

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

MAGISTERSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2011 – 2014

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Dita Svobodová

**Využití činností s odpadovými a zbytkovými materiály
v ergoterapii.**

Praha 2014

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Lenka Petelíková

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER COMBINED (PART TIME) STUDIES

2011 - 2014

DIPLOMA THESIS

Dita Svobodová

**The use of activities with waste and residual materials
in ergotherapy.**

Prague 2014

The Diploma Thesis Work Supervisor:

PhDr. Lenka Petelíková

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne 10.02.2014

Dita Svobodová

Poděkování

Chtěla bych poděkovat za odborné vedení a poskytnutí nezbytných informací při zpracování mé diplomové práce především PhDr. Lence Petelíkové. Dále děkuji ergoterapeutce v azylovém domě a domově důchodců v Příbrami Bc. Blance Sýkorové a ostatním pracovníkům za poskytnutí materiálů a odborných rad.

Anotace

Diplomová práce se ve své teoretické části zabývá ergoterapií a všemi obory, které s léčbou prací souvisejí. Charakterizuje cíle a historii ergoterapie, artefietiku, arteterapii, grafomotoriku, muzikoterapii, zooterapii, canisterapii a hipoterapii. Praktická část je věnována zúčastněnému pozorování využití činností z odpadového a zbytkového materiálu v různých institucích zabývajících se ergoterapeutickými dílnami. Autorka zde předkládá náměty na využití odpadových a zbytkových materiálů. Praktická část na základě dotazníkového šetření odpovídá na otázku: Ovlivňují činnosti z odpadového a zbytkového materiálu běžný chod domácností s ohledem na ochranu životního prostředí? Závěr práce doplňuje zajímavost z akce „Příbramské čajování“, která proběhla ve městě, odkud autorka pochází. Byla zde využita technika z odpadového materiálu a podařil se zápis do knihy rekordů.

Klíčové pojmy

Dotazníkové šetření, ergoterapeut, ergoterapie, odpadový materiál, zbytkový materiál, životní prostředí.

Annotation

In its theoretical part, this thesis deals with ergotherapy and all the fields related to ergotherapy. It characterizes the goals and history of ergotherapy, art therapy, graphomotoric, music therapy, zootherapy, dog therapy and hippotherapy. The practical part is devoted to participant observation involving activities that use waste and residual material in various institutions dealing with ergo-therapeutic workshops. The author presents suggestions for the use of waste and residual materials. The practical part, which is based on surveys answers the question. Do the activities involving waste and residual materials influence household routines with regard to environmental protection? In conclusion, this work presents an interesting recapitulation of "Příbramské čajování", which took place in a city from which the author originates. A technique described in this thesis was used during this event and the event was noted in a book of records.

Key words

Environment, ergotherapist, ergotherapy, residual materials, the questionnaire survey, waste materials.

OBSAH

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST	11
1 ERGOTERAPIE	11
1.1 Úvod do ergoterapie	11
1.1.1 Definice ergoterapie.....	11
1.1.2 Historie ergoterapie v ČR.....	11
1.1.3 Historie ergoterapie ve světě	12
1.1.4 Ergoterapeut.....	12
1.1.5 Oblasti ergoterapie	14
1.1.6 Cíl ergoterapie	14
1.1.7 Hra v ergoterapii	15
1.2 Dělení ergoterapie	17
1.2.1 Ergoterapie v předškolním a školním věku.....	17
1.2.2 Ergoterapie u osob s mentální retardací	18
1.2.3 Ergoterapie tělesně postižených a zdravotně oslabených osob	19
1.2.4 Ergoterapie u zrakově postižených osob.....	20
1.2.5 Ergoterapie seniorů.....	22
2 OBLASTI SOUVISEJÍCÍ S ERGOTERAPIÍ.....	24
2.1 Dělení terapií	24
2.1.1 Artefiletika.....	24
2.1.2 Arteterapie	24
2.1.3 Grafomotorika	25
2.1.4 Muzikoterapie	27
2.1.5 Zooterapie	29
PRAKTICKÁ ČÁST	33
3 NÁMĚTY NA VYUŽITÍ ODPADOVÝCH A ZBYTKOVÝCH MATERIÁLŮ.....	34
3.1 Náměty dle použitého materiálu	34
3.2 Náměty technik z odpadového materiálu	44
3.2.1 Tea bag folding	44
3.2.2 Papírový pedig.....	45
3.2.3 Candy bag	46
3.3 Náměty technik ze zbytkového materiálu.....	47

3.3.1 Kuličky z krepového papíru	47
3.3.2 Slané těsto.....	48
3.3.3 Nešitý patchwork	49
3.4 Praktické ukázky z ergoterapeutických dílen	50
3.4.1 Zúčastněné pozorování	50
3.4.2 Ergoterapeutické dílny	51
3.4.3 ZŠ Březnice	52
3.4.4 Speciální škola Příbram	56
3.4.5 Domov důchodců Příbram	59
3.4.6 Azylový dům Příbram.....	61
3.4.7 ALKA	62
3.5 Příbramské čajování - mandalování.....	64
4 PRŮZKUM	65
4.1 Popis, cíl, hypotéza a metodologie průzkumu	65
4.2 Realizace průzkumu	66
4.3 Diskuse a interpretace zjištěných dat.....	76
ZÁVĚR.....	79
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	81
SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK	85
SEZNAM PŘÍLOH.....	87
PŘÍLOHY	88

ÚVOD

Jako téma diplomové práce si autorka zvolila „využití činností s odpadovými a zbytkovými materiály v ergoterapii“. Již od útlého věku se věnuje ručním dovednostem z veškerého materiálu a drží jí to dodnes. Představuje zde odpadové a zbytkové materiály jako suroviny pro ruční tvorbu výrobků. Zároveň ukazuje využití levného a snadno dostupného materiálu. Získává se z odpadů každé domácnosti a lze z něj vytvořit spoustu krásných věcí.

Teoretickou část diplomové práce autorka věnuje ergoterapii. Charakterizuje definici, cíle, dělení, historii ergoterapie v ČR a ve světě. Dále uvádí dělení her, které do léčby prací patří. Popisuje zde druhy ergoterapie zaměřené na různé jedince – ergoterapii v předškolním věku, mentálně postižených jedinců, tělesně postižených a zdravotně oslabených jedinců, zrakově postižených jedinců a dále i seniorů, na které se často zapomíná. V každé této oblasti uvádí, jakých jedinců se ergoterapie týká, jak se s nimi má pracovat a jaké jsou hlavní cíle jednotlivých ergoterapií. Pozornost je rovněž věnována oblastem souvisejícím s ergoterapií – arteterapii, artefilitice, grafomotorice, muzikoterapii a zooterapii (canisterapii, hipoterapii). U těchto oblastí autorka charakterizuje definici, cíle a dělení. Všechny tyto oblasti jsou součástí ergoterapie a slouží k využití volného času.

V praktické části se autorka věnuje zúčastněnému pozorování využití činností z odpadového a zbytkového materiálu v různých institucích zabývajících se ergoterapeutickými dílnami. Předkládá zde náměty na využití odpadových a zbytkových materiálů, které se člení do osmi skupin dle použitých surovin (1. papír a papírenské výrobky, 2. textilní materiály, 3. odpady při zpracování dřeva a použité výrobky z korku, 4. plasty, 5. kovové materiály, 6. parafín, vosk a mýdlo, 7. sklo, keramika a porcelán, 8. odpady při zpracování potravin). Každou skupinu stručně popisuje a s pomocí obrázků ukazuje, co lze z těchto materiálů vyrobit. Do odpadových materiálů autorka zařadila techniku tea bag folding (skládání z čajových sáčků), papírový pedig a techniku candy bag (skládání papírových tašek). Do zbytkových materiálů uvedla techniku práce z mačkaných kuliček krepového papíru, použití slaneho pečiva a nešitý patchwork. Zúčastněným pozorováním v institucích zabývajících se ergoterapií získává autorka nové poznatky a zkušenosti, které následně využívá v práci s dětmi. Zkušenosti získávala na ZŠ Březnice, ve speciální škole v Příbrami, v domově důchodců v Příbrami, v azylovém domě v Příbrami

a ve sdružení pro postižené osoby s názvem ALKA. V praktické části se dále snaží formou dotazníkového šetření odpovědět na otázku: Ovlivňují činnosti z odpadového a zbytkového materiálu běžný chod domácností s ohledem na ochranu životního prostředí? Porovnává zde dvě skupiny respondentů. Jednu skupinu tvoří běžné domácnosti z jejího blízkého okolí a druhou skupinu tvoří osoby navštěvující pravidelně ergoterapeutické dílny. Základní hypotézou autorky je, že lidé, využívající v činnostech odpadové a zbytkové materiály, si hravou formou podvědomě vytváří vztah k ochraně životního prostředí a jsou více motivováni k třídění odpadů v domácnosti. Závěr praktické části doplňuje zajímavostí z akce „Příbramské čajování“, která proběhla ve městě, odkud autorka pochází. Byla zde využita technika z odpadového materiálu a podařil se zápis do knihy rekordů.

Celkový přínos práce autorka spatřuje ve výsledcích dotazníkového šetření. Pokud se hypotéza potvrdí, pak by se mohlo činnostmi využívajícími odpadové a zbytkové materiály pomoci chránit životní prostředí. Praktické ukázky využití odpadových a zbytkových materiálů mohou být námětem pro další práci s dětmi i s dospělými, a tím je nenásilnou formou přimět vnímat jako potřebu a nutnost automaticky třídít odpad pro zlepšení životního prostředí.

TEORETICKÁ ČÁST

1 ERGOTERAPIE

1.1 Úvod do ergoterapie

1.1.1 Definice ergoterapie

Výraz ergoterapie vznikl složením řeckých slov ergon – práce a terapia – léčení, terapie.¹

Ergoterapie je profese, která prostřednictvím smysluplného zaměstnávání usiluje o zachování a využívání schopností jedince potřebných pro zvládnání běžných denních, pracovních, zájmových a rekreačních činností u osob jakéhokoli věku s různým typem postižení (fyzickým, smyslovým, psychickým, mentálním nebo sociálním znevýhodněním).

Pojmem zaměstnávání jsou myšleny veškeré činnosti, které člověk vykonává v průběhu života a jsou vnímány jako součást jeho životního stylu a identity.²

1.1.2 Historie ergoterapie v ČR

V ČR byla ergoterapie od 19. století používána jako terapeutická metoda, kdy se využívaly především tradiční rukodělné techniky (řemeslná výroba, výtvarné a keramické dílny), práce v zemědělství a v zahradách (zahradnictví, zelinářství) a další provoz léčeben (v kuchyni, v prádelně, v dílnách, údržba parku). Od roku 1913 byla ergoterapie zaváděna prof. Rudolfem Jedličkou v Jedličkově ústavu v Praze. Zde se snažili o propojení odborné léčby s výchovou a vedením lidí s postižením k maximální možné samostatnosti. Děti byly léčeny pohybem, sportem, cvičnými dílnami (košíkářství, truhlářství, malířství, kreslířství, krejčovství, zahradnictví, výroba ručně vázaných koberců, vyšívání praporů a stuh, šití prádla) a ortopedickou dílnou (výroba protetických pomůcek).

¹ KRIVOŠÍKOVÁ, M. *Úvod do ergoterapie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. s.13. ISBN 978-80-247-2699-1.

² ČESKÁ ASOCIACE ERGOTERAPEUTŮ. *Ergoterapie*. [online]. 2008, [cit. 2013-11-12]. Dostupné z: <http://www.ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

Ergoterapie dnes - léčba prací, je jednou z důležitých součástí rehabilitace, procvičuje se paměť, jemná motorika, grafomotorika, slouží k vyplnění volného času – canisterapie, muzikoterapie, hipoterapie, arteterapie.³

1.1.3 Historie ergoterapie ve světě

Ergoterapie ve světě je spojena se začátky rehabilitace v antice, ve středověku a v renesanci, kdy se provádělo léčebné cvičení. Hippokrates a Galén doporučovali fyzické cvičení jako jeden ze způsobů, jak být zdravý (zápas, jízdu na koni, rybaření, stavění domů). Galén tvrdil: „že *zaměstnání je nejlepší lékař lidského charakteru a je základem lidského štěstí*“.⁴ Cornelius Celsus doporučuje plachtění na lodi, cvičení se zbraní, míčové hry, běh a chůzi, šití, tkaní a výrobu keramiky.

Ergoterapii jako profesi můžeme datovat rokem 1917, kdy byla v USA založena Národní společnost pro podporu ergoterapie – mezi zakladateli byli např. George Edward Barton (architekt), Eleonor Clarke Slagleová (sociální pracovnice), William Rush Dunton, ml. (psychiatr) – ten je považován za „otce ergoterapie“ - přispíval do literatury, obhajoval odborné články a prezentace.

Od roku 1955 v Evropě působí mezinárodní organizace, Evropská síť ergoterapie ve vyšším vzdělávání (ENOTHE) (jedním ze zakládajících členů je i 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze).

1.1.4 Ergoterapeut

Ergoterapeut je odborně způsobilý pracovník řazen k tzv. nelékařským zdravotnickým povoláním, které vymezuje §7, zákona č. 96/2004 Sb. (zákon o nelékařských zdravotnických povolání).

Ergoterapeutem může být:

- absolvent akreditovaného bakalářského studijního oboru pro přípravu ergoterapeutů,
- absolvent tříletého studia oboru diplomovaný ergoterapeut na vyšší zdravotnické škole, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 2004/2005,

³ CENTRIN. *Ergoterapie*. [online]. [cit. 2013-11-24]. Dostupné z: <http://www.centrin.cz/Ergoterapie>

⁴ KRIVOŠÍKOVÁ, M. *Úvod do ergoterapie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. s.13. ISBN 978-80-247-2699-1.

- absolvent střední zdravotnické školy v oboru ergoterapeut, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 1998/1999,
- absolvent pomaturitního specializačního studia léčba prací, pokud bylo studium prvního ročníku zahájeno nejpozději ve školním roce 2003/2004.⁵

Studium ergoterapie obsahuje teoretickou i praktickou výuku. V ergoterapii získávají studenti znalosti z klinických biomedicínckých oborů (anatomie, fyziologie, neurologie, psychiatrie, protetika) a ze společenských oborů (psychologie, etika, sociologie, pedagogika), z výzkumu a z teorie a praxe ergoterapie. Součástí studia tvoří odborná praxe v různých typech zdravotnických a sociálních zařízení, neziskových organizacích atd.⁶

Ergoterapeut:

- provádí ergoterapeutické vyšetření,
- provádí hodnocení a nácvik běžných denních činností (ADL),
- provádí hodnocení v oblasti pracovních a zájmových aktivit,
- sestavuje krátkodobý a dlouhodobý plán terapie,
- aplikuje ergoterapeutické postupy a metodiky v individuální a skupinové ergoterapii,
- ve spolupráci s ostatními odborníky provádí rehabilitaci kognitivních funkcí a nácvik komunikačních a sociálních dovedností,
- doporučuje kompenzační a technické pomůcky,
- poskytuje poradenské služby a instruktáže v otázkách prevence,
- zabývá se poradenstvím v otázkách adaptace a v úpravách domácího prostředí,
- podílí se na ergodiagnostickém vyšetření a na předpracovní rehabilitaci (tréninku tolerance zátěže, vytrvalosti, nácviku pracovních dovedností apod.).

⁵ ČESKÁ ASOCIACE ERGOTERAPEUTŮ. *Ergoterapie*. [online]. 2008, [cit. 2013-11-12]. Dostupné z: <http://www.ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

⁶ JELÍNKOVÁ, J., M. KRIVOŠÍKOVÁ a L. ŠAJTAROVÁ. *Ergoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2009. s.72, 73. ISBN 978-80-7367-583-7.

1.1.5 Oblasti ergoterapie

4 oblasti ergoterapie:

- Kondiční ergoterapie – cílem kondiční ergoterapie je odpoutat pozornost od sebe sama, udržet duševní pohodu klienta, umožnit mu navázání nových kontaktů a přátelských vztahů. Důležité je předem zjistit co klienta baví, jeho zkušenosti a motivovat ho k další činnosti (výběr vhodné činnosti, materiálu, námětu a využití výrobku).
- Ergoterapie cílená na postiženou oblast – cílem této oblasti terapie je zvětšení svalové síly, zlepšení rozsahu hybnosti a zlepšení svalové koordinace. Vykonávaný pohyb musí být přesný, cílený, dávkovaný. Cvičení se provádí pomocí určitých nástrojů a cílem není nikdy výrobek, ale zlepšení stavu.
- Ergoterapie zaměřená na pracovní začlenění – cílem je stanovit možnosti opětovného začlenění do zaměstnání nebo navrhnout vhodné změny zaměstnání. Tato oblast terapie je aktuální zvláště po úrazech, dlouhodobé nemoci apod.
- Ergoterapie zaměřená na výchovu k soběstačnosti – cílem této oblasti terapie je dosažení soběstačnosti v běžných denních činnostech. Jde především o soběstačnost v oblasti hygieny, oblékání a sebesycení.⁷

1.1.6 Cíl ergoterapie

Hlavním cílem ergoterapie je dosažení maximálně možné samostatnosti klienta, způsobilosti k jednání a udržení nebo pokud možno zvýšení kvality jeho života.

Další cíle ergoterapie:

- podporovat zdraví a duševní pohodu osoby prostřednictvím smysluplné aktivity/zaměstnávání,
- pomáhat ve zlepšení schopností, které osoba potřebuje pro zvládnutí běžných denních činností, pracovních činností a aktivit volného času,
- umožnit osobě naplňovat její sociální role,

⁷ BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s.20, 21. ISBN 978-80-7290-322-1.

- napomáhat k plnému zapojení osoby do aktivit jejího sociálního prostředí a komunity,
- uplatňovat terapii zacílenou na klienta/pacienta, který je aktivním účastníkem terapie a podílí se na plánování a procesu terapie,
- posilovat osobu v udržení, obnovení či získání kompetencí potřebných pro plánování a realizaci jejích každodenních činností v interakci s prostředím (zvládání nároků jak sociálního, tak i fyzického prostředí),
- usilovat o zachování příležitosti účastnit se aktivit každodenního života všem osobám bez ohledu na jejich zdravotní postižení či znevýhodnění.⁸

1.1.7 Hra v ergoterapii

Využití volnočasových aktivit závisí na tom, zda ergoterapeut pracuje s dětmi či s dospělými. Při práci s dospělými je nutno zohlednit přiměřenost volnočasové aktivity k jejich věku a hlavně k životním zvyklostem.

Své místo v ergoterapii dětí předškolního a mladšího školního věku má hra. Hra je činnost, která přináší uspokojení, motivuje a lze ji pozorovat u dětí, ale i u dospělých. Jedná se o účinnou aktivitu, která je jedincí vrozená. Hra je prvotní zaměstnání dítěte, příprava na život. Považuje se za metodu výchovy a vzdělávání, své místo má v diagnostice, v ergoterapii a v psychoterapii. Umožňuje získání kamarádů, je prevencí nudy a odvádí pozornost od bolesti. Ergoterapeut hrou sleduje osvojování nových dovedností či udržování dovedností již získaných. Dovednosti lze pomocí hry nenásilně trénovat např. jemnou a hrubou motoriku, konverzační dovednosti, navázání a udržování očního kontaktu, rozhodování, spolupráci s ostatními, relaxace, uvolňování napětí, zpracovávání emocí spojených s úspěchem či s neúspěchem, rozvíjení sebedůvěry, sebeocení, důvěry v ostatní, paměť, představivost, kreativitu, pozornost, vnímání, pozorování a myšlení.

