývala učitelka. Dnes žije v domově pro seniory s jednou spolubydlící. Tato paní byla ochotná a odpověděla na všechny otázky. Z našeho rozhovoru vyplynulo, že po zdravotní stránce se klientka cítí relativně dobře, nic jí zvláště nebolí, akorát se jí špatně chodí. Klientka má zvířata ráda, dříve chodila do přírody a pozorovala volně žijící zvěř. Jejím nejoblíbenějším zvířetem jsou psi a kočky, ale více psi než kočky. Klientka má ráda menší psy, protože je menší postavy a velkého psa by se trochu bála. V minulosti měla kočky, králíky a slepice. Canisterapeutka s pejskem jí navštěvuje jednou za měsíc a rozumí si spolu.

Ráda si s terapeutkou povídá a vycházejí spolu velmi dobře. Pejsek se klientce líbí. Klientka pejska nejčastěji hladí, češe, dává mu povely, hází mu míček a odměňuje ho. Návštěvy psa se jí líbí. S průběhem canisterapie je spokojená, někdy by ráda šla s pejskem ven, ale nemůže kvůli špatné mobilitě. Klientka uvedla, že četnost canisterapie jednou měsíčně jí vyhovuje, ale nevdala by jí i častěji. Na rozdíl od předchozích klientů, tato klientka vypověděla, že jemnou motoriku a soustředění si procvičí při česání pejska, kdy se musí soustředit, aby pejska zbytečně netahala, ale i při udílení povelů pejskovi a házení aportu. Canisterapie této klientce pomáhá zlepšit náladu a její psychický stav. Klientka řekla, že canisterapie zlepšuje její sociální vztahy. Po návštěvě pejska si má o čem povídat se svou spolubydlící a dalšími přáteli. Jako hlavní osobní přínos canisterapie uvedla: *„Je to vítaná změna, která mi dělá radost. Mám možnost si popovídat a na chvíli se starat o pejska.“*

## **Klient č. 5**

Posledním respondentem ve výzkumu byla paní ve věku 89 let. Tato stará paní žije se svou dcerou a vnukem v rodinném domě. Její dcera se o ni stará. Celý život pracovala jako učitelka a později jako ředitelka v mateřské škole. Tato paní byla ochotná a odpověděla na všechny otázky. Z našeho rozhovoru vyplynulo, že po zdravotní stránce se klientka cítí relativně dobře, může stále chodit, ale někdy spadne a pak nemůže vstát. Klientka má ráda skoro všechna zvířata. Jejím nejoblíbenějším zvířetem je pes a kůň. Klientka má ráda menší psy. V minulosti žila se svou rodinou ve mlýně, kde měla velké množství hospodářských zvířat, například psa, koně, krávy, prasata, ovce, kozy, králíky, drůbež a další zvířata. Později, když byl jejich mlýn zatopen Orlickou přehradou, chovala už jen králíky a její manžel byl včelař. Canisterapeutka s pejskem jí navštěvuje jednou za měsíc a rozumí si spolu. Ráda si s terapeutkou povídá a vycházejí spolu velmi dobře, po canisterapii si dopřejí šálek čaje a rozmlouvají, co je nového. Pejsek se klientce líbí, je velmi šikovný, umí klasické povely, ale i různé zábavné triky, jako je plazení, válení sudů, skákání přes překážky, aportování. Klientka pejska nejčastěji hladí, dává mu povely, chodí s ním na zahradu a hází mu míček. Za splněné povely ho odměňuje. Návštěvy psa se jí líbí. S průběhem canisterapie je spokojená. Klientka uvedla, že četnost canisterapie jednou měsíčně jí vyhovuje, ale nevdala by jí i častěji. Klientka tvrdí, že canisterapie nemá vliv na její fyzický stav, ani na schopnost soustředění či trénování paměti. Canisterapie této klientce pomáhá zlepšit

náladu a její psychický stav. Klientka řekla, že canisterapie trochu zlepšuje její sociální vztahy se sousedy a její dcerou tím, že má nové zážitky, o které se může podělit. Jako hlavní osobní přínos canisterapie uvedla: „*Kontakt se zvířetem a milým člověkem mi přináší radost. Společně se zasmějeme a popovídáme si. Trochu to ve mně vyvolává i pěkné vzpomínky na mládí, kdy jsem si také se psem hrála.*“

