

Canisterapie u

Senioři jsou jednou z nejčastějších cílových skupin při poskytování canisterapie. Ať jde o domovy seniorů, domovy se zvláštním režimem nebo třeba LDN, všude může canisterapeutický pes proměnit atmosféru a přinést spoustu lásky a motivace k životu. Je možné ho využít i při rehabilitaci, reminiscenční terapii apod. Canisterapeutické aktivity mohou probíhat jako hromadné i individuální, v zařízení na pokojích, kulturních místnostech, chodbách nebo i venku na zahradě. Každá z těchto forem má svá pozitiva i svá úskalí.

■ **Text a foto: Renata Hasilová,**
canisterapeutka

➤ Individuální canisterapie

Cílená práce s konkrétním klientem může probíhat v různých rovinách. Jako první chci zmínit možnost využití canisterapie k rehabilitaci. V tomto případě je třeba spolupráce s rehabilitačním pracovníkem nebo s někým z ošetřujícího personálu.

Polohování

Pro psa je nejnáročnější aktivitou polohování. Tělesná teplota psa je cca o 1,5 stupně vyšší než teplota člověka, pocit tepla navíc umocňuje dotek srsti. Tohoto faktu se využívá při prohřívání, uvolňování ztuhlých svalů, relaxaci. Pes musí být fyzicky dospělý, psychicky dozrálý a navíc mít k této práci celkovou dispozici. Musí mít rád fyzický kontakt a být schopen se naprosto uvolnit. Je třeba, aby v poloze

na boku zvládl ležet 20–30 minut. Psa je možné přiložit podél klienta, který leží na boku, může ležet z obou stran. K polohování využíváme polohovací hady, různé válečky, polštářky apod., s jejichž pomocí upravíme polohu klienta tak, aby se mu dobře leželo, psa nezatěžoval svou hmotností a aby kontakt těla klienta se psem byl přítom co největší. Dochází k prohřívání, uvolnění, klient začíná pomalu a hlouběji dýchat – sjednocuje se rytmus dýchání psa a člověka. Díky prohloubení dechu a působení tepla může dojít třeba i k uvolnění hlenu na průduškách, v kombinaci s poklepovou masáží hrudníku napomůžeme vykašlávání.

Druhou možností je přiložení psa pod pokrčené nohy klienta. Při správném vycentrování pomocí polohovacích pomůcek dojde k uvolnění v kyčlích, kolenou i kotnících. Nohy, na počátku ztuhlé, se postupně uvolňují a pokládají na tělo psa.



Po polohování je účinnější a také příjemnější rehabilitační cvičení, protože svaly jsou prohřáté a uvolněné a klient také. Chodili jsme pravidelně za klientem, aby u něj pes ležel i během rehabilitace a jeho přítomnost napomáhala klientovi zvládnout bolest, kterou s sebou cvičení neslo.

Rehabilitace paží a ruky

Hlazení psa a jeho česání různými hřebeny, kartáči a rukavicemi se může stát cíleným cvičením. V tomto případě je mým úkolem pracovat se psem tak, aby mohl druhý pracovník nerušeně cvičit – s klientem komunikuje a vede ho. Už obyčejné pohlázení psa od hlavy po špičku ocasu umožní procvičit všechny klouby, pracovat s rozsahem pohybu. Zlatý retrívr má od čumáku po špičku ocasu téměř metr a půl, a to už je pěkné protažení klientova těla. Dobře připravený pes v klidu stojí, nechá se navést těsně ke klientovi, ať už před něj nebo třeba podél něj. Je-li potřeba, postavím ho předními tlapkami na vyvýšené místo (stoličku apod.).

Do této kategorie je možné zahrnout také procházky se psem po chodbě nebo v okolí zařízení u klientů, kteří chodí jen s doprovodem, u nichž probíhá nácvič chůze v rámci rehabilitace apod.