Hry, které lze využít v ergoterapii:

funkční hry

- nejjednodušší forma hry dítěte bez hračky (hra rukama, nohama, překulování, mimika, plazení),
- procvičování pohybu, poznávání vlastního těla,

⁸ JELÍNKOVÁ, J. a M. KRIVOŠÍKOVÁ. *Koncepce oboru ergoterapie*. [online]. 2007 [cit. 2013-12-16]. Dostupné z: http://www.ergoterapie.org/files/koncepce_oboru_ergoterapie.pdf

manipulační hry

- manipulace s různými hračkami a s předměty (zrakem, sluchem a hmatem dítě poznává jejich vlastnosti a učí se s nimi zacházet),
- dítě poznává třetí rozměr – hloubku,

napodobovací hry

- dítě napodobuje mimiku, pohyby a zvuky (např. zvířat),
- zdokonalují se motorické funkce, rozvíjí se komunikace,

úlohové, tématické hry

- to jsou hry na někoho nebo na něco (na maminku, na obchod, na lékaře, na školu),
- rozvíjení pohybových a rozumových funkcí, jemné motoriky, sociálních vztahů, slovní zásoby,
- pohyb z místa na místo, změny polohy těla,

konstruktivní hry

- skládání různých prvků (kostky, navlékání, stavebnice, modelovací hmoty),
- rozvíjí se hrubá a jemná motorika, obratnost, vytrvalost, koordinace obou rukou a ruky s okem, rozumové a psychické funkce,

pohybové a rytmické – hudební hry

- hry s náradím a s náčiním, rytmická cvičení s hudbou,
- procvičování rovnováhy, dolních končetin a trupu,
- pozorování dodržování pravidel, kázeň a schopnost sebekontroly při kolektivních hrách,

receptivní a sensorické hry

- poslech pohádky, sledování hry s maňáskem,
- rozvoj smyslového vnímání, rozumových schopností,

didaktické hry

- rozvíjení vědomostí, jemné motoriky, koordinace pohybů,

společenské hry

- hry: člověče nezlob se, šachy, dáma, stolní fotbal,
- skupinové hry, které se řídí určitými pravidly.

1.2 Dělení ergoterapie

1.2.1 Ergoterapie v předškolním a školním věku

Ergoterapie u dětí je aplikovaná již od narození nebo v důsledku chorob. Děti jsou ve srovnání se svými vrstevníky opožděny v tělesném, duševním, intelektovém vývoji nebo smyslově. Dětská ergoterapie plní funkci pro kondiční ergoterapii, ergoterapii cílenou na postiženou oblast a na dosažení co nejvyšší soběstačnosti. Nejedná se o náhradu resp. návrat ztracených funkcí, ale jde o vytvoření potřebných funkcí a dovedností. Zaměřuje se na rozvoj jemné i hrubé motoriky, přijímání a zpracování smyslových podnětů, koordinaci „oko“ – „ruka“ a na výchovu ke způsobilosti jednat.

Činnosti využívané v dětské ergoterapii:

- denní činnosti – oblékání, obouvání, vázání tkaniček,
- stavebnice – manipulace s předměty, plnění úkolů,
- didaktické hry – poznávání a rozlišování předmětů, přírodnin, ovoce a zeleniny, (hmatem, čichem, sluchem a chutí - hodnotí se tvar, povrch, popisuje se pocit),
- příprava jednoduchého občerstvení – krájení potravin, mazání pomazánek, loupání ovoce,
- krmení a sebesycení - kousání
 - měkké potraviny (banán),
 - pevnější potraviny (kousek jablka),
 - tvrdé potraviny (sušenky),
- hry na počítači – poznávání barev a tvarů.

Ergoterapie formou hry rozvíjí u dětí:

- hrubou a jemnou motoriku,
- grafomotoriku,
- pohybovou koordinaci,
- vizumotorickou koordinaci,
- manipulační dovednosti,
- sebeobslužné činnosti.⁹

⁹ DRC LENTILKA. *Ergoterapie*. © [online]. 2011 [cit. 2013-12-18]. Dostupné z: <http://www.manonet.eu/drc/index.php/ergoterapie>

1.2.2 Ergoterapie u osob s mentální retardací

Osoby s mentální retardací jsou většinou závislí na společnosti. Lze je rozvíjet nejen v dětství, ale i v dospělosti. Jakákoliv zvládnutelná pracovní činnost rozvíjí jejich kompetence, soběstačnost a jejich životu dává náplň. Cílem pracovní výchovy i ergoterapie je zlepšení kvality života osob s mentální retardací – zajišťuje soběstačnost a integraci do společnosti.

Tabulka 1: Možnosti výchovy a socializace osob s mentální retardací dle postižení¹⁰

Postižení	Výchova a socializace
Hluboká mentální retardace	- vytvoření jednoduchých návyků sebeobsluhy
Těžká mentální retardace	- zvládnutí sebeobsluhy, jednoduché pracovní činnosti s dopomocí
Středně těžká mentální retardace	- zvládnutí pracovních činností pod dohledem
Lehká mentální retardace	- zvládnutí základního vzdělávání

Cíle pracovní výchovy dospělých osob s mentální retardací:

- v zařízeních pro osoby s mentální retardací se zaměřují na vytváření návyků potřebných pro uplatnění na „trhu práce“

Návyky:

- vstát v potřebnou dobu,
- vykonat hygienu,
- obléknout se podle počasí, podle ročního období, do zaměstnání,
- odejít na určené místo,

¹⁰ Zdroj: BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ. *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s.25. ISBN 978-80-7290-322-1.

- vydržet u zadaného úkolu,
- být po určitou dobu v kolektivu.¹¹

Pokud tyto návyky osoby s mentální retardací zvládnou, jsou připraveni na zaměstnání v chráněných dílnách nebo v některých podnicích. Ve stacionářích se klienti učí pod dohledem asistentů samostatně o sebe pečovat tzv. chráněné bydlení. V současné době se realizují další projekty tzv. chráněné domácnosti – jsou k dispozici tréninkové kavárny, byty a další zařízení, které umožňují klientům s mentální retardací život v přirozeném prostředí.

1.2.3 Ergoterapie tělesně postižených a zdravotně oslabených osob

Hlavním cílem pracovní výchovy tělesně postižených a zdravotně oslabených osob je pomoci získání sebedůvěry. Po zvládnutí přiměřených úkolů, srovnatelných s výkony nepostižených osob jsou postižené osoby připraveni na situace v běžném životě a stanou se nezávislími na dalších lidech. Ergoterapeut musí pro tyto postižené osoby vybrat vhodné materiály a činnosti, pracovní postup, vybrat nebo navrhnout vyhovující kompenzační pomůcky.

Při pracovní výchově s postiženými jedinci ve škole je nutné zajistit prostorové a světelné podmínky, důležité je vyzkoušet různé způsoby (jak vykonat činnost, držet nástroj, materiál, výrobek). Dále se vytvoří podmínky pro bezpečnou, hygienickou a nerizikovou práci. Organismus se zatěžuje pozvolna, pracovní činnosti se dávkuje postupně a pomalu se prodlužují. Svaly a klouby se zbytečně nezatěžují a nejprve se rozvíjejí. Myslí se také na správnou a pohodlnou polohu, po určité době se upravují pozice brady, zad a celého těla (odlehčení nebo podepření). Důležité je činnosti střídát s odpočinkem.

Zvolí se činnosti, které odpovídají věku postiženého jedince a vzdělávacímu programu. Jde o snahu vyhledat náměty pro pracovní činnosti, které se úspěšně dokončí.

¹¹ BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ. *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s.25. ISBN 978-80-7290-322-1.

1.2.4 Ergoterapie u zrakově postižených osob

Hlavním cílem u zrakově postižených osob je dosažení co nejvyšší míry soběstačnosti, rozvoj náhradních smyslů (hmat, čich, tělesné pocity) a rozvoj hmatového vnímání.

Rozvoj hmatového vnímání:

- hmatové rozlišování povrchu se správně provádí od drsnějších povrchů k hladším, od poznávání celkového tvaru přecházíme k detailům,
- k vytvoření objektivní představy je nutný slovní popis, který je spojen s hmatovým posuzováním poznávaného objektu,
- nejpřesnější hmatové vnímání je na špičce jazyka, na posledních článcích prstů a na rtech,
- hmatové počítky spojujeme s pohybem ruky,
- postupně se využívají všechny druhy hmatového vnímání,
- hmatové vnímání se v některých případech doplňuje o vnímání sluchové a čichové.

Zvýšená bezpečnost:

- seznámit zrakově postiženého jedince s pracovním prostorem,
- usnadnit orientaci v prostoru,
- usnadnit samostatný pohyb,
- zajistit dostatečné osvětlení pracovního prostředí,
- omezit hluk v pracovním prostředí,
- zajistit adekvátní teplotu v místnosti,
- zajistit bezpečnost při práci s nástroji,
- dodržovat pořádek na pracovním místě,
- poučit o zásadách bezpečné práce,
- zadávat pracovní úkoly přiměřené věku, individuálním schopnostem a zdravotnímu postižení,
- nepodceňovat únavu při práci.¹²

¹² BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s.31, 32. ISBN 978-80-7290-322-1.

Náměty pro práci s různými materiály:

Práce s papírem – mačkání papíru, trhání, překládání, odtrhávání podle pravítka, stříhání, řezání, lepení a rozlišování různých druhů papíru.

Práce s textilem – navlékání, šití, vyšívání, tkaní, drhání, paličkování, rozlišování textilních materiálů podle struktury, podle povrchu, podle hřejivosti, podle mačkavosti a podle nasáklivosti.

Práce se dřevem – broušení, lepení, pilování, řezání, vrtání, spojování, dýchování, leštění.

Práce s modelovací hmotou – modelování je příjemnou a oblíbenou činností, rozvíjí hmatové vnímání, jemnou motoriku, motoriku obou rukou. K modelování se používají různé nástroje (vykrajovací tvořítko, válečky, špachtle, nože s tupou čepelí, dřívka, vtačovací formičky atd.). Modelovací hmota musí být zdravotně nezávadná.

Návod na výrobu domácí zdravotně nezávadné modelovací hmoty:

Pomůcky: teflonová pánev, vařečka

Suroviny: 300 ml vody, 150 g polohrubé nebo hladké mouky, 75 g soli, 1 lžice oleje a dvě lžice octa

Postup: Na pánvičce zahřejeme vodu se solí, pak přidáme ostatní suroviny a mícháme. Hmota se začne spojovat až z ní bude bochánek, ten ještě cca 2 minuty válíme na pánvičce. Bochánek otočíme a necháme chvilku zahřát. Do vlažné modelovací hmoty se přidá potravinářské barvivo pro získání barevné hmoty a pro zvýraznění vůně se může použít i potravinářské aroma.

Obrázek 1: Zdravotně nezávadná modelovací hmota¹³



¹³ Zdroj: *Modelovací hmota*. [online]. [cit. 2013-12-18]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=10201298088755170&set=a.1321694883381.2041745.1261105858&type=1&theater

Práce s přírodninami – listy, plody rostlin, šišky, ořechy, jeřabiny, semena atd. pro výrobu koláží, obtisků, navlékání.

1.2.5 Ergoterapie seniorů

Ergoterapií se v České republice věnují některé charitativní organizace, stacionáře, pracovníci domovů důchodců apod. pro aktivizaci seniorů.

Metody seniorské aktivizace:

- pomoc při nalézání smyslu života a motivace,
- pomoc při překonávání deprese,
- umožnění prožitku úspěchu a pocitu, že „to jde“,
- posílení identity, důstojnosti a sebeúcty,
- opora, jistota proti opuštěnosti a ztracenosti,
- odbourání zábran způsobujících deaktivaci, předsudků, nedorozumění, obav,
- využití kompenzačních a aktivizačních pomůcek,
- nácvik ohrožených či ztracených schopností,
- nabízení různých aktivit.¹⁴

Rozlišují se dvě základní oblasti:

- podpora soběstačnosti,
- aktivizace.

Podpora soběstačnosti

Zde se snaží o podporu a nácvik běžných denních činností (ADL). ADL lze rozdělit na dvě skupiny:

pADL (personální, osobní, bazální činnosti)

- příjem jídla a pití,
- koupání/sprchování,
- osobní hygiena a péče o vzhled,
- oblékání včetně obouvání,

¹⁴ BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s.36. ISBN 978-80-7290-322-1.

- použití toalety a hygiena po použití toalety,
- ovládání močení a vyprazdňování stolice,
- péče o osobní pomůcky či prostředky.

iADL (instrumentální aktivity)

- vedení a údržba domácnosti (např. úklid, vaření, nakupování),
- hospodaření a manipulace s penězi,
- mobilita v komunitě (např. cestování dopravními prostředky),
- péče o druhé a o domácí zvířata,
- péče o vlastní zdraví (výživa, pohyb).

Pro seniory je důležité umožnit jim co nejdéle pobyt ve známém prostředí, úpravou bytu, vybavením a nácvikem používání kompenzačních pomůcek, prevencí pádů, spoluprací s rodinnými příslušníky atd.¹⁵

Aktivizace:

- 1) Trénink kognitivních funkcí (zejména paměti).
- 2) Reminiscenční terapie.
- 3) Stimulace smyslů.
- 4) Trénink jemné a hrubé motoriky.
- 5) Zooterapie a kontakt se zvířaty.
- 6) Tvůrčí činnosti.

Ergoterapeuti zajišťují různé volnočasové aktivity:

Zooterapii – canisterapii, hipoterapii, muzikoterapii, práci na zahradě, vyplňování křížovek a kvízů, poslech filmů, četby, hudby – společné zpívání, stolní hry, grafomotoriku, ruční práce, diskuse, účast rodiny na aktivitách – pletení košíků z pedigu, keramické hlíny, dekorativní předměty, spolupráci se ZŠ – mezigenerační spolupráce (pomoc při různých aktivitách, vánoční a velikonoční besídky), kulturní aktivity (kultura, výstavy, rady, prezentace).

¹⁵ LUPIENSKÁ, N. *Ergoterapie v geriatrii – Možnosti individuální ergoterapie u seniorů v pobytovém zařízení*. [online]. 2012 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.prohuman.sk/socialna-praca/ergoterapie-v-geriatrii>

2 OBLASTI SOUVISEJÍCÍ S ERGOTERAPIÍ

2.1 Dělení terapií

2.1.1 Artefiletika

Artefiletika je reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání, které vychází z umění a z expresivních kulturních projevů (výtvarných, dramatických, hudebních apod.) a směřuje k poznávání i sebepoznávání prostřednictvím reflektivního dialogu o zážitcích z expresivní tvorby nebo vnímání umění.¹⁶

Pojem artefiletika je odvozený z latinského „ars, artis“- umění, „filetika“ – pojetí výchovy.

2.1.2 Arteterapie

Arteterapie zahrnuje hlavně terapii pomocí kresby a dalších výtvarných technik. Arteterapie = léčení uměním. Je vhodná pro práci s dětmi. Kreslením vyjadřují myšlenky, pocity atd. Děti většinou nerady mluví o svých trápeních nebo neznají důvod svých problémů, proto mají možnost vše zaznamenat kresbou na papír. Používají se velké archy papíru, své pocity znázorňují vodovými barvami, pastely, tvoří se koláže, pracují s prstovými barvami. Dále se používají modelovací hmoty, slané těsto, různé druhy papírů, barevný papír a spousta pomůcek (nůžky, lepidla, řezačky atd.).

Arteterapeutické techniky – volné čmárání tužkou, volná kresba prsty namočenými v barvě, volná kresba jednou barvou na papír namočený ve vodě, koláž z výstřížků, sestavování objektů z přírodních materiálů, tematická kresba (vlastní portrét), tematické modelování (pohádkové zvíře, do kterého se chce klient převtělit), interakční kresba ve dvojici (komunikuje se při ní pouze pastelkou na společném papíře, malování a modelování ve skupině - většinou čtyřčlenné).

¹⁶ ELIÁŠOVÁ, S., J. SLAVÍK a V. SLAVÍKOVÁ. *Dívej se, tvoř a povídej!* 1. vyd. Praha: Portál, 2007. s. 15. ISBN 978-80-7367-322-2.

Členění arteterapie:

- receptivní arteterapie – klient není do procesu přímo zapojen - působí dojem a vjem z prohlížení fotografií, z obrázkových knih, z návštěvy galerií,
- produktivní arteterapie – klient je do procesu přímo zapojen - maluje, kreslí, vytváří koláže, pracuje s keramikou a výtvarně projevuje vyjádření.¹⁷

2.1.3 Grafomotorika

Jedná se o soubor psychomotorických činností, které jsou vykonávány při psaní a kreslení. Při psaní je potřeba vykonávat účelné pohyby, které jsou založeny na koordinaci oka a ruky.¹⁸

Grafomotorika je spojena s radostí z pohybu ruky po papíru a z nakreslených čar, které zanechává barva. Dítě kreslí na různé materiály - s oblibou na stěny. Zprvu čmárá bez plánu a kontroly, později usiluje o kresbu. Grafomotorika ovlivňuje psychiku dítěte. Pohyby ruky se při kreslení uvolňují. Kresbou se snaží znázornit zážitky a dojmy.

Tabulka 2: Grafomotorický vývoj¹⁹

Věk	Dovednosti
1 – 2 roky	<ul style="list-style-type: none">- drží pastelku v dlani,- vede ji těžkopádně a křečovitě,- čmárá kdekoliv a na cokoliv,- pohybuje celou rukou,- střídá ruce,- pohyb vychází z ramene.
2 – 3 roky	<ul style="list-style-type: none">- k úchopu správně používá tři prsty, někdy používá i čtvrtý prst na podepření,- pohybuje pastelkou už po papíru a spontánně,- kreslí svislé a vodorovné čáry,

¹⁷ BENÍČEK, T. *Arteterapie*. [cit. 2014-12-20]. Dostupné z: <http://www.arteterapie.net/>

¹⁸ SIMONIDESOVÁ, M. a M. VESELÁ. *Grafomotorika*. © [online]. 2012-3 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.grafomotorika.eu/grafomotorika/>

¹⁹ Zdroj: LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-244-7.

	<ul style="list-style-type: none"> - kreslí krouživě klubička a spirály, - dokáže obkreslit kruh, - nakreslené tvary umí pojmenovat.
3 – 4 roky	<ul style="list-style-type: none"> - kreslí postavu (tzv. hlavonožce), - kreslí kruh, čtverec, trojúhelník, spirály, sluníčka, kříž, ale neumí je pojmenovat,
4 – 5 let	<ul style="list-style-type: none"> - kreslí postavu s trupem a s končetinami, - kombinuje různé tvary a barvy, - začíná vybarvovat, kresba je bohatší, - obsahově se zaměřuje na svět okolo sebe.
5 – 6 let	<ul style="list-style-type: none"> - kreslí hlavní části postavy, - postava je bohatá na detaily, - body spojuje čarou, - dokáže používat štětec, - znázorňuje geometrické tvary, - napodobuje velká tiskací písmena.