## **6. Shrnutí výsledků a diskuze**

### **Shrnutí klient č. 1:**

Vztah klienta ke psům: neutrální

Četnost canisterapie: dvakrát za měsíc

Spokojenost seniora s canisterapií: spokojená

Podpora hrubé motoriky: ne

Podpora jemné motoriky: ne

Zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody: ano

Podpora soustředění: ne

Podpora paměti: ne

Podpora sociálních vztahů: mírná

Hlavní subjektivní přínos: zpestření dne, zlepšení aktuální nálady

### **Shrnutí klient č. 2:**

Vztah klienta ke psům: dobrý

Četnost canisterapie: jednou za měsíc

Spokojenost seniora s canisterapií: spokojený

Podpora hrubé motoriky: ne

Podpora jemné motoriky: ne

Zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody: ano

Podpora soustředění: ne

Podpora paměti: ne

Podpora sociálních vztahů: mírná

Hlavní subjektivní přínos: příjemně strávený čas, možnost komunikace, zlepšení aktuální nálady

### **Shrnutí klient č. 3:**

Vztah klienta ke psům: velmi dobrý

Četnost canisterapie: jednou za měsíc

Spokojenost seniora s canisterapií: spokojený

Podpora hrubé motoriky: ne

Podpora jemné motoriky: ne

Zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody: ano

Podpora soustředění: ne

Podpora paměti: ne

Podpora sociálních vztahů: ne

Hlavní subjektivní přínos: uklidnění a vzpomínky

### **Shrnutí klient č. 4:**

Vztah klienta ke psům: velmi dobrý

Četnost canisterapie: jednou za měsíc

Spokojenost seniora s canisterapií: spokojený

Podpora hrubé motoriky: ne

Podpora jemné motoriky: mírná

Zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody: ano

Podpora soustředění: ano

Podpora paměti: ne

Podpora sociálních vztahů: mírná

Hlavní subjektivní přínos: zlepšení aktuální nálady, možnost pro komunikaci, možnost se starat o zvíře

#### **Shrnutí klient č. 5:**

Vztah klienta ke psům: velmi dobrý

Četnost canisterapie: jednou za měsíc

Spokojenost seniora s canisterapií: spokojený

Podpora hrubé motoriky: ne

Podpora jemné motoriky: ne

Zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody: ano

Podpora soustředění: ne

Podpora paměti: ne

Podpora sociálních vztahů: mírná

Hlavní subjektivní přínos: radost, možnost komunikace, vzpomínky



Výsledky výzkumu zcela nekorespondují s možnostmi uvedenými v teoretické části. Příčinou může být to, že u některých klientů nebyly použity techniky pro procvičení daných oblastí a používaly se pouze techniky pro zlepšení psychického stavu, také malá frekvence canisterapeutických sezení. Jednou, popřípadě i dvakrát za měsíc se mi jeví málo. Dále je důležitá i délka těchto sezení a obecný vztah seniora ke psům.

Z předchozí kapitoly „4. Vliv canisterapie na seniory“ je patrné, že uplatnění canisterapie je značně široké. Záleží na zvolené metodě canisterapie a její formě. V domově pro seniory, ve kterém výzkum probíhal, ale i v domácnosti klientky č. 5 se používala metoda AAA (Animal Assisted Activities), která má na seniory specifický vliv. U všech klientů probíhala individuální formou a lišila se pouze použitými technikami a rozdílným canisterapeutickým týmem. Na základě této použité metody a formy jsem zvolil několik oblastí klientova života, na které by tato metoda canisterapie mohla působit. První a zásadní informace o kterou jsem se zajímal, byl vztah klienta k psům. Vycházel jsem z předpokladu Galajdové (1999, s. 70), která uvádí, že čím má klient vřelejší vztah ke psům, tím pro něj stoupá prospěch z canisterapie, dále je důležitá četnost a kvalita canisterapie.