Polohování i klidná a soustředěná asistence u rehabilitace je pro psa velmi náročná, a tak většinou zvládne práci se 3–4 klienty a pak je nutný odpočinek. Caniste-



Je to o vztahu – o radosti, fyzickém doteku, blízkosti, kontaktu, komunikaci, soustředěné pozornosti.

seniorů

2. díl



rapeut musí psa znát natolik, že pozná, kdy aktivitu ukončit a psovi dopřát uvolnění a odpočinek.

Druhá skupina aktivit v rámci individuální canisterapie je pravděpodobně nejčastější. Jde o návštěvy psa u konkrétního člověka. Může probíhat na lůžku, u lůžka, v návštěvní místnosti, na lavičce na zahradě. Svým způsobem je nejosobnější a klienti ji mají hodně rádi. Mají psa i canisterapeuta pro sebe. Samozřejmě i v tomto případě je možné pomocí psa namotivovat klienta k aktivitě – například posazení se na lůžku, otočení se na druhý bok. Cvičení probíhá i nevědomky a mimoděk – natažení se do nočního stolku pro připravené piškoty, procházka se psem po chodbě. Pro řadu klientů jsou návštěvy psa něčím, na co se těší celý týden. Platí to často zejména u klientů, ke kterým nechodí na návštěvy nikdo z rodiny. V těchto případech se pes stává důvěrníkem, který si vyslechne třeba i to, že „mladí se neozvou“ a „oběd nestál za nic“. Tyto návštěvy jsou občas bohaté na emoce, ale i to je v pořádku, emoce „musí ven“ a pes je dobrý spouštěč jejich uvolnění, není třeba se tohoto bát.

Za velmi důležitý považují vztah canisterapeuta k seniorům, jeho ochotu a zájem se vzdělávat v problematice sociální práce s touto cílovou skupinou. Při práci v domovech se zvláštním režimem je třeba základní povědomí o demenci a jejích projevech. Nutná je empatie, ale i schopnost příliš se

citově nepoutat ke konkrétnímu člověku. Klientů, kteří na návštěvu čekají, je obvykle mnohem víc, než je možné zvládnout. Není dobré podlehnout snaze „zachránit všechny“, je třeba znát hranice své i hranice psa. I u této formy práce je třeba udržovat kontakt s pečujícím personálem, informovat o všem, co se během aktivity ukáže. Je možné, že se klient svěří s něčím, co personálu neřekl, že se otevře problému, který je třeba řešit, že si canisterapeut povšimne (tím, že nevidí klienta denně) změny v chování nebo zdravotním stavu – vše by se mělo před odchodem ze zařízení předat dál.

Mezistupněm mezi individuální a hromadnou canisterapií je práce na pokoji, kdy návštěva probíhá střídavě u lůžek v rámci pokoje.

» Hromadná canisterapie

Jedná se o aktivity probíhající ve společných prostorách, kterých se účastní více klientů. To, že má pes přijít, je velkou motivací pro seniory vyjít z pokoje a zapojit se do společné aktivity, dojit do kulturní místnosti nebo na zahradu, i když to jindy odmítají. Pes tedy napomáhá společenským kontaktům, rozvoji sociálních vazeb. Ve chvíli, kdy je pes přítomen, se většinou rozproudí povídání. Lidé začínají vzpomínat na svoje psy. Vykládají si, co s nimi zažili. Vhodným „moderováním“ můžeme do povídání zapojit všechny, i ty mlčenlivější. Procvičujeme paměť – ptáme se na jména psů, jejich velikost, i na věci obecnější – například kde lidi bydleli, jestli pes mohl do domu... Debata často zabloudí do všech možných zákoutí vzpomínek. V tuto dobu se já jako canisterapeut zapojuji do debaty a zároveň navádím psa k jednotlivým lidem, ukazuji mu, kdy je třeba naskočit na vozík či křeslo nebo židli, aby na něj daný klient dosáhl. Respektuji, pokud se někdo chce jen dívat a nepřeje si se psem fyzický kontakt. Občas musím zasáhnout, pokud si někdo psa přisvojuje příliš. Zavedla jsem pravidlo, že psa je možné krmit pamlsky až po úvodním vítání (dávám slovní pokyn k počátku krmení), protože ve chvíli, kdy někdo vytáhne pamlsky hned, je samozřejmě těžší psa nasměrovat k někomu dalšímu. Stane se, že některý ze seniorů dobroty cíleně využívá k lákání psa, aby pes nešel k někomu jinému – mým úkolem je pak tuto situaci usměrnit a zvládnout.