V předškolním přípravném období je potřebné si vytvořit grafomotorické návyky:

- 1) Koordinovat pohyby očí a ruky zleva doprava a shora dolů (pojmenovat obrázky v řadě, kreslit čáry a různé tvary, ukládat předměty do určeného prostoru).
- 2) Tužku držet třemi prsty (palcem, ukazovákem a zespodu prostředníkem, nástrojem pro správné držení tužky je trojhranná tužka nebo násadka na tužku).
- 3) Při kreslení a psaní správně sedět (dítě sedí u stolu, výška stolu je přiměřená, odpovídající židlička, nohy se opírají o zem, předloktí o plochu stolu, vzdálenost očí od papíru by měla být cca 30 cm).
- 4) Při grafických aktivitách se soustředit (dítě není vhodné zaměstnávat déle než 15 minut).

Tyto návyky lze upevňovat přípravným pohybovým cvičením. Uvolňují svalstvo ruky, předloktí, zápěstí a prsty, koordinuje pohyby a pohyby zrakem. Rozvíjí představivost a smyslové vnímání.

Přípravná cvičení - louskání prsty, hra na klavír, počítání prstů, mávání na rozloučenou, masážní míčky do dlaně a na úchop špetky, cvičení podporují také hry se stavebnicemi. Stavebnice rozvíjí jemnou motoriku, smyslové a poznávací funkce, tvořivost, prostorovou představivost, soustředění, pečlivost, přesnost, trpělivost.

Hry rozvíjející grafomotorický rozvoj:

- mozaiky,
- puzzle,
- domina,
- pěnové a gumové stavebnice,
- víceúčelové stavebnice,
- stavebnice tematické sestavy,
- korálky.²⁰

Stejně účelné jsou i pomůcky vyrobené doma z různých přírodních a technických materiálů. Materiály jsou běžně dostupné, finančně nenáročné a najdou se v každé domácnosti – jsou to materiály odpadové. Patří k nim papír, textilní a galanterní materiál, dřevo, kov, modelovací hmoty, plasty a sezónní přírodniny.

2.1.4 Muzikoterapie

Muzikoterapie využívá harmonizujících a léčebných účinků hudby a cíleného zvuku, působí na buněčné úrovni a je jednou z nejhlubších cest do nitra člověka.²¹

Působením živé hudby na organismus při receptivní muzikoterapii v oblastech smyslového i nadsmyslového vnímání dochází ke stavu celostní harmonizace neboli k celkovému uvolnění a relaxaci. Dalo by se hovořit o zvukové masáži těla i duše nebo prozáření zvukem.²²

Dělení muzikoterapie podle počtu klientů:

- muzikoterapie individuální – terapeut pracuje pouze s jedním klientem, využívá se při léčbě těžkých duševních poruch,
- muzikoterapie párová – uplatňuje se při řešení vztahových problémů (rodinná terapie, vztahy dětí k třídnímu kolektivu),
- muzikoterapie skupinová – terapeut pracuje s větším počtem klientů (max. 10 členů), muzikoterapie pomáhá ke zlepšení sociálních vazeb, reálnému sebehodnocení, zařazení do kolektivu.²³

²⁰ LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. s. 10, 11. ISBN 978-80-7367-244-7.

²¹ VRŠKOVÁ ZOUBKOVÁ, A. *Muzikoterapie*. © [online]. 2010 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.saubrno.cz/index.php/vyucovane-seminare/muzikoterapie>

²² ŠEVČÍK, D. *Muzikohraní*. © [online]. 2009 - 2012 [cit. 2013-12-22]. Dostupné z: <http://www.muzikohrani.cz/muzikoterapie/>

²³ BENÍČKOVÁ, M. *Muzikoterapie*. [online]. [cit. 2013-12-22]. Dostupné z: <http://www.mb-muzikoterapie.cz/muzikoterapie/>

Dělení dle způsobu práce s hudbou:

- aktivní – zaměřuje se na práci se zvukem, který vyprodukuje sám klient, využívá improvizace a kreativity,
- receptivní – využívá reprodukovanou, umělou hudbu, poslech a vnímání hudby, pohyb, tanec apod.

Muzikoterapie je indikována u řady nemocí, postižení a rizikových situací, které zahrnují:

- duševní onemocnění (psychózy, neurózy),
- mentální retardace,
- autismus a podobné vývojové poruchy,
- tělesné postižení,
- terminální onemocnění (onkologická onemocnění, AIDS),
- zrakové a sluchové postižení,
- poruchy komunikace,
- psychogeriatrické poruchy (Parkinsonova, Alzheimerova choroba, demence),
- zneužívání návykových látek a jiné druhy závislostí,
- oběti sexuálního zneužití aj.²⁴

Současné směry muzikoterapie:

- Pedagogický – pedagogická muzikoterapie se zaměřuje na procesy učení, sociální integraci a komunikaci. Zlepšuje vnímání, koncentraci, paměť, podporuje pohyb a řeč. Především jde o rozvoj, stimulaci, podporu a integraci zdravých částí klienta. Cílovou skupinou jsou lidé tělesně nebo mentálně postižení, děti a dospívající s poruchami vývoje, chování, učení a s poruchami řeči.

Hudební schopnosti jsou závislé na stupni mentální retardace – čím větší je postižení, tím menší je schopnost předvést konkrétní hudební aktivitu.²⁵

- Medicínský – Hudba slouží jako audioanalgetikum nebo sedativum, či jiným způsobem pozitivně ovlivňuje tělesný či psychosociální stav.

²⁴ MÜLLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005. s. 176. ISBN 80-244-1075-3.

²⁵ ZELEIOVÁ, J. *Muzikoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-237-9.

- Psychoterapeutický – muzikoterapie může zasáhnout do celkového obrazu zdraví a ovlivnit jeho udržení, posílení nebo znovuobnovení.

Cíle muzikoterapie:

- zvýšit pocit sebehodnoty,
- zprostředkovat sebevyjádření,
- podnítit emocionální vyjádření,
- stimulovat sociálně - komunikační schopnost,
- podpořit autonomní potřebu utvářet vztahy bez pocitu viny,
- vytvořit prostor pro sociální akceptaci (odměna nebo odmítnutí),
- zlepšit motorickou a sociální koncentraci,
- aktivovat kompenzační tendence u funkčních poruch,
- iniciovat sebereflexi ve smyslu poznání a zpracování reality.²⁶

Hudební nástroj:

Hudba blahodárně působí na lidský organismus a nevyžaduje žádné hudební schopnosti. Hudba rozvíjí cit pro rytmus, cit pro melodii, jemnou motoriku, smyslové vnímání a potěšení ze hry.

Hudební nástroj je důležitou pomůckou pro muzikoterapii. Používají se nástroje např. djembe, lyra, kantele, kalimba, šamanský buben, balafon, udu, chřestidla, rolničky, dřevěné flétny, gongy, zvonkohry. Využít se dají i dřívka, paličky, klíče, poklice, hrnce, stoly atd.

2.1.5 Zooterapie

Zooterapie je metoda ucelené rehabilitace za podpory a přítomnosti zvířat. Pomocí tohoto druhu terapie je možné zlepšit citové, rozumové a pohybové schopnosti lidí, přispět ke zlepšení psychické pohody a ke zvýšení koncentrace. Zvíře může různými způsoby pomáhat člověku překonávat bariéry a ukazovat mu cestu životem z té lepší stránky.²⁷

Do zooterapie spadá canisterapie (využití psa), hipoterapie (využití koně), felinoterapie (využití kočky), delfinoterapie (využití delfína), lamaterapie (využití lamy), insektoterapie (využití hmyzu), ornitoterapie (využití ptactva).

Členění zooterapie dle metod:

²⁶ ZELEIOVÁ, J. *Muzikoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. s. 140. ISBN 978-80-7367-237-9.

²⁷ ŠESTÝ SMYSL o. s. *Zooterapie*. [online]. [cit. 2014-01-02]. Dostupné z: <http://zooterapie.webnode.cz/zooterapie/>

- 1) Aktivity za pomoci zvířat - Animal Assisted Activities (AAA)
 - přirozený kontakt člověka a zvířete zaměřený na zlepšení kvality života klienta nebo přirozený rozvoj jeho sociálních dovedností.
- 2) Terapie za pomoci zvířat - Animal Assisted Therapy (AAT)
 - cílený kontakt člověka a zvířete, zaměřený na zlepšení psychického nebo fyzického stavu klienta.
- 3) Vzdělávání za pomoci zvířat - Animal Assisted Education (AAE)
 - přirozený nebo cílený kontakt člověka a zvířete zaměřený na rozšíření nebo zlepšení výchovy, vzdělávání nebo sociálních dovedností klienta.
- 4) Krizová intervence za pomoci zvířat - Animal Assisted Crisis Response (AACR)
 - přirozený kontakt zvířete a člověka, který se ocitl v krizovém prostředí, zaměřený na odbourávání stresu a celkové zlepšení psychického nebo i fyzického stavu klienta.²⁸

Canisterapie

Formy canisterapie:

- a) Individuální canisterapie – jde o setkání jednoho klienta, výhodou je individuální přístup ke klientovi, kontakt se psem. Nevýhodou je časová náročnost.
- b) Skupinová canisterapie – jde o setkání několika klientů najednou.
- c) Návštěvní program – je nejrozšířenější v ČR, probíhá v pravidelných intervalech na předem sjednaném místě.
- d) Jednorázové canisterapeutické a kynologické aktivity – akce probíhají obvykle na školách a v ústavních zařízeních.
- e) Pobytový program – je spojen s pobytem v přírodě (letní tábor).
- f) Rezidentní forma – tuto formu odborníci nedoporučují, pes náleží pouze jednomu pánovi, což v tomto případě není možné.
- g) Krizová intervence – zmírnění dopadu krize na psychiku cílové skupiny (záplavy, požáry, únik plynu, hlášení výbušniny).

²⁸ VELEMÍNSKÝ, M. *Zooterapie*. 1. vyd. České Budějovice: DONA, 2007. s. 335. ISBN 978-80-7322-109-6.

Canisterapie může být za měřena na:

- na rozvoj citových schopností (hlazení, mazlení, komunikace se psem),
- na rozvoj rozumových schopností (cílená hra, rozšiřování slovní zásoby)
- na rozvoj pohybových schopností (jemná, hrubá motorika, házení míčků),
- na relaxaci (vliv na psychiku a duševní rovnováhu klienta).²⁹

Cíle stanovené u dětí všech skupin

- pohyblivost - rozvoj jemné a hrubé motoriky, radost z pohybu, koordinace pohybu, sebeobsluha (stravování, hygiena, oblékání),
- psychická podpora – pozitivní naladění, radost, smích, úsměv, pohoda, relaxace, podpora sebevědomí, silných stránek, dovedností,
- kognitivní oblast, motivace – rozvoj smyslů, soustředění, myšlení, představivost, fantazie, učení, paměť, rozvoj komunikace, jazykových schopností,
- sociabilita a sociální dovednosti
- vztah ke psům, zvířatům, přírodě – pozitivní vztah ke psům, zvířatům, přírodě, jemné zacházení se psem, rozvoj pečovatelských dovedností, znalosti o péči psa, jeho výchovy, výcviku, chování a potřeb.³⁰

Hipoterapie

Hipoterapie je rehabilitační metoda, která využívá pohybu koně a jeho přenosu na člověka, spolu s psychologickým působením jízdy na koni.

Hipoterapie je součástí ergoterapie. Z ergoterapeutického hlediska můžeme provádět činnosti – práce ve stájích, čištění koní, příprava koně k jízdě.

Hipoterapie se rozděluje:

- a) Terapie s pomocí koní (EAT) – Equine - Assisted Therapy
 - hřebelcování koně k získání zlepšení rozsahu pohybu, rovnováhy, hrubé a jemné motoriky.
- b) Podpůrná psychoterapie s koňmi (EFP) – Equine - Facilitated Psychotherapy
 - kůň je využit jako nástroj mezi klientem a odborníkem.
- c) Praktická výuka s pomocí koní (EEL) – Equine Experiential Learning

²⁹ POMOCNÉ TLAPKY o. p. s. *Typy canisterapie*. [online]. 2009 [cit. 2014-01-05]. Dostupné z: <http://www.canisterapie.cz/cz/canisterapie-zakladni-informace/typy-canisterapie-38.html>

³⁰ VELEMÍNSKÝ, M. *Zooterapie*. 1. vyd. České Budějovice: DONA, 2007. s. 78. ISBN 978-80-7322-109-6.

- výukové programy, které jsou přizpůsobeny k seznámení se s výukovou látkou pro populaci se speciálními potřebami a problémy.
- d) S pomocí koní (EAP) – Equine-Assisted Psychotherapy
- využití koně se nachází v léčení psychických poruch a onemocnění.
- e) Hipoterapie – odvětví fyzioterapie – Hippotherapy
- fyzioterapeutická metoda využívající pohyb koně.
- f) Terapeutické ježdění – Therapeutic riding
- využívá koňské aktivity, terapeutické ježdění zahrnuje sportovní, volnočasové, rehabilitační a vzdělávací aktivity.³¹

³¹ VELEMÍNSKÝ, M. *Zooterapie*. 1. vyd. České Budějovice: DONA, 2007. s. 223, 224. ISBN 978-80-7322-109-6.

PRAKTICKÁ ČÁST

Praktická část diplomové práce je věnována dvěma základním oblastem. První oblast předkládá náměty na využití odpadových a zbytkových materiálů při práci s dětmi i s dospělými. Nové poznatky a zkušenosti autorka získává zúčastněným pozorováním v institucích zabývajících se ergoterapeutickými dílnami. Zkušenosti získávala na ZŠ Březnice, ve speciální škole v Příbrami, v domově důchodců v Příbrami, v azylovém domě v Příbrami a ve sdružení pro postižené osoby s názvem ALKA. Náměty na využití odpadových a zbytkových materiálů rozdělila do osmi skupin dle použitých surovin (1. papír a papírenské výrobky, 2. textilní materiály, 3. odpady při zpracování dřeva a použité výrobky z korku, 4. plasty, 5. kovové materiály, 6. parafín, vosk a mýdlo, 7. sklo, keramika a porcelán, 8. odpady při zpracování potravin). Každou skupinu stručně popisuje a s pomocí obrázků ukazuje, co lze z těchto materiálů vyrobit. Do odpadových materiálů autorka zařadila techniku tea bag folding (skládání z čajových sáčků), papírový pedig a techniku candy bag (skládání papírových tašek). Do zbytkových materiálů uvedla techniku práce z mačkaných kuliček krepového papíru, použití slaného pečiva a nešitý patchwork.

Ve druhé oblasti se snaží formou dotazníkového šetření odpovědět na otázku: Ovlivňují činnosti z odpadového a zbytkového materiálu běžný chod domácností s ohledem na ochranu životního prostředí? Porovnává zde dvě skupiny respondentů. Jednu skupinu tvoří běžné domácnosti z autorčina blízkého okolí a druhou skupinu tvoří osoby navštěvující pravidelně ergoterapeutické dílny. Základní hypotézou autorky je, že lidé, využívající v činnostech odpadové a zbytkové materiály, si hravou formou podvědomě vytváří vztah k ochraně životního prostředí a jsou více motivováni k třídění odpadů v domácnosti.

Závěr praktické části doplňuje zajímavostí z akce „Příbramské čajování“, která proběhla ve městě, odkud autorka pochází. Byla zde využita technika z odpadového materiálu a podařil se zápis do knihy rekordů.

3 NÁMĚTY NA VYUŽITÍ ODPADOVÝCH A ZBYTKOVÝCH MATERIÁLŮ

3.1 Náměty dle použitého materiálu

1. Papír a papírenské výrobky.
2. Textilní materiály.
3. Odpady při zpracování dřeva a použité výrobky z korku.
4. Plasty.
5. Kovové materiály.
6. Parafin, vosk a mýdlo.
7. Sklo, keramika a porcelán.
8. Odpady při zpracování potravin.

Papír a papírenské výrobky

Papír se využívá velmi často, je snadno dostupný, finančně nenáročný a vhodný pro výrobu recyklovatelného papíru. Je využitelný pro všechny věkové kategorie. Lze ho stříhat, trhat, mačkat, lepit a tvořit z něj i náročné modely. Získává se z obalů zboží (krabičky, ruličky od toaletního papíru, krabičky od sirek, kartónové obaly od vajíček, sáčky z čajů, tetrapackové krabice), z novin, z časopisů, z letáků, z kartonů atd. Dále se využívá papír krepový, balící, barevný, vlnitý, hedvábný, celofánový a pergamenový.

Při práci s papírem děti procvičují jemnou motoriku, špetkový úchop, svalstvo prstů, nácvik správného dýchání (mačkaná kulička a brčkem se dítě snaží foukat do kuličky). Rizika jsou poměrně malá, pozornost věnujeme práci s nožem a s nůžkami (nacvičit řezání papíru směrem od sebe).

Výrobky, které lze vytvořit:

- z papíru - přání, jmenovky, krabičky, origami (skládání květy), zvířátka, parník, čepici či kelímek,
- z krabiček – město, vláček,
- z čajových sáčků – skládání různých hvězd (přání, květy, záložky),

- z ruliček od toaletního papíru – dárková krabička, zvířátka, věneček, obrazce na zeď,
- z proložek od vajíček – zvířátka,
- z novinového a z letákového papíru - ruličky pro pletení papírového pedigu (věnce, misky, mísy, podkovy, zvonečky, tácy),
- z krepového papíru – tvoří se kuličky a lepí se obrázky,
- z pergamenového papíru – skládání průhledných hvězd do oken,
- z balícího papíru – ozdobné balení dárků, výroba krabičky.

Obrázek 2: Dárková krabička³²



Textilní materiály

Z textilu se využívají tkaniny, pleteniny, odstřížky, nitě, vlna, bavlna, silonové punčochy, rukavice, ponožky a plst'. Využívají se při pletení, při šití, při háčkování,

³² Zdroj: *Dárková krabička*. [online]. 2013 [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://mojedilo.ireceptar.cz/navody/darkova-krabicka>

při vyšívání, při uzlování, při tkaní a v kolážích z textilu. Procvičují se poznatky o textilních materiálech, rozvíjí se tvořivost, fantazie, jemná motorika, smyslové vnímání (barva, druh látky, příze) a estetické cítění. Dále ovlivňují mentalitu, seberealizují, procvičují úchop – štipcový úchop, pohyby předloktí, loktu a ramenního kloubu. Důležitý je nácvik s ostrými předměty (jehla, háček, jehlice, nůžky – správné ovládání, bezpečné zacházení, pohyb s nimi). Praktické činnosti s textilem jsou oblíbené zejména u děvčat. Velkou motivací je konečný výrobek (součást nebo ozdoba oděvu, dekorace do bytu či dárek).

Výrobky, které lze vytvořit:

- z rukavic, ponožek – zvířátka, panenky,
- z nití – šití (panenky, oblečení, polštářky),
- z vlny – pletení (šály, čepice, ponožky, svetry, bambulky),
- z bavlny – vyšívání (ubrusy, kapesníky, obrázky do rámečku),
- z odstřížků – různé koláže, návrhy oblečení na papírové postavy,
- z plsti – různé obrázky, zvířátka.