Všichni senioři (kromě jednoho), kteří se účastnili mého výzkumu, uvedli, že mají dobrý vztah ke psům. Pouze klientka č. 1 uvedla, že její vztah ke psům je neutrální. Podle odpovědí této klienty soudím, že kladný přínos canisterapie je u této osoby nejmenší. Dokonce i přes fakt, že patří mezi klienty, u kterých se provozuje canisterapie dvakrát za měsíc (ne jednou). Což podporuje tvrzení Galajdové. Rozdíl ale není nijak markantní. Naopak klientka č. 4, která uvádí, že pes je její nejoblíbenější zvíře, má podle mého názoru největší přínos z canisterapie. Ne z hlediska intenzity prožitku (nelze dobře změřit), ale z hlediska počtu ovlivněných oblastí. Tato klientka jako jediná uvádí i podporu v oblasti jemné motoriky a soustředění. Četnost terapie u této klienty je jednou za měsíc (nižší). Tento výsledek může být ovlivněn i mnoha dalšími faktory jako je zkušenější canisterapeutický tým, jiné použité techniky (například česání pejska), delší canisterapeutické sezení.

Autoři se shodují na tom, že canisterapie může sloužit jako motivace a prostředek k procvičování hrubé a jemné motoriky a napomáhat k udržení jejího dobrého stavu (Velemínský, 2007; Galajdová, 1999).

Zlepšení a podporu v oblasti hrubé motoriky neuvádí žádný z respondentů. Tato situace má několik možných příčin. Například to, že nebyly použity techniky, které mají tento stav navodit, popřípadě malá četnost canisterapeutických sezení.

Mírné zlepšení jemné motoriky uvádí klientka č. 4, která pozoruje procvičení prstů při česání a hlazení pejska. Dále jako jediná uvádí také podporu soustředění, kdy uvádí, že trénuje soustředění při česání pejska a při udílení povelů pejskovi. Klientka č. 3 zase uvedla, že ruce si nejlépe procvičí na ergoterapii, která je na tuto oblast přímo zaměřená.

Podporu paměti neuvedl ani jeden z respondentů. Myslím si, že klienti, kteří cvičí s pejskem povely, by mohli procvičit oblast krátkodobé i střednědobé paměti při použití vhodné techniky a většího množství canisterapeutických sezení. Dva klienti uvedli, že pejsek jim navozuje vzpomínky z dětství, což může trochu podpořit dlouhodobou paměť klienta.

V oblasti podpory sociálních vztahů a komunikace většina respondentů uvedla, že jim tato terapie mírně zlepšuje sociální vztahy. Mají možnost si popovídat s terapeutem a pejsek je vhodné téma pro konverzaci i s ostatními klienty domova. Tato oblast sociálních vztahů by se dala podpořit skupinovou canisterapií. Nepřítomnost této formy canisterapie mohla ovlivnit mé výsledky.

Celkově největší přínos canisterapie byl v mém výzkumu zjištěn v oblasti zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody. V této oblasti se všichni respondenti shodli na znatelném zlepšení. Zlepšení psychického a emocionálního stavu klientů popisují i další výzkumy a autoři zabývající se touto problematikou. Například Kalinová (2003, s. 112) uvádí „*podporu psychosociálního zdraví*“ a (Tichá in Velemínský, 2007, s. 187) zmiňuje „*Emočně libé prožitky, pozitivní naladění*“ jako součást kontaktu člověka se psem.

## Závěr

V této práci jsem se snažil shrnout přínos canisterapie pro seniory. Jak může canisterapie a kontakt se psem zlepšovat kvalitu života u této cílové skupiny. Tento cíl jsem se snažil naplnit v kapitole „4. Vliv canisterapie na seniory“. Toto téma je tak obsáhlé, že nelze zcela vyčerpat v rozsahu stran bakalářské práce, proto jsem v kapitole „4. Vliv canisterapie na seniory“ uvedl jenom to nejpodstatnější.

Výsledky mého výzkumu potvrzují znatelné zlepšení aktuální nálady, psychické a emocionální pohody všech seniorů, kteří se účastnili mého výzkumu. Mírné zlepšení bylo zaznamenáno i v oblasti sociálních vztahů a komunikace. Zlepšení sociálních vztahů by mohlo být výraznější, kdyby byla použita skupinová forma canisterapie. V ostatních oblastech nebyl zaznamenán větší přínos. Tuto skutečnost připisuji malé četnosti canisterapeutických sezení a tomu, že u některých klientů byly použity pouze techniky na zlepšení psychického stavu.

