



# Zahradní terapie jako součást ergoterapie

# zahradní terapie – ergoterapie - psychiatrie

Zakladatelé:

- Philippe Pinel, Benjamin Rush 18 stol.  
morální léčba a zaměstnávání
- Friends hospital ve Filadelfii 1817, York Retreat  
1796

*„rýpání se v zemi je lék“*

B. Rush 1768



# historie

Převážně zahradnické a zemědělské činnosti v rámci pečovatelských zařízení.

Prožitky z přírody a aktivity v zahradě nebo na poli zmírňovaly projevy onemocnění a pozitivně působily na mentální schopnosti pacientů, napomáhaly ekonomické nezávislosti zařízení.

Činnosti nebyly využívány cíleně terapeuticky.



# současnost

V dnešní době je využití zahradnických aktivit v ergoterapii přidanou terapeutickou hodnotou, která nenásilnou formou podporuje fyzickou i mentální kapacitu klientů s různými typy hendikepu.

- terapie funkční
- cílená na potřeby konkrétního pacienta
- v ideálním případě indikovaná lékařem



# pro koho je zahradní terapie určena

Zahradní terapie je vhodná pro lidi různého:

- věku
- pohlaví
- původu i schopností
- zdravých i nemocných

Jejich potřeby následně určují přístupnost  
a vybavenost zahrady



# možnosti terapeutických zahrad

- smyslové zahrady
- hmatově stimulační stezky
- zahrady pro pacienty s onemocněním demence
- zahrady pro nevidomé
- bezbariérové zahrady a další.



# terapeutická zahrada ostrov Mainau u Bodamského jezera



# mobilní zahrada HELIOS klinik Holthausen v Hattingenu





# oblasti ergoterapie, kde mohou působit zahradnické aktivity jako podpora

- sebeobsluha
- volný čas a hra
- práce (produktivita)
- sociální vztahy



# sebeobsluha - ADL

- obléct se přiměřeně ve vztahu k počasí
- orientovat se a pohybovat v prostoru zahrady
- schopnost rozhodovat se a zapojit se do aktivity
- zpracování produktů zahrady (sběr bylin a jejich další využití – medy, šťávy, čaje...zeleniny – grilování, saláty, jedlé květy)
- připravit a nalít si např. čaj, jídlo
- trénink cestování MHD (zahradnické výstavy, výlety do přírody mimo areál nemocnice)



# zpracování produktů zahrady



# rituál čaje na konci terapie - uzavírání



# cestování, výstavy, výlety





# zahradně terapeutické prvky pro pacienty s jiným typem mobility







# vyvýšené záhony





# ergoterapií v zahradě lze podpořit...

- svalovou sílu
- zlepšit rozsah pohybu
- úchopy, rovnováhu, vytrvalost, koordinaci
- ergonomie v zahradě

*Svalová aktivita umožní lepší vnímání  
vlastního těla a pozitivně ovlivní náladu.*







# podpora senzoriiky

- vůně
- barvy
- tvary
- zvuky
- textura
- teplota
- chuť

Kontakt s realitou v souvislosti se změnami v přírodě









# hra a volný čas

- vychází z osobnostního zaměření, popř. biografie člověka
- někteří lidé hledají na zahradě aktivity, jiní naopak rádi relaxují
- vhodné jsou aktivity zaměřené na prožitek, které mají pro pacienty význam a smysl.



# herní prvky na Psychiatrické klinice FN Brno





# zahradní „člověče, nezlob se“ a zahradní šachy na PK FNB



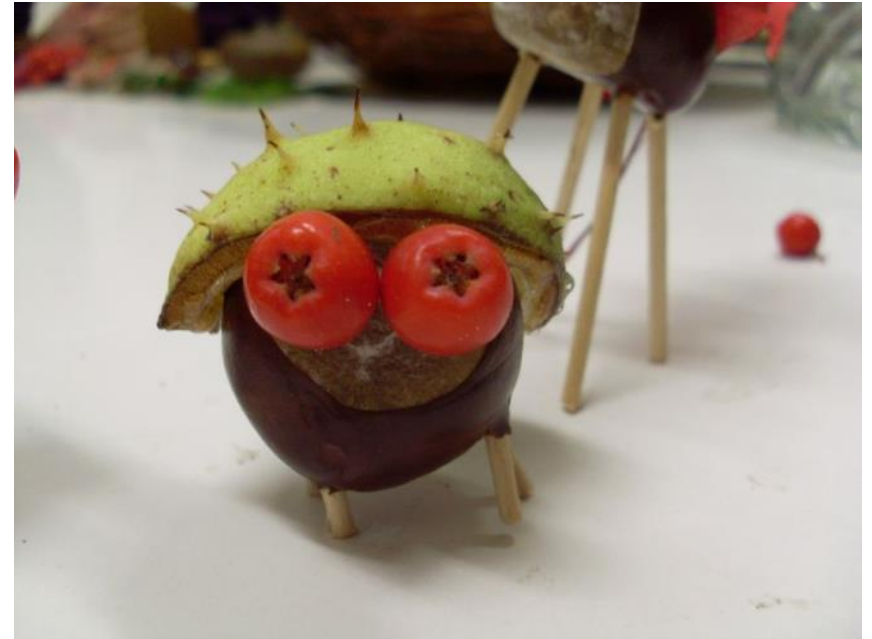


# zahrada jako prostor pro kreativitu

- happeningy
- land art, artefakty v zahradě
- focení
- oslavy
- rituály



# oslavy podzimu



# happeningy







# land art – artefakty v zahradě







# práce

Zahrada umožní pacientům vyzkoušet si v bezpečném a podpůrném prostředí pracovní potenciál, vytrvalost a soustředění na aktivitu – zjištění vlastních zdrojů a limitů.

Ergoterapeut doporučuje vhodné pracovní polohy, střídání aktivit, ergonomické nářadí, popř. kompenzační pomůcky.





odpočinek...







# sociální vztahy

Interakce účastníků skupinové zahradní terapie podporuje trénink spolupráce, verbální i neverbální komunikaci, přizpůsobení se, empatii a sdílení.

Zahrada nabízí intimní prostor pro setkávání se s rodinnými příslušníky.





Aktivity s přírodním materiálem pomáhají překonat komunikační bariéry – pacienti si na základě identifikace potřeb rostlin lépe uvědomí své vlastní potřeby. Přebírání zodpovědnosti.

( nezaliješ kytku-uschne)







Zahrada jako terapeutické médium nabízí možnost klidu, vzpomínání, potkávání, učení se, fantazie, pozorování a překvapení (...že něco vyrostete...)

Využití prvků zahradní terapie v ergoterapii (nebo naopak) a spolupráce terapeutů obou profesí přináší nové možnosti podpory v péči o pacienty (klienty) se specifickými potřebami.