Obrázek 3: Ponožkoví psi³³



³³ Zdroj: BRÝDOVÁ, M. *Ponožkoví psi*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/napady/textilni-napady/93-ponozkovi-psi>

Odpady při zpracování dřeva a použité výrobky z korku

Použitelné jsou odřezky dřeva, piliny, hobliny, dřívka od zmrzliny, lékařské špachtle, korkové zátky, kolíčky. Dřevo je přírodním materiálem rostlinného původu. Procvičuje se jemná motorika, intelektové dispozice, zvládnutí hrubších úchopů, posilování svalstva horních končetin. Práce se dřevem může způsobit úrazy, příčinou je nevhodný materiál, špatný pracovní postup, nevyhovující nástroje, nářadí a pracovní prostředí. Práce se dřevem je rovněž součástí vzdělávacího programu na 2. stupni ZŠ – využívají se znalosti z matematiky (měření, rýsování), z biologie, z fyziky a z chemie (druhy dřevin, vlastnosti dřeva a jejich hodnocení).

Výrobky, které lze vytvořit:

- ze dřeva - prkénka, podložky, stojánky,
- ze dřívka od zmrzliny a z lékařské špachtle – domečky, podklad rámečků pro ubrouskovou techniku,
- z korkových zátek – vytvoření razítek, výroba závěsů, věnců,
- z nakrájených koleček z korku – koláže, korálky.

Obrázek 4: Korkový věnec³⁴



³⁴ Zdroj: *Korkový věnec*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://ruzenka.blog.cz/1312/na-vanocce-recyklace>

Plasty

Vhodné jsou kelímky, láhve, brčka, plastové uzávěry, fólie, polystyrén, obaly z kinder vajíček.

Výrobky z plastu jsou vhodné pro hru, pro rozvoj poznávání, pro zlepšení jemné motoriky a rozvoj tvořivosti, pro koordinaci ruky a oka, pro poznávání barev a pro nácvik stříhání. Plast používají i významní výtvarníci.

Výrobky, které lze vytvořit:

- z plastových brček – brož, šperky, závěs, řetěz, podložky,
- z PET lahví – ryby, květiny, zvířátka, peněženku,
- z plastových uzávěrů – barevné obrázky lepené na podložku nebo jen posunovací bez lepení,
- z kelímků – nádoby na tužky, ozdobné květináče.

Obrázek 5: Plastové želvy³⁵



³⁵ Zdroj: *Recycled plastic bottles into lovely turtles*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.goodshomedesign.com/recycled-plastic-bottles-lovely-turtles/>

Kovové materiály

Z kovových materiálů se používají: plechové obaly, dráty, kovové fólie, kovové zátky, pozlátka a alobal.

Výrobky, které lze vytvořit:

- z kovových zátek – přívěsky na klíče,
- z drátků – zápichy, šperky,
- z pozlátek od čokoládových mincí – lze je využít jako šupiny na kapra,
- z alobalu – rytí do alobalu (obrázky), skládané trojrozměrné hvězdy,
- z plechových obalů – stojánek na tužky, zvířátka, svícný.

Obrázek 6: Sněhulák ze zátek³⁶



³⁶ Zdroj: HOME DESIGN. *Creative bottle cap snowman*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=509266842502002&set=a.283763318385690.60602.280927288669293&type=1&theater

Parafín, vosk a mýdla

Používají se zbytky svíček, včelí vosk, voskové pastelky či zbytky rozstrouhaného mýdla.

Výrobky, které lze vytvořit:

- ze včelího vosku – výroba svíček, vykrojením vánočními vykrajovátky se získávají ozdoby na stromeček, ozdoby na dárky,
- za zbytků svíček – roztavením a nalitím do forem získáme nové svíčky,
- ze zbytků rozstrouhaného mýdla – nová mýdla s přidáním potravinářských barev a aroma.

Obrázek 7: Glycerinová mýdla³⁷



Sklo, keramika a porcelán

Používají se veškeré skleněné láhve a sklenice od zavařenin.

Skleněné láhve musí být zbaveny etiket a pečlivě vmyty. Láhve lze použít většinou jako dekorativní předměty či zásobníky. Ke zdobení se používají barvy

³⁷ Zdroj: autor práce (vlastní tvorba z kurzu s názvem Výroba mýdel pod vedením Blanky Sýkorové)

na sklo, lepení nastříhaných motivů z krepového nebo hedvábného papíru či ubrousková technika. Velmi vítané je užití fima, které dobře přilne na sklenici a nechá se zaschnout nebo zapéct v troubě. Dovnitř se vkládá svíčka, a tím vzniká krásný svícen. Láhve lze plnit sušenými květy, oblázky, mušličkami, barevnými kuličkami z papíru, barevnou koupelovou solí, ale i potravinami (mák, sůl, jáhly, rýže, čočka, fazole, kukuřice). Sklenice lze rovněž plnit gelem pro výrobu svíček a různými dekorativními a vonnými předměty (badyán, skořice, hřebíček, sušený pomeranč, jablko, barevný písek, mušle, atd.)

Obrázek 8: Láhev s luštěninami³⁸



³⁸ Zdroj: autor práce (vlastní tvorba)

Obrázek 9: Lucerna ze zavařovací sklenice³⁹



Obrázek 10: Vonné svíčky⁴⁰



³⁹ Zdroj: autor práce (vlastní tvorba)

⁴⁰ Zdroj: autor práce (vlastní tvorba)

Odpady při zpracování potravin

Využít lze semena z jablek, pecky, skořápky z ořechů, kůru z pomerančů, vyfouknuté nebo oloupané skořápky z vajíček.

Výrobky, které lze vytvořit:

- ze sušených jablek, z pomerančů a z ořechů – ozdoby na vánoční stromek či adventní věnec,
- z vyfouknutého vejce – velikonoční věnec, malovaná vejce,
- z oloupaných skořápek – (bílé nebo barvené) na různé obrazce jako mozaika,
- ze skořápek z různých ořechů (vlašské, burské) - zvířátka v kombinaci s papírem, s filcem a s peřím,
- ze skořápky z kokosového ořechu – ptačí budka pro zimní krmení ptáků,
- z různých semínek – ozdoba papírových krabiček, navlékání na nit (korále),
- ze slupky z jablek nebo z pomerančů – přírodní voňavá kytice (stočí se do kornoutků na špejli a přiváže se).

Obrázek 11: Ořechoví medvědi⁴¹



⁴¹ Zdroj: BRÝDOVÁ, M. *Ořechoví medvědi*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/napady/dekorace/297-orechovi-medvedi->

3.2 Náměty technik z odpadového materiálu

3.2.1 Tea bag folding

Tea bag folding znamená v českém překladu „skládání čajových sáčků“. Za tea bag se považuje papírový obal s názvem čaje a s obrázkem, do kterého je čajový sáček zabalen.

O historii této techniky se vypráví příběh odehrávající se v Holandsku v roce 1992. Slečna jménem Tiny chtěla pro svou sestru udělat přání k narozeninám, a jelikož neměla po ruce žádný dekorativní papír, tak to zkusila se sáčky od čaje.

Skládání čajových sáčků patří k jednoduchým formám starého japonského umění origami. Tea bag folding je skládání malých čtverečků do různých tvarů, které se posléze slepí do jednoho trojrozměrného modelu.⁴²

Práce s vytvořenými hvězdami umožňuje mnoho způsobů dalšího využití. Lze z nich zpracovat přání, hvězdu ve fólii vhodnou jako závěsnou ozdobu, přidáním papírového proužku se získá záložka do knih. Dále lze vytvořit ozdobné mašle na dárky, přilepením hvězdy na kartičku vzniká jmenovka, z větších dílů hvězd lze připravit krásné prostírání, ze zbytků se rozložením různých částí vytváří na čtvrtku nebo barevný papír koláž (slunce, jehličnatý strom, květiny).

Obrázek 12: Tea bag folding⁴³



⁴² BRÝDOVÁ, M. *Tea bag folding*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/techniky/7-techniky/334-tea-bag-folding>

⁴³ Zdroj: autor práce

3.2.2 Papírový pedig

Výrobky z papírového pedigu jsou krásné, lehké a lze je použít k různým účelům – jako bytové dekorace, doplňky nebo dárky. Papír je materiál, který se používá denně. Každý nový papír znamená zničení něčeho krásného, užitečného – stromů. V každé domácnosti se najde starý papír (časopisy, noviny, letáky). Je to vděčný materiál, snadno dostupný, finančně nenáročný a velmi dobře se s ním pracuje. Základním materiálem pro pletení z papírového pedigu je zhotovení papírových ruliček. K tomu je třeba dostatečné množství papíru, nůžky, špejle a tyčinkové lepidlo.⁴⁴

Obrázek 13: Adventní svícen z pedigu⁴⁵



Při výrobě papírového pedigu samozřejmě zbývají některé ruličky. Ty lze využít ještě dál jako zbytkový materiál na výrobu hvězdiček nebo svícnů. Jsou z papíru, proto se různě stříhají a slepují, tím se spotřebuje veškerý materiál.

⁴⁴ KRÁLIKOVÁ, M. *Pletení košíků z papírových pramenů*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. ISBN 978-80-247-3565-8.

⁴⁵ Zdroj: AZYL PŘÍBRAM. *Vánoční jarmark*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://blancasy.webgarden.cz/rubriky/fotky-z-prace/azyl-pribram/vanocni-jarmark-ad-foto>

Obrázek 14: Hvězdy z pedigu⁴⁶



3.2.3 Candy bag

Candy bag (skládaná taška) má letitou tradici. Dostala se k nám z Ameriky. Na počátku prý byla paní, která ráda mlsala a sbírala obaly od bonbónů. Když už jich měla mnoho, bylo jí líto je vyhodit a tak začala skládat tašky z těchto nastřádaných obalů.

Tašku lze vyrobit i z dalšího materiálu jako je např. novinový papír, reklamní letáky, katalogy, staré časopisy, barevné papíry a balící papíry. Tímto se získá tzv. ekologická taška.

⁴⁶ Zdroj: *Vánoční hvězdy z pedigu*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://media0.webgarden.cz/images/media0:5109dca1d4f7d.jpg/listopad%20164.jpg>

Obrázek 15: Skládaná taška⁴⁷



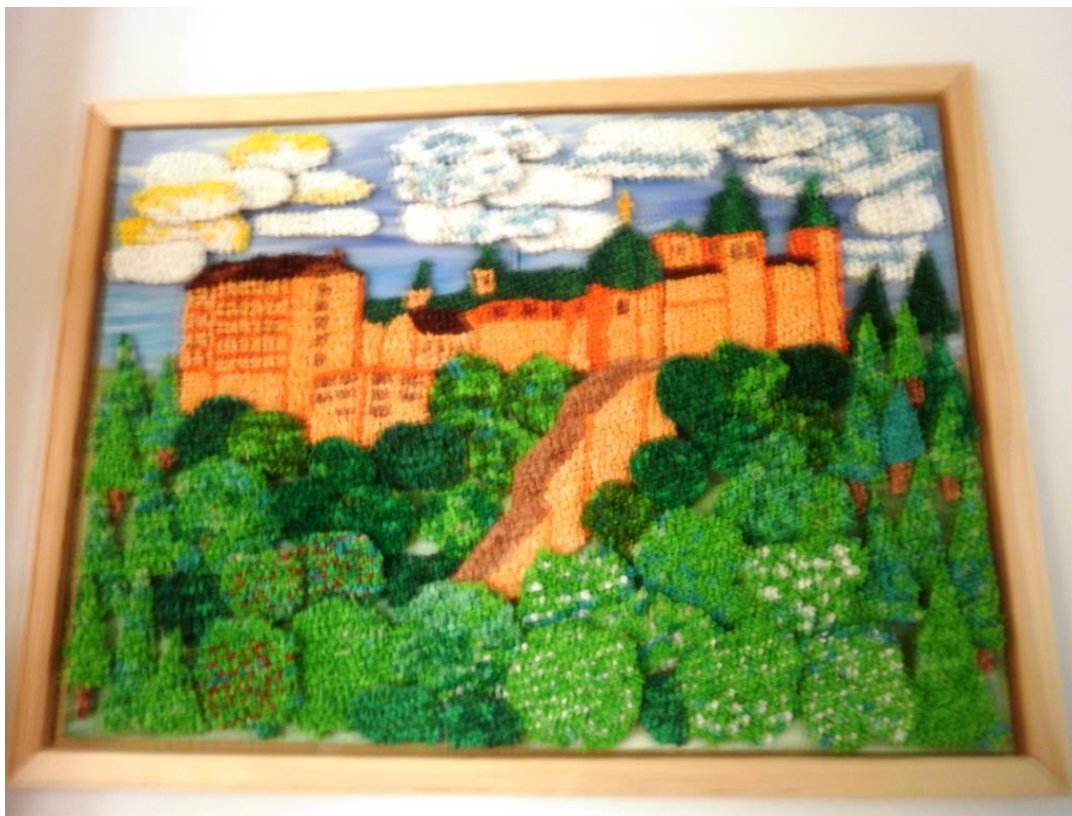
3.3 Náměty technik ze zbytkového materiálu

3.3.1 Kuličky z krepového papíru

Jednoduchá technika, kterou zvládnou děti i senioři. Je třeba si nastříhat čtverečky z krepového papíru a potom prsty muchlat a vytvořit kuličku. Kuliček se spotřebuje velké množství. Pokud jsou kuličky připravené, promyslí se projekt, který se namaluje na kus papíru či kartonu. Vezme se lepidlo Herkules a štětcem se lepidlo nanáší na karton. Na lepidlo se přilepují kuličky z krepového papíru - jedna vedle druhé, až dojde k zaplnění celé plochy.

⁴⁷ Zdroj: *Candy bag*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://www.simira.cz/kabelky/kabelcicka-candy-bag-papir-kabelka-cervena-darek-jaro-elegance-letak-44826>

Obrázek 16: Obraz z krepového papíru⁴⁸



3.3.2 Slané těsto

Slané těsto je ideálním výtvarným materiálem pro děti – je levné, dá se rychle vyrobit z několika málo přísad a velmi snadno se zpracovává. Nabízí při tvoření spoustu možností – hnětení, modelování, vykrajování, řezání i lisování. Dají se z něj vytvořit jednoduché i složitější tvary (např. obrázky či dekorace na stůl).

Hotové výrobky se mohou mořit různými mořidly na dřevo. Výrobky se rovněž dají malovat akrylovými barvami. Nalakované nebo namalované výrobky déle vydrží a péče o ně je jednoduchá.

⁴⁸ Zdroj: SÝKOROVÁ, B. *Dekorace v DD v Příbrami*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=520595174657668&set=a.229057397144782.74047.100001215713160&type=1&theater

Obrázek 17: Obraz ze slaného těsta⁴⁹



3.3.3 Nešitý patchwork

Jedná se o kreativní metodu, která je jednoduchá a zvládnou ji i menší děti. Obdobou je textilní technika - šitý patchwork, kde je ale potřeba jehla a nit. Je to zdobení mašličkami, které se ze stužek nastříhají na menší kousky a špendlíky se připichují na polystyrénový základ. Patchwork bez jehly – tuto techniku lze také najít pod názvy artyčoková technika, vpichovaná technika či skládaný patchwork.

Patchworkové ozdoby nešité se používají jako vánoční a velikonoční dekorace. Jako vánoční patchworkové ozdoby (ozdoby na stromeček, vánoční výzdoba bytu) se používají polystyrénové výlisky ve tvaru koule, zvonku či kruhu. V období jara a Velikonoc se používají velikonoční patchworkové ozdoby polystyrénové výlisky ve tvaru vejce a kruhu.

⁴⁹ Zdroj: autor práce

Obrázek 18: Nešité patchworkové koule⁵⁰



3.4 Praktické ukázky z ergoterapeutických dílen

3.4.1 Zúčastněné pozorování

Zúčastněné pozorování je styl výzkumu, ve kterém výzkumník participuje na každodenním životě lidí, které studuje. Pozorování znamená sledování činnosti lidí, záznam této činnosti, její analýzu a vyhodnocení. Stupeň ztotožnění bývá definován v těchto kategoriích: úplný pozorovatel, pozorovatel jako participant, participant jako pozorovatel a úplný participant – záleží na výzkumníkovi, jak se ztotožní se studovaným prostředím.

⁵⁰ Zdroj: autor práce

Tabulka 3: Metoda pozorování⁵¹

Stupeň ztotožnění	popis daného ztotožnění
Úplný pozorovatel	<ul style="list-style-type: none"> - pozorovatel je se zkoumanou skupinou spojen jen prostorově, - identita pozorovatele je členům skupiny známa, - má možnost všechen svůj čas věnovat pozorování, ale jeho přítomnost může ovlivnit chování pozorovaných osob.
Pozorovatel jako participant	<ul style="list-style-type: none"> - výzkumník je v sociální interakci se členy skupiny, ale nepředstírá, že je skutečným participantem.
Participant jako pozorovatel	<ul style="list-style-type: none"> - výzkumník plně participuje na životě skupiny, ale nezatajuje, že také dělá výzkum.
Úplný participant	<ul style="list-style-type: none"> - výzkumník přijímá plně roli člena skupiny, kterou hodlá studovat, - jeho role není ve skupině nikomu známa.

Autorka si pro svou práci zvolila styl výzkumu metodou pozorování. Působila jako pozorovatel (stupeň ztotožnění si zvolila participant jako pozorovatel) v institucích zabývajících se pracovními činnostmi s různými věkovými skupinami. Autorka fungovala v roli tazatele, pozorovatele, ale rovněž se daných aktivit účastnila.

3.4.2 Ergoterapeutické dílny

Ergoterapeutické dílny jsou zřizovány v různých zařízeních (domovy důchodců, azylové domy, stacionáře, atd.), které se zaměřují na řemeslné a výtvarné činnosti.

⁵¹ Zdroj: HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základy teorie, metody a aplikace*. 2. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2008. ISBN 978-80-7367-485-4.

Zabývají se činnostmi: např. pletení z pedigu, z papírového pedigu, tea bag folding – skládáním z čajových sáčků, práce s fimo hmotou, korálkování – výroba bižuterie, vánočních ozdob, květů, stromečků, iris folding, decoupage, práce s ovčím rounem, enkaustika, pryskyřice, smaltování, mýdlování, powertex, twist art, drátkování, pergamano, quilling, big shot, scrabbooking, candy bag, práce s papírem, práce s přírodním materiálem, práce s textilem atd. V ergoterapeutických dílnách nejde jen o terapeutické činnosti, ale i o pracovní seberealizaci některých těžce handicapovaných osob. Pro tyto osoby jsou pracovní příležitosti nedostupné.

Cílem ergoterapeutických dílen je integrace, kontakt s dalšími klienty, zdokonalování v sebeobsluze a v samostatnosti, zlepšení psychického i zdravotního stavu. Učí se komunikovat s ostatními v situacích běžného života a postupně se stávají méně závislými na dalších lidech.

3.4.3 ZŠ Březnice

Ve školním zařízení se volí činnosti odpovídající věku dítěte a danému vzdělávacímu programu.

Rámcový vzdělávací program ZŠ Březnice:

V předmětech Pracovní činnosti a Praktické činnosti je realizován obsah vzdělávací oblasti Člověk a svět práce.

Oblast Člověk a svět práce postihuje široké spektrum pracovních činností a technologií, vede žáky k získání základních uživatelských dovedností v různých oborech lidské činnosti a přispívá k vytváření životní a profesní orientace žáků.

Koncepce vzdělávací oblasti Člověk a svět práce vychází z konkrétních životních situací, v nichž žáci přicházejí do přímého kontaktu s lidskou činností a s technikou v jejich rozmanitých podobách a širších souvislostech.