Jsem rád, že jsem mohl psát svou bakalářskou práci právě na toto téma. Canisterapie je velice zajímavý obor z hlediska sociální práce i z hlediska chovatele psů. Dá se využít u většiny cílových skupin, o které se zajímá sociální práce. Pes pomáhá k navazování přátelství a důvěry mezi klientem a canisterapeutem. Z tohoto hlediska by bylo zajímavé kombinovat sociální práci s určitou cílovou skupinou, za použití psa, jako pomocníka k navázání přátelského vztahu mezi klientem a sociálním pracovníkem. Důvěra a dobrý vztah mezi klientem a sociálním pracovníkem je v sociální práci zásadní. Časem bych chtěl získat osvědčení pro canisterapii se svým psem. A pokud se mi podaří dokončit mé studium, rád si vyzkouším kombinaci sociální práce a canisterapie. Myslím si, že canisterapie je pro seniory prospěšná a ve většině domovů by měla být příležitost k setkání s milým zvířetem. Vývoj canisterapie jde stále dopředu, používá se u více lidí, vznikají nové techniky a situace se stále zlepšuje. Je možné, že za pár let bude canisterapie v každém domově pro seniory a též bude více canisterapeutických týmů. Tyto týmy pokryjí větší množství seniorů a na každého klienta pak bude více času.

## Seznam použitých zdrojů

EISERTOVÁ, J. in VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

EISERTOVÁ, J. a V. TICHÁ in VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

FREEMAN, M. in VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

GALAJDOVÁ, L. (1999). *Pes lékařem lidské duše aneb Canisterapie*. Praha: Grada. Strom života. ISBN 80-7169-789-3.

GALAJDOVÁ, L. a Z. GALAJDOVÁ (2011). *Canisterapie: pes lékařem lidské duše*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-879-1.

HARE, B. a kol. (2002). *The domestication of social cognition in dogs*. Science 298.

HANČLOVÁ, S. in VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

KALINOVÁ, V. (2003). *Systém vzdělávání v oblasti canisterapie*. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta.

LANGMEIER, J. a D. KREJČÍŘOVÁ (2006). *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MOJŽÍŠOVÁ, A., LACINOVÁ, J., ŠEMBEROVÁ, J. aj. (2000). *Model canisterapie*. Kontakt. roč. II, č. 4, ISSN 1212-4117.

MAŤHOVÁ, L. (2012). *Canisterapie u seniorů s demencí*. Psychiatrie pro praxi. 13(3), s. 133-135. ISSN 1803-5272. Dostupné na:

<http://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2012/03/10.pdf>

NERANDŽIČ, Z. (2006). *Animoterapie, aneb, Jak nás zvířata léčí: praktický průvodce pro veřejnost, pedagogy i pracovníky zdravotnických zařízení a sociálních ústavů*. Praha: Albatros. Albatros Plus. ISBN 80-00-01809-8.

ODENDAAL, J. (2007). *Zvířata a naše mentální zdraví: proč, co a jak*. Praha: Ve spolupráci s Českou zemědělskou univerzitou v Praze vydalo nakl. Brázda. ISBN 978-80-209-0356-3.

STUART-HAMILTON, I. (1999). *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.

ŠVANCAROVÁ, M. (2011). *Význam canisterapie pro klienty domovu pro seniory*. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně, Lékařská fakulta.

THORSON, J. A. a R. E. DAVIS (2000). *Relocation of the institutionalized aged*. Journal of Clinical Psychology, 56.

TOŠNEROVÁ, T. (2002). *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha: Ambulance pro poruchy paměti. ISBN 80-238-9506-0.

TICHÁ, V. in VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

VYMĚTAL, J. (2003). *Lékařská psychologie*. 3. aktualizované vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-740-x.

VÁGNEROVÁ, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1318-5.

VELEMÍNSKÝ, M. a kol. (2007). *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona. ISBN 978-80-7322-109-6.

# Seznam příloh

## I. Osnova rozhovoru pro výzkum

### Přílohy

#### I. Osnova rozhovoru pro výzkum:

Dobrý den, jmenuji se Marcel Štefek a jsem studentem oboru Sociální a charitativní práce na Teologické fakultě Jihočeské univerzity. Pracuji na své závěrečné bakalářské práci na téma: Vliv canisterapie na seniory. Pokud budete souhlasit, rád bych se vás zeptal na několik otázek. Vaše odpovědi na otázky použiju ve své bakalářské práci a pro tuto práci budou velkým přínosem. Ujišťuji vás, že tento rozhovor bude anonymní a nikde neuvedu vaše jméno. Když se vám nebude chtít odpovídat na některou z otázek, stačí říct a budeme pokračovat jinou otázkou.