Po úvodním vítání a mazlení, pokud to prostory dovolují, přichází čas na cílené aktivity. Tady je několik námětů:

- česání psů (různé typy hřebenů, kartáčů a česacích rukavic, třeba i skřípečky do vlasů);
- hra s míčem (velký měkký látkový míč, pes stojí uprostřed klientů (na zemi, na nízkém stolku) a trefujeme se míčem pod psa (kutálením, házením) nebo si házíme přes psa);
- cvičení s aporty (nechám klienty vybrat si z množství různých aportů, při vybírání například hádáme, jaké zvíře aport představuje), s aporty pak vsedě cvičíme – přendáváme si je z ruky do ruky nad hlavou nebo před tělem, pod nohama, předkláníme se a tlučeme aporty o zem... Po skončení můžou postupně psovi aporty hodit nebo je třeba jen položit na zem a pes je na můj povel uklidí);
- házení malého míčku jako aportu;
- házení si s měkkým aportem (třeba plyšovým zvířátkem) mezi sebou tak, aby pes aport nechytil;
- senioři rádi pozorují, jak pes pracuje s logickými psími hrami, pomáhají mi je naplnit a připravit a pak napjatě sledují, zda pes hru zvládne (v současné době mám tyto hry dvě a kolegyně zase jiné a půjčujeme si je);
- společné čtení příběhů (využívám příběhy o psech a zvířatech obecně, velmi se mi osvědčuje knížka Slepíci polévka pro milovníky domácích mazlíčků, která je plná krátkých příběhů o tom, jak zvířata ovlivňují a proměňují život lidí. Je možné ale číst cokoli, klienti se během čtení se psem mazlí, případně ho česou a o příběhu si pak společně povídáme.

Po téhle aktivní části přichází čas na krmení psa, klienty i hafany velmi oblíbené.

Co se týká pamlsků, v některých zařízeních máme k dispozici piškoty, které aktivizační pracovnice rozdává všem, kteří chtějí krmit, jinde mám u sebe psí pamlsky například ve skleničce, kterou lidem podávám zavřenou a zároveň je nechám před krmením trochu procvičit prsty při otvírání skleničky a vydávání drobných kousků. Je nutné hlídat, co klienti psovi nabízejí, protože v touze psovi udělat radost, jsou někteří senioři (hlavně v případech, kde již probíhá některá z forem demence) schopni nabízet třeba i hašlerky. Dbám také na správný způsob podávání pamlsků (na dlani, ne v prstech). Celá situace je trochu složitější, pracuji-li zároveň se dvěma nebo třemi psy.

»»»» 34

◀◀◀ 33

Slovní ovladatelnost psů je nezbytností. Setkávám se se situací, kdy někteří z klientů (hlavně ti, co psa doma měli a mají k němu silný pozitivní vztah založený i na zkušenostech) chtějí psa krmit tak, že drží piškot mezi rty. Je na canisterapeutovi, zda toto dovolí. Nutná je znalost psa. Na druhou stranu se snažím nezapomínat, že pracuji s dospělými svéprávnými lidmi a není na mně vše zakazovat. Jsem v mnohém jen prostředníkem a průvodcem.

Poznámka: Vždy dbáme, aby měl pes možnost se během aktivity napít (samozřejmě nezapomínáme na bezpečnost – nebezpečí uklouznutí klienta na počákané podlaze).