Vzdělávací oblast Člověk a svět práce se cíleně zaměřuje na praktické pracovní dovednosti a návyky a doplňuje celé základní vzdělání o důležitou složku nezbytnou pro uplatnění člověka v dalším životě a ve společnosti. Tím se odlišuje od ostatních vzdělávacích oblastí a je jejich určitou protiváhou. Je založena na tvůrčí myšlenkové spoluúčasti žáků.⁵²

⁵² ZŠ BŘEZNICE. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z www.zsbreznice.cz

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání je podle stupně rozdělen na tématické okruhy:

1. stupeň (1. - 5. ročník) – 4 tématické okruhy:

- práce s drobným materiálem,
- konstrukční činnosti,
- pěstitelské práce,
- příprava pokrmů.

2. stupeň (6. - 9. ročník) – 8 tématických okruhů:

- práce s technickými materiály,
- design a konstruování,
- pěstitelské práce a chovatelství,
- provoz a údržba domácnosti,
- příprava pokrmů,
- práce s laboratorní technikou,
- využití digitálních technologií,
- svět práce.

Poznatky z praxe na ZŠ Březnice:

Uváděné techniky si autorka diplomové práce vyzkoušela v praxi s dětmi 1. i 2. stupně základní školy. Téměř již tradicí se stává tématické vyučování s vánočním zaměřením na ZŠ Březnice, kterého se autorka zúčastňuje již několik let. Každý rok se snaží dětem ukázat nové techniky, které nejsou náročné na materiál.

V loňském roce vyráběla se žáky 5. a 6. tříd při „Vánočním jarmárku“ přáníčka technikou tea bag foldingu. Děti byly z výroby nadšené. Přáníčka lze vyrábět i dětmi z 1. stupně.

Obrázek 19: Vánoční vyrábění na ZŠ Březnice⁵³



Obrázek 20: Vánoční přání technikou tea bag folding⁵⁴



Při letošním vyrábění se autorka zaměřila na techniku nešitého patchworku. Všechny děti 2. stupně techniku bez problému zvládly a velice si jí oblíbily.

⁵³ Zdroj: autor práce

⁵⁴ Zdroj: autor práce

Při následném hodnocení dané aktivity žáci mnohdy uváděli, že jim rodiče nevěřili, že to vyráběli sami a prý padl i dotaz, kde tuto vánoční kouli koupili.

Obrázek 21: Nešitý patchwork⁵⁵



Obrázek 22: Vánoční koule z nešitého patchworku⁵⁶



⁵⁵ Zdroj: autor práce

⁵⁶ Zdroj: autor práce

3.4.4 Speciální škola Příbram

Speciální škola v Příbrami je určena žákům se speciálními vzdělávacími potřebami. Nabízí základní vzdělávání na Základní škole praktické pro žáky s lehkým mentálním postižením nebo na Základní škole speciální pro žáky se středně těžkým a těžkým mentálním postižením. Škola vzdělává příbramské žáky, ale i žáky z celého regionu, kteří mají výukové problémy na běžném typu základních škol. Škola dále nabízí i střední vzdělávání a absolventi nacházejí uplatnění u pomocných pracích při výrobě nebo v chráněných dílnách.⁵⁷

Vzdělávací obsah oboru Člověk a svět práce je v Rámcovém vzdělávacím programu zvláštní a pomocné školy pro 1. stupeň rozdělen na tyto tématické okruhy:

Pracovní činnosti pro speciální ZŠ se rozdělují na:

- sebeobsluhu,
- práce s drobným materiálem,
- práce montážní a demontážní,
- pěstitelské práce,
- práce v domácnosti.

Další zkušenosti autorka diplomové práce získávala na speciální škole v Příbrami. Využila možnosti a nahlédla do různých školních dokumentů (např. do IVP = individuálního vzdělávacího plánu, do ŠVP = školního vzdělávacího programu, do RVP = rámcového vzdělávacího programu) a do zdravotnické dokumentace žáků. Seznámila se s didaktickými učebními materiály, používanými kompenzačními, relaxačními a rehabilitačními pomůckami. Dále se dozvěděla něco o historii školy, o vedení a o struktuře školy.

Praxe probíhala formou náslechnů a pak i samotnou výukou ve třídách – praktické školy – 1. ročník, praktické školy – spojené ročníky 2. a 4., speciální třídy + rehabilitační třídy. Ve všech třídách autorka získávala nové poznatky, dovednosti a zkušenosti. Velmi zajímavé byly ukázky hodin v praktické třídě spojených ročníků 2. a 4., kde je výuka pro učitele velmi náročná. Pedagog musí vybrat stejné téma pro oba dva ročníky, ale učivo obsahově přizpůsobit vědomostem a zralostí žáků jednotlivých ročníků. Vyučující využívají nejrůznější moderní technologie k naplnění očekávaných výstupů. S programy na interaktivní tabuli je výuka názornější a pro děti

⁵⁷ BARTL, P. *Úvodní slovo ředitele*. [online]. [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://ouu.pb.cz/a-uvodslovo.html>

mnohem poutavější. Tato digitální pomůcka pomáhá pedagogovi zaujmout potřebnou skupinu žáků, kteří se věnují samostatné práci, a tím se učitel může věnovat druhému ročníku, kterému vykládá novou látku. Poté si práci jednotlivé ročníky vymění.

Další velmi zajímavou zkušeností byla účast ve speciální třídě, kde žáci zvládají učivo s dopomocí. Pedagogové zde používají nejrůznější didaktické učební materiály a hlavně pomůcky, které si vyrábějí vyučující v této třídě sami. Pracují zde především na principu názornosti. Snaží se kombinovat slova s obrázky, vše mají zvětšené, tištěné na tvrdém papíře, samozřejmě barevně odlišené a zalaminátované, aby se kartičky dobře držely a nepoškodily se. Některé kartičky mají ze spodní strany přilepený suchý zip a jeho druhou část připevněnou na velké čtvrtce, kam žáci malé kartičky přiřazují k daným kolonkám.

Autorka se rovněž zúčastnila nejrůznějších školních akcí (např. canisterapie, solné jeskyně, muzikoterapie, školního karnevalu s diskotékou a divadla). Muzikoterapie využívá harmonizujících a léčebných účinků hudby a cíleného zvuku, působí na buněčné úrovni a je jednou z nejhlubších cest do nitra člověka.⁵⁸ Působením živé hudby na organismus při receptivní muzikoterapii v oblastech smyslového i nadsmyslového vnímání dochází ke stavu celostní harmonizace neboli k celkovému uvolnění a relaxaci. Dalo by se hovořit o zvukové masáži těla i duše nebo o prozáření zvukem.⁵⁹

Na začátku hodiny si žáci vybírají různé hudební nástroje (bubínky, rolničky, dřívka na vyťukávání, triangel atd.) a následně pár minut do hudebních nástrojů libovolným způsobem bouchají. Po pár minutách se začíná vytleskávat a následně hrát na tyto hudební nástroje – tiché tóny, hlasité tóny. K relaxaci je vhodná uklidňující hudba, kterou žáci poslouchají se zavřenýma očima.

⁵⁸ VRŠKOVÁ ZOUBKOVÁ, A. *Muzikoterapie*. © [online]. 2010 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.saubrno.cz/index.php/vyucovane-seminare/muzikoterapie>

⁵⁹ ŠEVČÍK, D. *Muzikohraní*. © [online]. 2009 - 2012 [cit. 2013-12-22]. Dostupné z: <http://www.muzikohrani.cz/muzikoterapie/>

Obrázek 23: Práce s modelovací hmotou⁶⁰



Obrázek 24: Vánoční perníčky⁶¹



Žáci speciální školy v Příbrami pracují nejčastěji s papírem, ale i s modelovací hmotou, pomáhají při pečení perníčků a ti starší zkouší i kreativní techniku „papírový pedig“. Jde o techniku z recyklovatelného papíru (noviny, časopisy), ze kterého si nejprve vyrobí smotáním ruličky a z těch potom pletou různé košíčky. Samozřejmě veškeré činnosti tvoří s dopomocí.

⁶⁰ Zdroj: autor práce

⁶¹ Zdroj: autor práce

3.4.5 Domov důchodců Příbram

Domov důchodců v Příbrami sídlí na Březových Horách. Ergoterapeutem je zde pani Blanka Sýkorová, která se dvakrát týdně stará o pracovní činnosti seniorů, kteří toho již sami moc nezvládnou. Ergoterapeutka vymýšlí takové techniky, aby byli senioři schopni s její pomocí něčeho dosáhnout. Tvoří společně, kdy každý senior dělá určitou práci a pak vznikne celé dílo. Důležité je, že každý dělá to, co je v jeho možnostech a hlavním cílem konečného výrobku je kompletace a společná práce. Nejčastěji pracují s papírem např. ze sáčků od čajů, z kartónu, z kuliček z krepového papíru a ze slaneho těsto. Tyto techniky navzájem kombinují. Výtvary z kuliček z krepového papíru jsou zde velmi oblíbené. Je to jednoduchá technika a výsledek má vysoký efekt. Nejprve se domluví, jaký obrázek se vytvoří. Ergoterapeutka následně na starý kartónový papír, získaný většinou z nějakého obchodního domu po rozbalení zboží, namaluje třeba strom, perníkovou chaloupku, sovu či jiný obrázek. Každý senior dostane jednu barvu krepového papíru, někteří i nastříhaný a může se začít. Senioři si vezmou kousek krepového papíru a snaží se z něho vytvořit kuličku, kuliček musí být velké množství. Schopnější senioři si vezmou část kartonu – třeba perníček na perníkovou chaloupku, lepidlo Herkules, štětec a natírají plochu kartonu lepidlem, na který pak přilepují připravené kuličky a musí zaplnit celou plochu. Ergoterapeutka se snaží výrobu obrázku spojit i s dalším vzděláváním. Např. u obrázku s květinami vyhledá v odborné literatuře přesné názvy rostlin, které přepsané i v latině na kartičkách přilepí ke každé rostlině na obrázku. Senioři pak poznávají rostliny, povídají si o nich, jak vypadají a kde se vyskytují.

Obrázek 25: Dekorace z krepového papíru⁶²



⁶² Zdroj: SÝKOROVÁ, B. *Dekorace v DD v Příbrami*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=520595174657668&set=a.229057397144782.74047.100001215713160&type=1&theater

Na tento obraz bylo použito tisíce mačkaných kuliček z krepového papíru o velikosti hrášku. Výroba obrazu trvala měsíc a půl. Zároveň obraz putoval na výstavu seniorů v Lysé nad Labem. Ruka dole na obraze značí: „nevěřím, musím si sáhnout“.

Obrázek 26: Obraz z mačkaných kuliček⁶³



⁶³ Zdroj: SÝKOROVÁ, B. *Dekorace v DD v Příbrami*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://blancasy.webgarden.cz/rubriky/fotky-z-prace/domov-duchodcu>

3.4.6 Azylový dům Příbram

Azylový dům v Příbrami je určen pro oběti domácího násilí, pro osoby bez přístřeší, pro osoby v krizi a pro rodiny s dítětem či s dětmi. Je zde vymezená místnost, která slouží jako herna a dílna. Ergoterapeuta v azylovém domě dělá rovněž paní Blanka Sýkorová. Ta se stará o volný čas klientů a vyrábí s nimi různé výrobky, které pak prodávají na vánočním či velikonočním jarmarku. Jarmark se pravidelně každý rok koná na Waldorfské škole v Příbrami. Výtěžek z prodeje výrobků je použit na terapie v azylovém domě. Výrobky jsou rovněž vyvěšeny na chodbách, na nástěnkách a na oknech azylového domu, které tyto prostory zkrášlují.

V azylovém domě se věnují různým technikám např. papírový pedig, pedig, korálkování, dekorace ze starých knih, enkaustika, twist art, ubrousková technika, pergamano, drátkování, tea bag folding, pryskyřice, kusudamy, nešitý patchwork, odlévání mýdel, dekorace z živých a suchých materiálů pro výrobu věnců, práce s fimem, práce s papírem. Pro děti je připravena vždy jednodušší varianta. Dále malují vodovkami, voskovkami, tvoří mandaly, modelují se slaneho těsta, vyřezávají různé tvary na stroji zvaném Big Shot – zde se vyměňují šablony a děti pouze točí klikkou, pak vypadnou ze strojku výřezy. Ty slouží k dalšímu zdobení.

Obrázek 27: Vazba ze suchých květin⁶⁴



⁶⁴ Zdroj: AZYL PŘÍBRAM. *Vánoční jarmark*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://media1.webgarden.cz/images/media1:5109db7239031.jpg/duben%20042.jpg>

3.4.7 ALKA

ALKA je organizace, kterou založili v roce 2005 rodiče a speciální pedagogové dětí s vážným tělesným a kombinovaným postižením z Příbrami a ze širokého okolí.⁶⁵

Klientelu tvoří děti i dospělí s různým postižením (např. autismus, Downův syndrom), nejčastější je kombinované postižení. Všechny aktivity se uskutečňují v prostorách Oblastní nemocnice Příbram na Zdaboři. Nabízí fyzioterapii, muzikoterapii, hipoterapii, řemeslné dílny, odborné poradenství, odlehčovací služby, denní stacionář a rehabilitaci. Hipoterapie se koná v obci Kozičín - vzdálené 4 km od Příbrami. Jsou zde výborné podmínky pro organizaci - Alka sídlí v budově v přízemí, je zde bezbariérový prostor, parkoviště, zastávka městské hromadné dopravy i autobusové spojení do okolních vesnic. Dále ALKA zřídila tzv. nácvikový kiosek, který je umístěn v prostorách bývalé vrátnice v nemocnici. Byl otevřen 23. května 2013. Zde si klienti nacvičují prodej zboží, komunikaci s cizími lidmi (se zákazníky), osvojení obsluhy a další praktické dovednosti (např. balení zboží, poznávání zboží, finančních hodnot, zacházení s penězi). Zákazníci si mohou v kiosku zakoupit nakládané utopence, nakládané sýry osvědčených receptur, výrobky samotných klientů – pletené košíky, náušnice, přívěsky, dárky z keramiky. Nácviková kuchyň – klienti se domluví, co si uvaří – společně nakoupí suroviny, uvaří, prostřou stůl a pak vše s chutí sní. V kuchyni mají pomůcky na krájení chleba, mazání pomazánek, nalévání čaje. Používají tzv. piktogramy, na kterých si ukazují a třídí potraviny, které budou potřebovat. Piktogram je grafický znak znázorňující pojem nebo sdělení obrazově. Většinou jde o malý a srozumitelný náčrt věci.⁶⁶ Jsou to obrázky vytištěné na bílém tvrdém papíru, u každého obrázku je i název a kartička je zafóliovaná. Dále se učí pracovním návykům – umýt a vyluxovat auto.

Probíhající aktivity v návaznosti na ergoterapii (výtvarné a rukodělné techniky – keramika, tkaní na stavech, pískovničky, axiom, malba, kresba, vytváření koláží, mokré plstění, pletení košíků z pedigu, práce s papírem). Pískovničky – jsou dřevěné nebo plastové krabice, ve kterých je písek. Klienti do něj malují prstem, prohazují písek mezi prsty – je to vynikající nástroj pro rozvoj grafomotoriky. Výroba košíků – košíky se vyrábí z pedigu, lze zakoupit i barvený. Nejprve se musí pořídít nějaké dřevěné dno s dírkami, do kterých se protahují pásky z pedigu. Pásky se namáčí ve vodě v lavoru,

⁶⁵ ALKA, o. p. s. *O ALKA o. p. s.* [online]. 2011 - 2014 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://www.alkaops.cz/co-je-alka-o-p-s/o-alka-o-p-s/>

⁶⁶ WIKIPEDIE. *Piktogram.* [online]. 2014 [cit. 2014-01-25]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Piktogram>

aby změkly a dobře se s nimi pracovalo a nelámaly se. Pak se už klienti pouští do samotného pletení. Keramika – z keramiky vyrábí hrnečky, přívěšky, vánoční anděly. Práce s keramikou je velice oblíbená. Práce s papírem – dělají různá přání, pokus s barvou (barva se posypává solí a získá se zajímavý efekt), namáčení rukou do prstových barev a tiskají společně na obrovské archy papírů. Dále pracují s předem vyřezanými motivy, které lepí na papíry a vznikají krásné koláže. Axiom – je pomůcka ze dřeva. Stojánek s několika tyčkami, kterými se protahují dřevěné větší kuličky (různě barevné) a vznikne obrazec.

Při ergoterapii se využívají různé metody a techniky, kdy se nacvičují konkrétní dovednosti vedoucí k začlenění jedince.

Obrázek 28: Návčivkový kiossek ALKA⁶⁷



⁶⁷ ALKA, o. p. s. O ALKA o. p. s. [online]. 2013 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: http://www.alkaops.cz/fotogalerie/334_cerven-2013-prodej-v-kiosku/

3.5 Příbramské čajování - mandalování

Dne 23. června 2012 v sobotu se konala v Příbrami akce pod názvem Příbramské čajování. Z čajových sáčků se skládala ohromná mandala. Mandala měří 1,75 m, je složena v 36 řadách z 5 068 kusů sáčků. Průběžně se na vytvoření mandaly vystřídal 65 lidí, kteří přispěli k vytvoření rekordu. Tímto se Příbram se svou mandalou zapsala do české knihy rekordů. Před touto akcí byl zaznamenán jeden jediný rekord tohoto druhu ve sběru sáčků a skládání hada, který držela ZŠ a MŠ Prosenice v počtu 16 727 kusů sáčků.

Obrázek 29: Mandalování⁶⁸



Příbramského čajování se autorka zúčastnila jako pořadatel, kdy měla za úkol nově přicházejícím lidem ukazovat správné skládání dílku z čajových sáčků pro vytvoření mandaly. Byt po ruce hlavním organizátorům při výběru barev a příslušného počtu vytvořených částí. Přispěla jsem i sběrem čajových sáčků. V krabici byl přesný počet 1500 ks. Myslím, že se tato akce povedla, hlavně Příbram se zapsala do knihy rekordů.

⁶⁸ SYNKOVÁ, M. *Příbramské čajování se zapsalo do české knihy rekordů*. [online]. 2013 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://www.pribram.cz/clanek-pribramske-cajovani-se-zapsalo-do-ceske-knihy-rekordu-fotogalerie>

4 PRŮZKUM

4.1 Popis, cíl, hypotéza a metodologie průzkumu

Druhá základní oblast praktické části diplomové práce je založena na průzkumu zaměřeného na každodenní provoz domácností. Respondenti jsou dotazováni na třídění odpadů, šetření vodou a energiemi a na ochotu chovat se šetrně k životnímu prostředí.

Cílem průzkumu je porovnání běžných domácností z autorčina blízkého okolí a domácností, jejichž členové navštěvují pravidelně ergoterapeutické dílny (cílovou skupinu tvoří ženy z azylového domu v Příbrami, senioři z domova důchodců v Příbrami, rodiče a pedagogové dětí s vážným tělesným a kombinovaným postižením z organizace ALKA v Příbrami a pracovníci, kteří ergoterapeutické dílny v Příbrami vedou).