Pohlaví:

Věk:

Jak se cítíte po zdravotní stránce?

Jaký máte vztah ke zvířatům?

Vaše nejoblíbenější zvíře?

Máte rád/a psy?

Měl/a jste někdy domácí zvíře?

Kolikrát měsíčně vás navštíví terapeut či dobrovolník s pejskem?

Líbí se vám tyto návštěvy?

Jak si rozumíte s canisterapeutem, či dobrovolníkem, který přijde s pejskem?

Jaký máte vztah k pejskovi, který je na terapii?

Máte radši většího, či menšího pejska?

Jaké činnosti máte při canisterapii nejraději?

Chtěl/a byste něco změnit, či zlepšit při canisterapii?

Privítal/a byste tuto terapii častěji?

Pozorujete po těchto návštěvách nějaké zlepšení vašeho fyzického stavu? Například lepší chůzi, lepší pohyblivost rukou, či prstů. Lepší cit v prstech? Uvolnění svalstva?

Pomáhá vám setkání s pejskem k vaší lepší náladě, psychické pohodě, či relaxaci?

Rozesmál vás někdy pejsek?

Pomáhají vám tyto činnosti s pejskem ke zlepšení soustředění, paměti, vaší pozornosti?

Myslíte si, že díky této terapii jste získal/a nové přátele, či máte nové zážitky, o které se můžete podělit s druhými?

Jaký je pro vás největší přínos této terapie?

Velice vám děkuji za vaši ochotu a čas, který jste mi věnoval/a. Hodně to pro mě znamená. Děkuji vám a přeji vám hezký den.

# Abstrakt

ŠTEFEK, M. *Vliv canisterapie na seniory*. České Budějovice 2017. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra etiky, psychologie a charitativní práce. Vedoucí práce J. Mišovič.

**Klíčová slova:** canisterapie, senior, pes

Cílem této bakalářské práce je shrnout přínos canisterapie pro seniory. Jak může canisterapie a kontakt se psem zlepšovat kvalitu života u této cílové skupiny. Jakým způsobem zlepšuje fyzickou, psychickou, sociální oblast života starého člověka. První kapitoly práce se zabývají stářím a stárnutím. S jakými změnami a problémy se senioři potýkají a jaké potřeby mají v tomto vývojovém období. Další část je věnována canisterapii. Co je to canisterapie, jaké se používají metody a formy, kde se canisterapie využívá. Dále se zabývá canisterapeutickým týmem a průběhem canisterapie. Jádro této práce tvoří kapitola: Vliv canisterapie na seniory. Tato část se zabývá přínosem canisterapie pro seniora. Také tím, jak canisterapie a kontakt se psem ovlivňuje život starého člověka. Součástí této práce je i kvalitativní výzkum se starými lidmi, kteří se účastnili canisterapie. Výzkum zkoumal přínos canisterapie pro tyto seniory. Celkově největší přínos byl zaznamenán v oblasti zlepšení aktuální nálady, psychické a emociální pohody. V této oblasti se všichni respondenti shodnuli na znatelném zlepšení. Mírné zlepšení bylo zaznamenáno i v oblasti sociálních vztahů.



# Abstract

## **Influence of canistherapy on the elderly**

**Key words:** canistherapy, elderly people, dog

The aim of this Bachelor's thesis is to summarize the assets of canistherapy for the elderly. How the canistherapy and contact with a dog can to improve the quality of life for this target group. How it improves the physical, psychological, social life of the elderly people. The first chapters of this thesis deal with old age and ageing process. What changes and difficulties facing seniors and what needs they have in this developmental period. Next section is dedicated to the canistherapy. What is a canistherapy, what methods and forms are used and where is the canistherapy used? Furthermore it deals with the canistherapeutic team and the course of canistherapy. The core of this thesis is a chapter: Influence of canistherapy on the elderly. This section examines the assets of canistherapy for the ederly. Also it deals with how the canistherapy and contact with a dog affects the life of the elderly people. One part of this thesis is a qualitative research with the elderly, who participated in canistherapy. The research examined the assets of canistherapie for these seniors. In general, the greatest asset was seen in improving their mood, mental and emotional well-being. All respondents here concurred on a noticeable improvement. An slight improvement was also noted in social relations.