Hromadné aktivity jsou poměrně akční, výhodou je to, že pracujeme s více klienty než při canisterapii individuální, pro psy je hromadná canisterapie (zvláště, pokud jdou pracovat v týmu více psů) méně náročná než práce individuální. Od canisterapeuta vyžaduje přípravu pomůcek, maximálně soustředěnou pozornost, aktivní přístup a organizaci celého času, spolupráci s aktivizačním pracovníkem, dobré hlasivky. Hromadná canisterapie je náročná i fyzicky. Ideální doba trvání je cca 45 minut až hodina, pak pozornost klientů klesá, nastupuje útlum. Pokud není pes příliš unaven, může navazovat čas, kdy ho nechávám mezi klienty odpočívat, ležet mezi nimi a jen tak si povídáme.

➤ Canisterapie u klientů s vyšším stupněm demence

U těchto klientů probíhá canisterapie na lůžku. Nehovořím o cíleném polohování za účelem rehabilitace, poloha je pro psa volnější, ponechávám mu větší aktivitu. Pes si pohodlně lehne vedle klienta, s hlavou třeba i na jeho prsou. Postel mám zajištěnou bočnicemi, přispívají i k jistotě psa. S klientem dle možností tiše hovořím (nebo ošetřující personál, dle situace), třeba jen pár slovy. Většinou vezmu klienta za ruku a položím mu ji na srst psa, rozevřu prsty a nechávám působit přítomnost psa. Často pak jen tiše v úžasu stojíme a sledujeme, jak po pár minutách klient začne prsty probírat srst, někdy hladit, uvolní se, na tváři se objeví spokojený výraz, úsměv. Někdy začne povídat. I když třeba nesrozumitelně. Pes pronikl do jeho světa a došlo ke kontaktu. Mnohokrát jsem v těchto chvílích zahlédla slzy v očích pečujícího personálu nebo třeba přítomného rodinného příslušníka.

➤ Canisterapie a fotografie

Velmi se mi osvědčuje, že na canisterapii nosím fotoaparát. Fotím dnes už napůl profesionálně, a tak jsem fotografování přidala i ke canisterapeutickým návštěvám. Zpočátku šlo jen o dokumentaci aktivity, ale fotografie se staly velmi dobrým nástrojem



v mnoha směrech. Nechávám je tisknout na papír a poskytuji fotografovaným. Při rozdávání fotografií v rámci hromadné aktivity se rozproudu veselí. Lidé si fotky ukazují, sdílejí pocity, chlubí se. Často na další setkání donesou svoje jiné fotky. Ukazují také fotky svým návštěvám; je to dobrý námět k rozhovoru. Se psem jsou senioři spokojeni, na fotkách jim to sluší a velmi často se setkávám s tím, že fotografie těší celou rodinu. Klienti často požádají o více fotografií a mají je jako dárek, vkládají je do dopisů, co píše přátelům. I tady pes – být

nepřímo – funguje jako námět hovoru, prostředník v komunikaci, při sociálních kontaktech. V současné době již pracuji s fotografiemi cíleně.

Nenechte se zmást okamžiky, kdy se zdánlivě nic neděje. V počátcích mé canisterapeutické práce jsem se snažila mít každou minutu aktivity organizovanou. Čím déle „canisku“ dělám, tím více důvěřuji psovi a nechávám prostor pro věci „mezi nebem a zemí“.

Ze zápisníku:

Přišla jsem se psem na pokoj na DZR, sestřička se mnou, a už od dveří radostně volá: „Dobrý den, paní XY, podívejte, kdo za vámi přišel! Je tady Barynek!“ Paní XY se mírně usmívá, hladí psa a sestřička se snaží ji trošičku probrat. „A, paní XY, je Barynek pes, nebo kočka?“ Paní se chvíli zamýšlí, zvedá hlavu, v očích se rozsvítí jasná chvílka a do ticha zazní odpověď: „To bych se na to musela podívat zespodu.“



Když to jde, jdeme ven. Venku se dá dělat to, co uvnitř, pes by měl být ovladatelný a přizpůsobivý prostředí. Když má přijít pes, chce jít na zahradu větší počet klientů, je to tedy i silný motivační prvek.