Základní hypotézou autorky totiž je, že u skupiny lidí navštěvující ergoterapeutické dílny a využívající v činnostech odpadové a zbytkové materiály dochází hravou formou k vytváření elementárního povědomí o ochraně životního prostředí. U této skupiny lidí autorka již v minulosti vyzorovala potřebu nakládat s odpadovým materiálem tak, aby jeho konečné zpracování přineslo člověku užitek. Cílem dotazníkového šetření je zjistit, zda se tento přístup odráží i v každodenním provozu domácností těchto respondentů. Hypotézou autorky tedy je, že poznávání materiálů prostřednictvím pracovní výchovy pomáhá přimět jednotlivce nenásilnou formou vnímat jako potřebu a nutnost automaticky třídít odpad pro zlepšení životního prostředí.

Autorka provádí průzkum dotazníkovým šetřením. Dotazník se skládá ze 12 otázek, které jsou použity ze standardizovaného testování Sociologickým ústavem AV ČR. Centrum pro výzkum veřejného mínění v roce 2009 zkoumalo ekologické chování domácností.⁶⁹ Formulář byl upraven pro potřeby a validitu šetření této diplomové práce.

Pro porovnání jednotlivých ukazatelů autorka vybrala dvě skupiny respondentů. Jednu skupinu tvoří lidé, kteří pravidelně navštěvují ergoterapeutické dílny a věnují

⁶⁹ ŠTOHANZLOVÁ, I. *Ekologické chování domácností*. [online]. 2009 [cit. 2014-01-25]. Dostupné z: <http://cvvm.soc.cas.cz/ekologie/ekologicke-chovani-domacnosti>

se činností z odpadových a zbytkových materiálů. Dotazníkové šetření probíhalo ve výše zmiňovaných institucích (v azylovém domě v Příbrami, v organizaci ALKA v Příbrami a v domově důchodců v Příbrami). Otázky zodpovídali anonymně nejen klienti, ale zároveň pracovníci, kteří se těmito činnostem věnují téměř denně. S pomocí dotazníku by mělo dojít k potvrzení či vyvrácení hypotézy, že pravidelné setkávání a práce s odpadovými a zbytkovými materiály vytváří podvědomou potřebu chovat se šetrněji k životnímu prostředí. Autorka během své praxe vyzorovala, že tito jedinci mají automatické tendence nakládat vhodným způsobem s odpady a vytvářejí si tak elementární povědomí o materiálech, se kterými se ve svém životě každodenně setkávají. Poznáváním druhů odpadového materiálu a zjišťování možností druhotného využití a zpracování, by mohlo vést k vysoké motivaci třídít odpad i v daných domácnostech. Druhou skupinu tvoří lidé z autorčina blízkého okolí. Jedinci však nebyli vybíráni nahodile, nýbrž tak, aby byla základní kritéria (věk, pohlaví a nejvyšší dosažené vzdělání) srovnatelná.

4.2 Realizace průzkumu

Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 100 respondentů. 50 z nich uvedlo, že pravidelně navštěvuje ergoterapeutické dílny, což bylo základním kritériem pro výběr poloviny respondentů. Druhá část uvedla, že s ergoterapeutickými metodami nemá pravidelné zkušenosti.

První tři otázky se týkaly pohlaví, věku a nejvyššího dosaženého vzdělání. Autorka věnovala výběru respondentů velkou pozornost. Dbala na to, aby tato základní tři kritéria byla srovnatelná a nepřevažoval v jednom testovaném souboru například počet žen či seniorů oproti souboru druhému, což by se dle testované skupiny v azylovém domě a v domově důchodců mohlo snadno přihodit.

Z celkového počtu respondentů tvoří 28% muži a 72% ženy. Průměrný věk mužů, kteří v dotazníku zaškrtili, že se pravidelně účastní ergoterapeutických dílen je přibližně 59,9 let. Průměrný věk druhé skupiny testovaných mužů je asi 46,7 let. Průměrný věk žen, které pravidelně navštěvují ergoterapeutické dílny je asi 55,7 let a průměrný věk žen, které uvedly, že nenavštěvují tento typ dílen je přibližně 40,8 let.

Z celkového počtu respondentů je 17% osob se základním vzděláním, 25% má střední odbornou školu bez maturitní zkoušky, 41% má ukončenou střední školu maturitní zkouškou a 17% je v testovaném souboru vysokoškolsky vzdělaných lidí.

Tabulka 4: Nejvyšší dosažené vzdělání testovaných mužů⁷⁰

	MUŽI navštěvující ergoterapeutické dílny	MUŽI nenavštěvující ergoterapeutické dílny	MUŽI celkem
Z	1	1	2
SOU	5	3	8
SŠ	6	8	14
VŠ	2	2	4
Celkem	14	14	28

Tabulka 5: Nejvyšší dosažené vzdělání testovaných žen⁷¹

	ŽENY navštěvující ergoterapeutické dílny	ŽENY nenavštěvující ergoterapeutické dílny	ŽENY celkem	CELKEM
Z	11	4	15	17
SOU	8	9	17	25
SŠ	11	16	27	41
VŠ	6	7	13	17
Celkem	36	36	72	100

- Z – základní vzdělání
 SOU – střední odborné bez maturitní zkoušky
 SŠ – střední odborné s maturitní zkouškou
 VŠ – vysokoškolské vzdělání

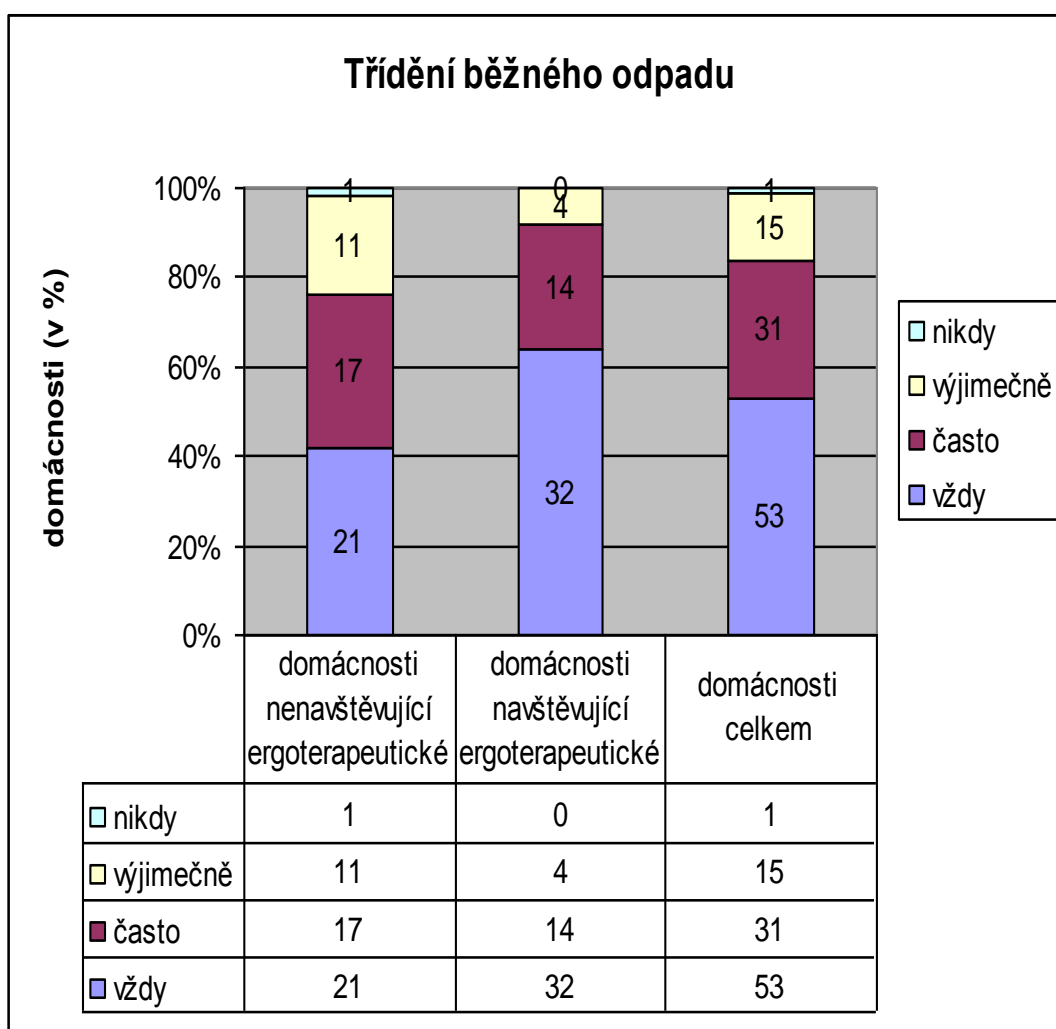
Následující otázky se již týkají každodenního provozu domácností dotazovaných osob. Sledovaná hlediska jsou: třídění odpadů, šetření vodou a energiemi a ochota šetřit životní prostředí.

⁷⁰ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

⁷¹ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

Z nabídnutých forem chování šetrných k životnímu prostředí je dle vyjádření dotazovaných osob v jejich domácnostech nejčastější třídění odpadu. 84% respondentů uvedlo, že „vždy“ či „často“ třídí běžný odpad. Rozdíl mezi porovnávanými skupinami v kategorii „vždy třídíme běžný odpad“ je 11% ve prospěch osob, které v dotazníku uvedli, že pravidelně navštěvují ergoterapeutické dílny. V součtu kategorií „výjimečně či nikdy netřídíme běžný odpad“ je zjištěno 12% osob ze skupiny běžné domácnosti a pouze čtyři osoby z domácností, které navštěvují instituce s provozem pracovní výchovy. Z této skupiny respondentů rovněž nikdo neuvedl možnost, že „nikdy netřídí běžný odpad“.

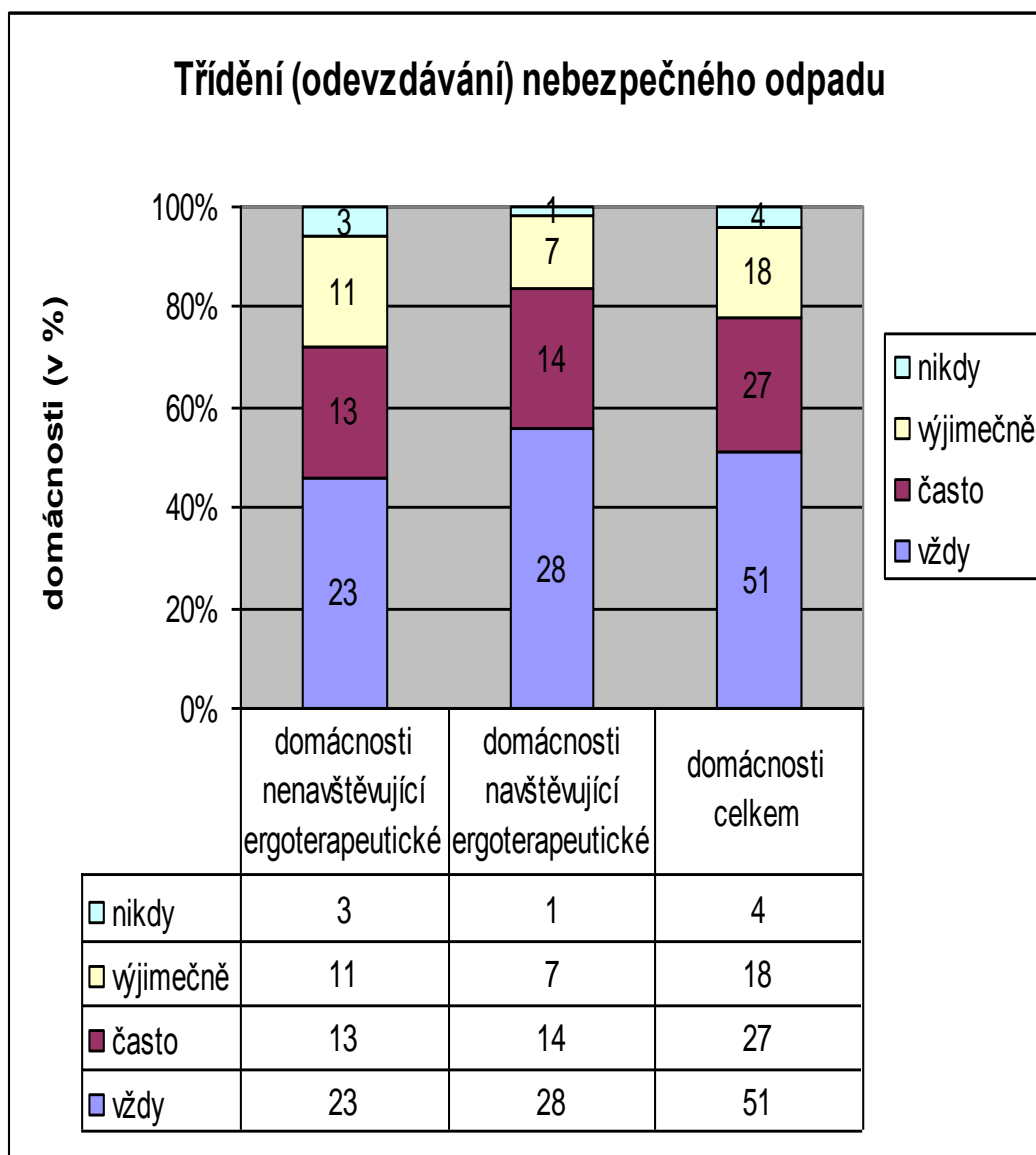
Graf 1: Třídění běžného odpadu⁷²



⁷² Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

Ke třídění nebezpečného odpadu se v dotazníkovém šetření hlásí 78% respondentů. Z běžné populace „vždy“ či „často“ odevzdává nebezpečný odpad 36 dotazovaných. V druhé skupině tuto variantu uvádí 42 osob. 22% osob naopak uvádí, že odevzdává nebezpečný odpad „výjimečně“ či „nikdy“. Tuto odpověď zapsalo 14 osob ze skupiny běžné populace a 8 osob z respondentů věnujících se pravidelně pracovní výchově.

Graf 2: Třídění (odevzdávání) nebezpečného odpadu⁷³

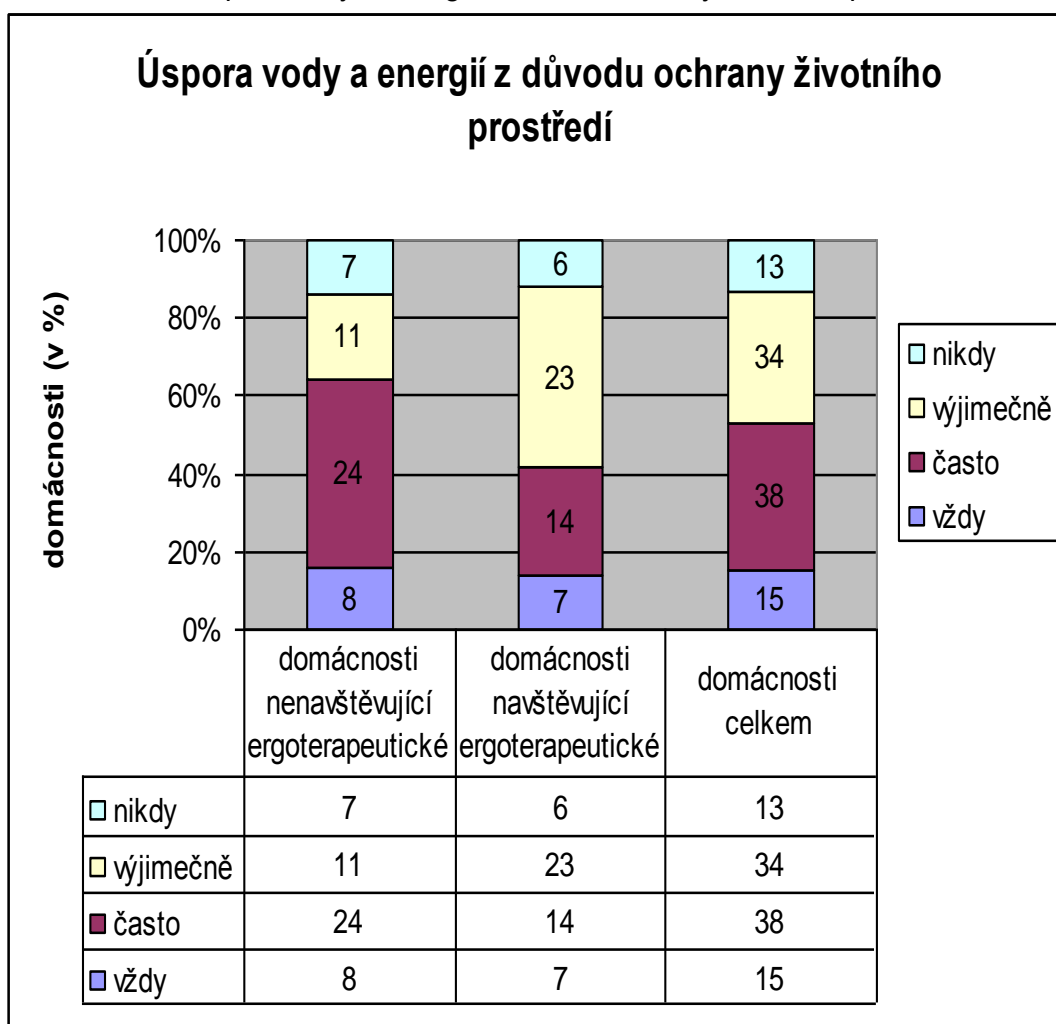


⁷³ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

Celkově méně lidí uvedlo, že šetří vodou a energiemi z důvodu ochrany životního prostředí. Možnost, že tato úspora je „vždy“ či „často“, zaškrtno v dotazníkovém šetření 53% respondentů. 32% osob je ze skupiny běžné populace a 21% ze druhé testované skupiny. 13% dotazovaných osob uvádí, že nikdy nešetří vodu a energii z důvodu ochrany životního prostředí.

Z grafu vyplývá, že celkově více respondentů navštěvujících ergoterapeutické dílny „nikdy“ či „výjimečně“ šetří vodu a energii z důvodu ochrany životního prostředí. Tuto informaci uvedlo 29 osob z této skupiny a 18 respondentů z domácností běžné populace.

Graf 3: Úspora vody a energií z důvodu ochrany životního prostředí⁷⁴

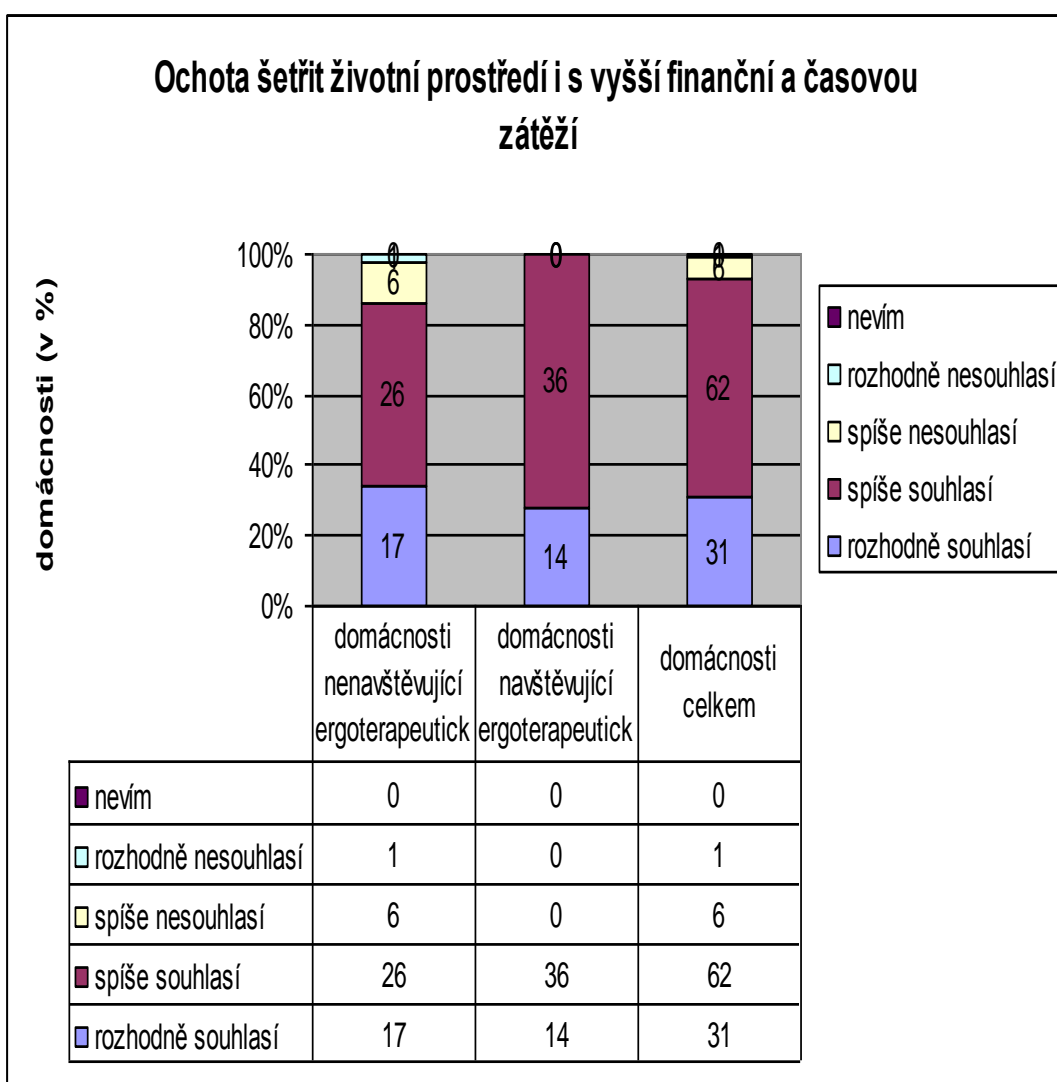


⁷⁴ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

Dotazovaní se dále vyjadřovali k výrookům, které obecně symbolizují ochotu osobního přičinění v otázkách ochrany životního prostředí.

93% respondentů uvádí, že je dobré něco dělat pro životní prostředí, přestože je třeba obětovat čas či peníze. Ze skupiny běžné populace takto odpovědělo 43 osob a 7% osob s daným tvrzením nesouhlasí. Ze skupiny respondentů navštěvujících ergoterapeutické dílny souhlasí 100% dotazovaných osob.

Graf 4: Ochota obětovat čas či peníze kvůli ochraně životního prostředí⁷⁵
 „Dělat něco pro životní prostředí je dobré, i když to stojí více peněz nebo to zabírá více času.“

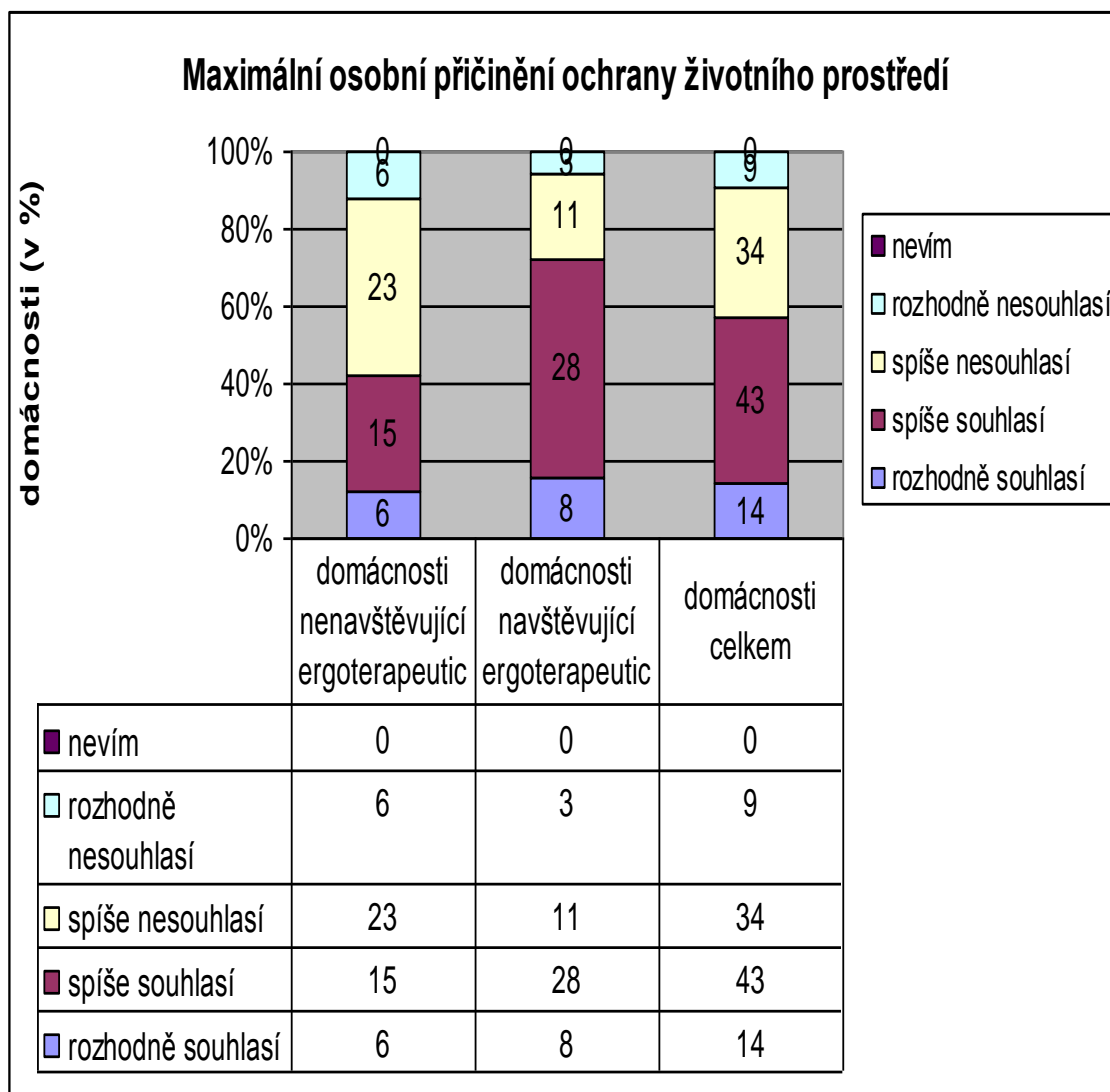


⁷⁵ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

57% respondentů tvrdí, že je pro ně osobně těžké dělat něco víc pro životní prostředí. Ze skupiny běžné populace takto odpovědělo 21 osob a 29 jednotlivců tvrdí, že pro životní prostředí může dělat více než dosud. Ze skupiny osob navštěvujících pravidelně ergoterapeutické dílny uvádí 36 respondentů, že se maximálně snaží o ochranu životního prostředí a 14 osob se domnívá, že své úsilí může zvýšit.

Graf 5: Maximální osobní přičinění ochrany životního prostředí⁷⁶

„Pro člověka jako jsem já, je vlastně dost těžké dělat něco víc pro životní prostředí.“

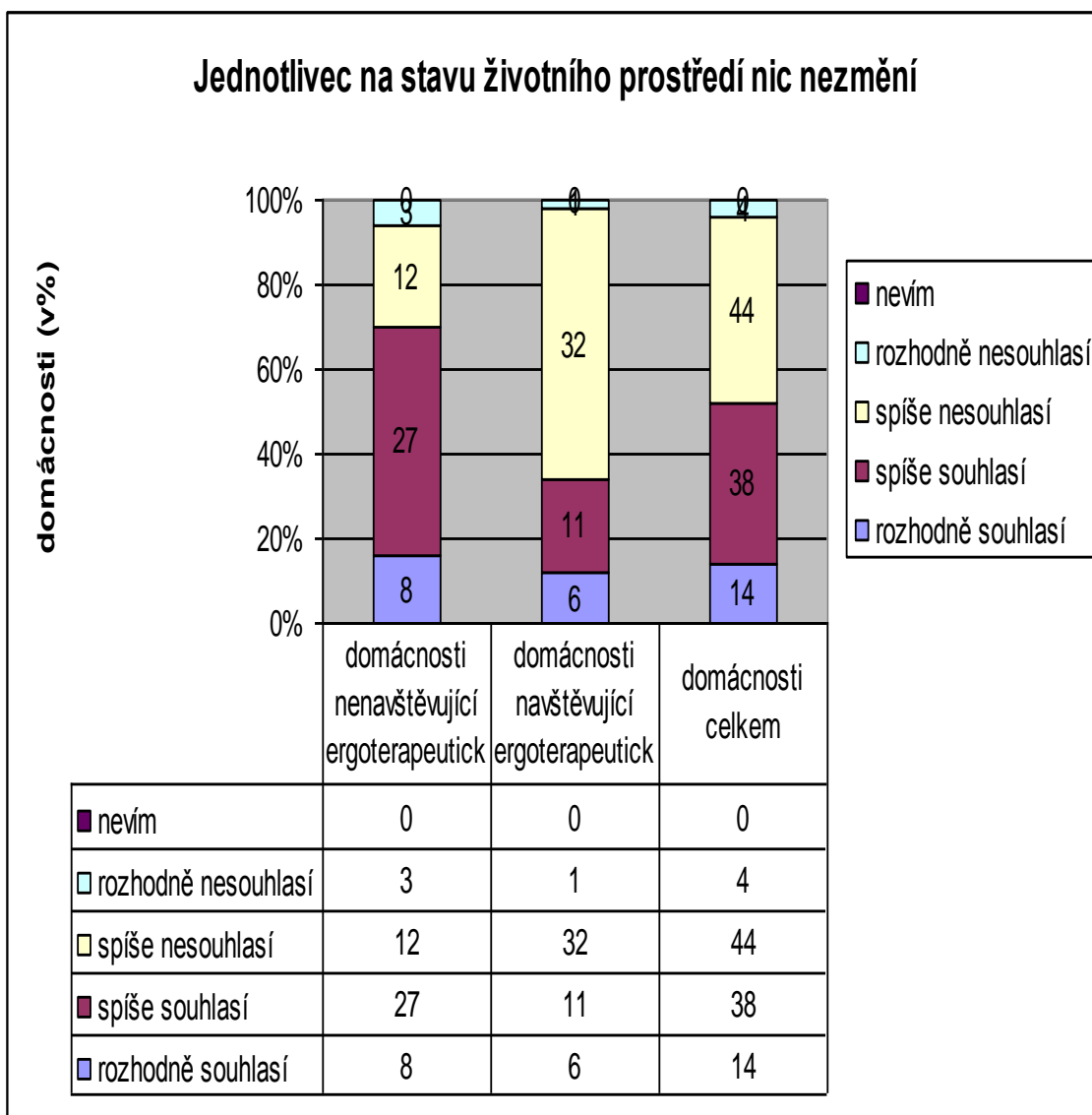


⁷⁶ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

52% dotazovaných osob považuje za zbytečné věnovat ochraně životního prostředí zvýšenou pozornost, pokud to nedělají i ostatní lidé. Tento názor zastává 35 osob ze skupiny běžné populace a 17 respondentů ze skupiny domácností navštěvujících pravidelně ergoterapeutické dílny. Z první skupiny s tímto tvrzením nesouhlasí 15 osob a ze druhé skupiny nesouhlasí 33 dotazovaných jedinců.

Graf 6: Vliv jednotlivce na stav životního prostředí⁷⁷

„Nemá cenu, abych něco dělal pro životní prostředí, pokud to nebudou dělat také ostatní lidé.“

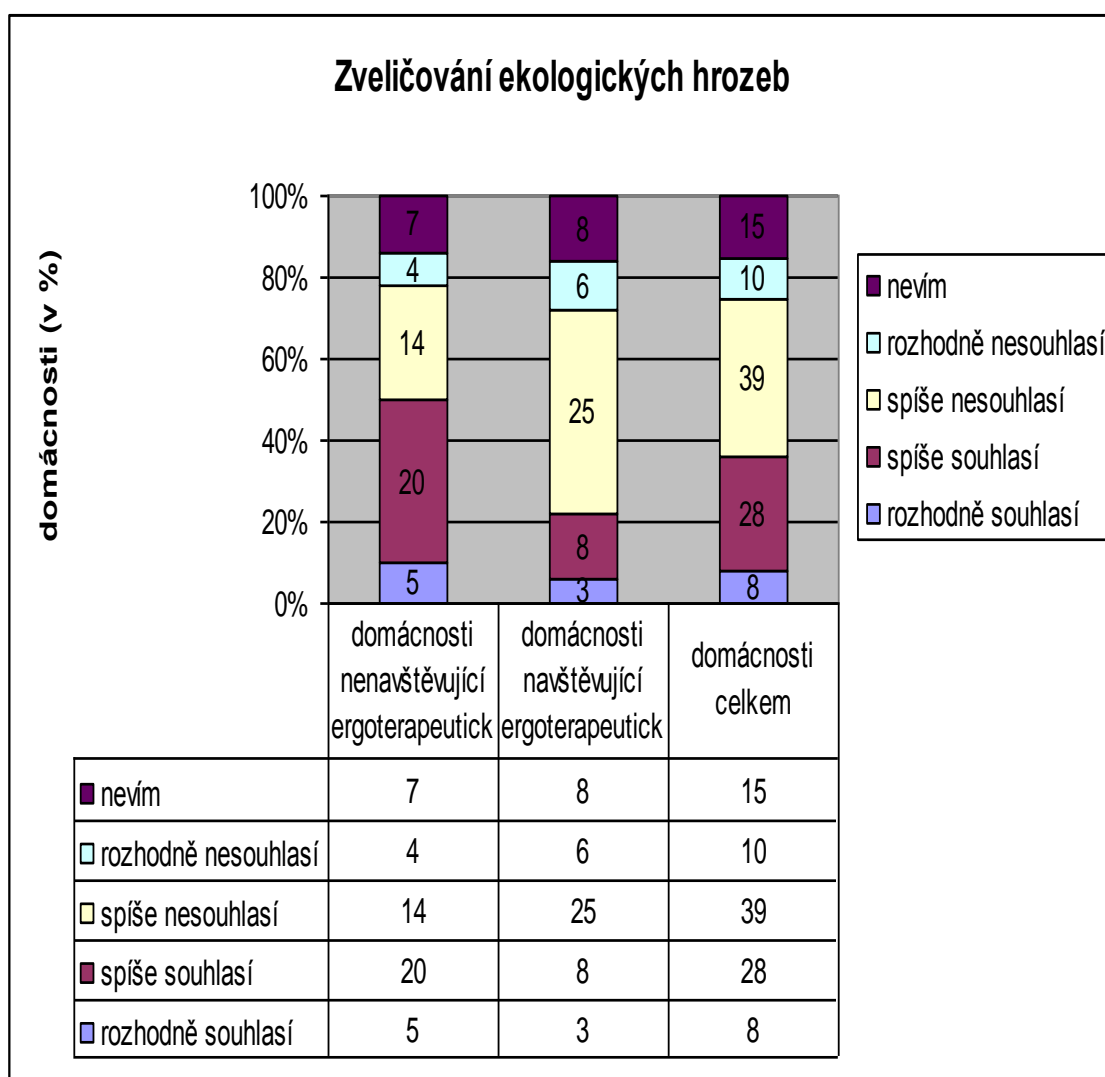


⁷⁷ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

36% dotazovaných osob souhlasí s výrokem, že mnohá tvrzení o ekologických hrozbách jsou zveličena. Tento názor zastává 25 osob ze skupiny běžné populace a 11 jedinců ze druhé testované skupiny lidí navštěvujících pravidelně ergoterapeutické dílny. S výrokem naopak nesouhlasí 49% respondentů. S touto variantou se ztotožňuje 18 osob ze skupiny běžné populace a 31 osob ze skupiny osob věnujících se rukodělným činnostem. 15% dotazovaných osob uvádí, že nedokáže danou otázku zodpovědět.

Graf 7: Zveličování ekologických hrozeb⁷⁸

„Mnohá tvrzení o ekologických hrozbách jsou zveličena.“

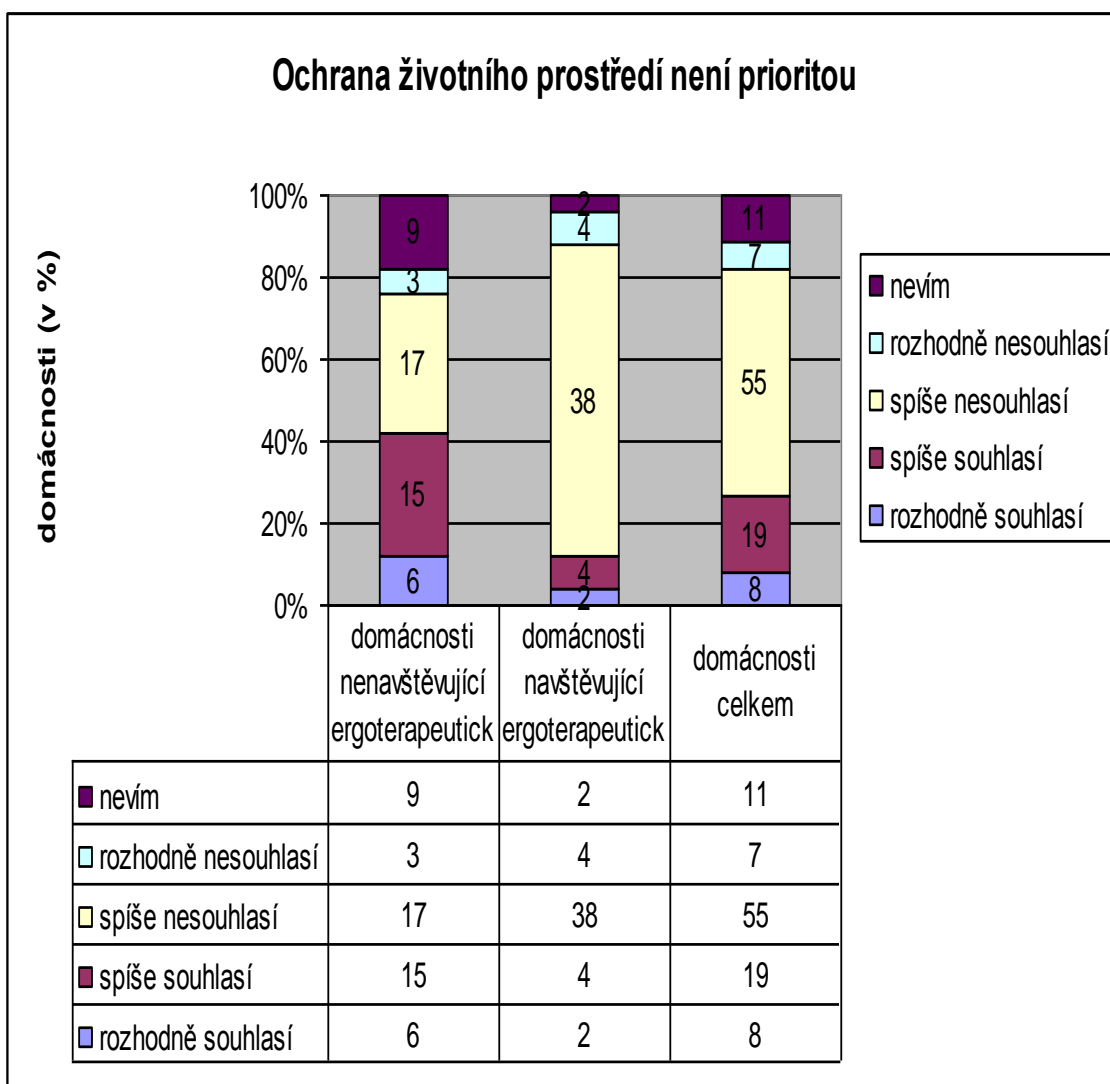


⁷⁸ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

27% dotazovaných osob uvádí, že jsou v životě podstatnější věci, než starat se o životní prostředí. S tímto tvrzením souhlasí 21 respondentů ze skupiny osob běžné populace a 6 jedinců z druhé testované skupiny. Nesouhlas vyjádřilo 20 osob první skupiny respondentů a 42 osob ze skupiny domácností navštěvujících pravidelně ergoterapeutické dílny. 11 dotazovaných zvolilo možnost, že na danou otázku nedokáže jednoznačně odpovědět a zaškrtnli variantu „nevím“.

Graf 8: Ochrana životního prostředí jako priorit⁷⁹

„V životě jsou důležitější věci, než se starat o životní prostředí.“



⁷⁹ Zdroj: autor práce (vlastní šetření)

4.3 Diskuse a interpretace zjištěných dat

Ergoterapeutické dílny v Příbrami navštěvují ve větší míře ženy. Proto se autorka diplomové práce snažila o stejné složení poměru žen a mužů ve druhém testovaném souboru. Shodné počty tedy nejsou náhodné. Výběr byl uskutečněn ve srovnání se základními údaji respondentů, kteří v dotazníku uvedli, že pravidelně navštěvují ergoterapeutické dílny.

Z dotazníkového šetření jednoznačně vyplývá, že z nabídnutých forem chování ohleduplného k životnímu prostředí je dle vyjádření respondentů v jejich domácnostech nejčastější třídění odpadů. Běžný odpad pravidelně třídí 84% dotazovaných. Z toho je 46 domácností ze skupiny osob navštěvujících ergoterapeutické dílny a 38 domácností je ze skupiny běžné populace. Z grafu 1 vyplývá, že běžný odpad ve větší míře třídí rodiny, které pravidelně pracují s odpadovým a zbytkovým materiálem.

Ke třídění nebezpečného odpadu se celkově hlásí 78% dotazovaných osob. 42 osob je ze skupiny navštěvující pravidelně ergoterapeutické dílny a 36 je jedinců ze skupiny běžné populace. I zde z dotazníkového šetření vyplývá, že nebezpečný odpad odevzdávají častěji domácnosti, které pracují s odpadovým a zbytkovým materiálem.

Z průzkumu dále vyplývá, že méně již lidé z důvodu životního prostředí šetří vodou a energiemi. Úsporu ze zmiňovaného důvodu uvádí 53% respondentů. 32 osob je ze skupiny běžné populace a 21 jedinců je ze druhé testované skupiny. Z grafu 3 tedy vyplývá, že více šetří vodu a energii z důvodu životního prostředí lidé ze skupiny běžné populace. Autorka byla vždy přítomna při vyplňování dotazníků, aby se předešlo případným nejasnostem a rovněž tak docházelo ke zpětné vazbě ohledně daného průzkumu. Po odevzdání dotazníků vždy autorka s respondenty krátce diskutovala nad položenými otázkami. U tohoto bodu zjistila, že celkový výsledek úspory vody a energií může být do jisté míry zkreslen. Respondenti, kteří do dotazníku zapsali, že vodou a energiemi z dotazovaného důvodu nešetří, uvedli, že to neznamená, že je nešetří vůbec. Šlo spíše o zmíněný důvod. Značná část respondentů jako hlavní důvod spatřuje finanční zátěž, čehož se dotaz netýkal.

Dotazovaní se dále vyjadřovali k několika výroky, které obecně symbolizují ochotu udělat něco pro životní prostředí. Z grafu 4 se na první pohled může jevit, že respondenti vykazují vysokou ochotu něco pro životní prostředí udělat. S výrokem souhlasilo 93% dotázaných. „Rozhodný“ souhlas ovšem vyjádřilo pouze 31% respondentů. Navíc může být výsledek interpretace opět do jisté míry zkreslen, jelikož

otázka zněla, zda je dobré něco pro životní prostředí dělat, i když to stojí více peněz nebo to zabírá více času. Výsledek tedy vypovídá o názoru, nikoliv o vlastním chování dotazovaných. Většina testovaných osob vyjádřila s daným výrokiem souhlas.

Výraznější rozdíl mezi oběma porovnávanými skupinami lze zaznamenat u grafu 5. 36 osob ze skupiny lidí navštěvujících ergoterapeutické dílny uvádí, že z osobního hlediska dělá pro ochranu životního prostředí maximum oproti 21 osobám ze skupiny běžné populace. Nabízí se však otázka, zda tvrzení nepodléhá přílišné subjektivitě a neposkytuje významný prostor vlastnímu alibismu.

V otázce vlivu jednotlivce na stav životního prostředí se obě zkoumané skupiny rovněž liší. Ze 48% dotazovaných, kteří nesouhlasí s výrokiem, že nemá cenu, aby jednatelce něco dělal pro životní prostředí, pokud to nebudou dělat také ostatní lidé, je 33 lidí ze skupiny osob, kteří pravidelně pracují s odpadovým a zbytkovým materiálem.

36% dotazovaných osob souhlasí s výrokiem, že mnohá tvrzení o ekologických hrozbách jsou zveličena. S výrokiem naopak nesouhlasí 49% respondentů. 18 osob je ze skupiny běžné populace a 31 osob ze druhé testované skupiny. 15% respondentů uvádí, že na danou otázku nedokáže jednoznačně odpovědět.

Jako prioritu spatřuje ochranu životního prostředí 62% respondentů. 42 osob je ze skupiny lidí zabývajících se pravidelně rukodělnými činnostmi a 21 osob je ze skupiny běžné populace. Vystává opět otázka, zda bylo na výrok odpovídáno dle zamýšleného obsahu sdělení. V životě je jistě mnoho důležitějších věcí, ale mezi základní priority by měla být zařazována i ochrana životního prostředí.

Cílem průzkumu bylo odpovědět na otázku, zda ovlivňují činnosti z odpadového a zbytkového materiálu běžný chod domácností s ohledem na ochranu životního prostředí. S jistotou lze říci, že se skupina osob navštěvujících pravidelně ergoterapeutické dílny chová šetrněji k životnímu prostředí než druhá sledovaná skupina. Faktorů, které ovlivňují myšlení ochrany životního prostředí však může být více. Nicméně z diskuzí s respondenty nad otázkami z dotazníku vyplývá, že lidé věnující se rukodělným činnostem produkují méně odpadu, jelikož mnoho materiálů dále zpracovávají tak, aby přinesly další užitek a nevznikal prakticky odpad žádný. O použitých materiálech rovněž získávají více informací, čímž jsou nenásilnou formou vedeni k druhotnému využití a zpracování, a tím vlastně i k třídění odpadu či k využití těchto materiálů v „eko“ hrách. I děti v raném věku se tak dovídají o možnosti pomáhat svým chováním a jednáním ovlivnit život a zdraví. Poznatky o daných materiálech

vedou k podvědomému uvědomování si negativních důsledků nešetrného zacházení s odpady.

ZÁVĚR

Diplomová práce je věnována využití činností s odpadovými a zbytkovými materiály v ergoterapii. Cílem teoretické části je seznámit čtenáře s pojmy souvisejícími s ergoterapií. Autorka zde charakterizuje definici, cíle a historii ergoterapie v ČR a ve světě. Dále se věnuje rozdělení ergoterapie podle zaměření na různé jedince. Seznamuje čtenáře s ergoterapií v předškolním věku, mentálně postižených jedinců, tělesně postižených, zdravotně oslabených jedinců, zrakově postižených jedinců a seniorů. V každé z oblastí uvádí hlavní cíle a doporučení, jak se s danou skupinou má pracovat. V práci je rovněž pozornost věnována oblastem souvisejícím s ergoterapií – arteterapií, artefileticí, grafomotorice, muzikoterapií a zooterapií (canisterapií a hipoterapií). Teoretická část vymezuje základní pojmy, které jsou nezbytné k pochopení empirické části diplomové práce.

V praktické části se autorka věnuje využití činností z odpadového a zbytkového materiálu v různých institucích zabývajících se ergoterapeutickými dílnami. V zařízeních přijala roli zúčastněného pozorovatele. Pečlivě sledovala a zachycovala nové zkušenosti, poznatky a dovednosti, aby je dále využila při práci s dětmi. Pozorování s aktivní účastí v programech absolvovala na ZŠ Březnice, v domově důchodců v Příbrami, ve speciální škole v Příbrami, v azylovém domě v Příbrami a ve sdružení pro osoby postižené nesoucí název ALKA. Autorka měla možnost vyzkoušet si techniky využívající odpadový a zbytkový materiál. Jedním z cílů diplomové práce je ukázat náměty pro práci s materiály, které jsou levné a snadno dostupné. Kromě toho také přispívají k ochraně životního prostředí. Ukazuje zde využívání odpadových a zbytkových materiálů, které jsou v běžném životě již nepotřebné. Přesto se dají využít k vytvoření něčeho nového, hezkého a možná i užitečného. Dále je možné tímto způsobem v dětech podporovat ekonomické a environmentální myšlení (využívání odpadového a zbytkového materiálu, šetření novým materiálem, vodou a energiemi, vedení k třídění odpadů). Děti tak získávají nové zkušenosti, praktické dovednosti, pracovní návyky a seznamují se s novými pracovními postupy a materiály. Zároveň se v dětech prohlubuje vztah k přírodě – umět jí vnímat, chápat a mít potřebu jí chránit. Rukodělné činnosti rozvíjí u jedinců tvořivost, estetické a prostorové citění, jemnou motoriku, manuální zručnost a některé charakterové vlastnosti (např. trpělivost, pečlivost a pozornost). Autorka v diplomové práci uvádí mnoho námětů pro činnost s různými druhy materiálu a ke každé skupině

přikládá fotografii ukázky výsledného výrobku. Zmiňuje se také o zařazení rukodělných prací do Rámcového vzdělávacího programu jednotlivých typů škol.

Druhou oblast praktické části tvoří průzkum. Autorka formou dotazníkového šetření hledá odpověď na otázku, zda činnosti z odpadového a zbytkového materiálu ovlivňují běžný chod domácností s ohledem na ochranu životního prostředí. Výsledky šetření ukázaly, že domácnosti, jejichž rodinní příslušníci navštěvují pravidelně ergoterapeutické dílny, více třídí odpad a projevují zvýšenou ochotu věnovat pozornost ochraně životního prostředí. Tato skupina lidí pravidelně zpracovává materiály, které běžná populace považuje za odpad, a tím si podvědomě a nenásilnou formou vytváří vztah k přírodě a k její ochraně. Vykazují rovněž potřebu nakládat s odpadovým materiálem tak, aby konečné zpracování přineslo člověku další užitek. Tyto osoby jsou více motivovány k třídění odpadu než běžná populace.

Uvedením akce „Příbramské čajování“ chce autorka poukázat na výsledky práce, kterých lze společným úsilím dosáhnout. Jedinci se tak učí spolupráci s ostatními, toleranci a získávají od druhých cenné zkušenosti.

Autorka věří, že výsledky dotazníkového šetření přispějí k vyšší pozornosti na využití odpadového a zbytkového materiálu v praxi. Diplomová práce by měla sloužit jako námět pro práci s dětmi, ale i s dospělými. Uvedené techniky lze využít pro práci s dětmi všech věkových kategorií i veškeré mentální vyspělosti. Jsou přístupné všem skupinám lidí z hlediska finančního zatížení, snadného získávání potřebného materiálu a pro výslednou vysokou efektivitu výrobků.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

BERÁNEK, V., M. CETTLOVÁ, R. DYTRTOVÁ a J. VODÁKOVÁ. *Speciální pracovní výchova a ergoterapie*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze – pedagogická fakulta, 2009. s. 90. ISBN 978-80-7290-322-1.

ELIÁŠOVÁ, S., J. SLAVÍK a V. SLAVÍKOVÁ. *Dívej se, tvoř a povídej!* 1. vyd. Praha: Portál, 2007. s. 200. ISBN 978-80-7367-322-2.

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základy teorie, metody a aplikace*. 2. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2008. s. 408. ISBN 978-80-7367-485-4.

JELÍNKOVÁ, J., M. KRIVOŠÍKOVÁ a L. ŠAJTAROVÁ. *Ergoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2009. s. 272. ISBN 978-80-7367-583-7.

KOLEKTIV AUTORŮ. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 4. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2012. s. 69. ISBN 978-80-7452-024-2.

KRÁLIKOVÁ, M. *Pletení košíků z papírových pramenů*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. s. 112. ISBN 978-80-247-3565-8.

KRIVOŠÍKOVÁ, M. *Úvod do ergoterapie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. s. 368. ISBN 978-247-2699-1.

LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. s. 62. ISBN 978-80-7367-244-7.

MÜLLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005. s. 295. ISBN 80-244-1075-3.

VELEMÍNSKÝ, M. *Zooterapie*. 1. vyd. České Budějovice: DONA, 2007. s. 335. ISBN 978-80-7322-109-6.

Seznam použitých internetových zdrojů

ALKA, o. p. s. *O ALKA o. p. s.* [online]. 2011 - 2014 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://www.alkaops.cz/co-je-alka-o-p-s/o-alka-o-p-s/>

AZYL PŘÍBRAM. *Vánoční jarmark.* [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://blancasy.webgarden.cz/rubriky/fotky-z-prace/azyl-pribram/vanocni-jarmark-ad-foto>

BARTL, P. *Úvodní slovo ředitele.* [online]. [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://ouu.pb.cz/a-uvodslovo.html>

BENÍČEK, T. *Arteterapie.* [online]. [cit. 2014-12-20]. Dostupné z: <http://www.arteterapie.net/>

BENÍČKOVÁ, M. *Muzikoterapie.* [online]. [cit. 2013-12-22]. Dostupné z: <http://www.mb-muzikoterapie.cz/muzikoterapie/>

BRÝDOVÁ, M. *Ořechoví medvědi.* [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/napady/dekorace/297-orechovi-medvedi->

BRÝDOVÁ, M. *Ponožkoví psi.* [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/napady/textilni-napady/93-ponozkovi-psi>

BRÝDOVÁ, M. *Tea bag folding.* [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.brydova.cz/techniky/7-techniky/334-tea-bag-folding>

CENTRIN. *Ergoterapie.* [online]. [cit. 2013-11-24]. Dostupné z: <http://www.centrin.cz/Ergoterapie>

ČESKÁ ASOCIACE ERGOTERAPEUTŮ. *Ergoterapie.* [online]. 2008 [cit. 2013-11-12]. Dostupné z: <http://www.ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

Dárková krabička. [online]. 2013 [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://mojedilo.ireceptar.cz/navody/darkova-krabicka>

DRC LENTILKA. *Ergoterapie*. © [online]. 2011 [cit. 2013-12-18]. Dostupné z: <http://www.manonet.eu/drc/index.php/ergoterapie>

HOME DESIGN. *Creative bottle cap snowman*. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=509266842502002&set=a.283763318385690.60602.280927288669293&type=1&theater

JELÍNKOVÁ, J., M. KRIVOŠÍKOVÁ. *Koncepce oboru ergoterapie*. [online]. [cit. 2014-12-16]. Dostupné z: http://www.ergoterapie.org/files/koncepce_oboru_ergoterapie.pdf

Korkový věnec. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://ruzenka.blog.cz/1312/navanoce-recyklace>

LUPIENSKÁ, N. *Ergoterapie v geriatrici – Možnosti individuální ergoterapie u seniorů v pobytovém zařízení*. [online]. 2012 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.prohuman.sk/socialna-praca/ergoterapie-v-geriatrici>

Modelovací hmota. [online]. [cit. 2013-12-18]. Dostupné z: https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=10201298088755170&set=a.1321694883381.2041745.1261105858&type=1&theater

POMOCNÉ TLAPKY o. p. s. *Typy canisterapie*. [online]. 2009 [cit. 2014-01-05]. Dostupné z: <http://www.canisterapie.cz/cz/canisterapie-zakladni-informace/typy-canisterapie-38.html>

Recycled plastic battles into lovely turtles. [online]. [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://www.goodshomedesign.com/recycled-plastic-bottles-lovely-turtles/>

SIMONIDESOVÁ, M. a M. VESELÁ. *Grafomotorika*. © [online]. 2012-3 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.grafomotorika.eu/grafomotorika/>

SÝKOROVÁ, B. *Dekorace v DD v Příbrami*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-10]. Dostupné z: <http://blancasy.webgarden.cz/rubriky/fotky-z-prace/domov-duchodcu>

SÝKOROVÁ, B. *Dekorace v DD v Příbrami*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-15]. Dostupné z:

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=109694289135899&id=100000321866525#!/photo.php?fbid=520595174657668&set=a.229057397144782.74047.100001215713160&type=1&theater

SYNKOVÁ, M. *Příbramské čajování se zapsalo do české knihy rekordů*. [online]. 2013 [cit. 2014-01-20]. Dostupné z: <http://www.pribram.cz/clanek-pribramske-cajovani-se-zapsalo-do-ceske-knihy-rekordu-fotogalerie>

ŠESTÝ SMYSL o. s. *Zooterapie*. [online]. [cit. 2014-01-02]. Dostupné z: <http://zooterapie.webnode.cz/zooterapie/>

ŠEVČÍK, D. *Muzikohraní*. © [online]. 2009 - 2012 [cit. 2013-12-22]. Dostupné z: <http://www.muzikohrani.cz/muzikoterapie/>

ŠTOHANZLOVÁ, I. *Ekologické chování domácností*. [online]. 2009 [cit. 2014-01-25]. Dostupné z: <http://cvvm.soc.cas.cz/ekologie/ekologicke-chovani-domacnosti>

Vánoční hvězdy z pedigu. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z: <http://media0.webgarden.cz/images/media0:5109dca1d4f7d.jpg/listopad%20164.jpg>

VRŠKOVÁ ZOUBKOVÁ, A. *Muzikoterapie*. © [online]. 2010 [cit. 2013-12-20]. Dostupné z: <http://www.saubrno.cz/index.php/vyucovane-seminare/muzikoterapie>

WIKIPEDIE. *Piktogram*. [online]. 2014 [cit. 2014-01-25]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Piktogram>

ZŠ BŘEZNICE. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [online]. [cit. 2014-01-15]. Dostupné z www.zsbreznice.cz

SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK

Seznam obrázků

Obrázek 1: Zdravotně nezávadná modelovací hmota	21
Obrázek 2: Dárková krabička	35
Obrázek 3: Ponožkoví psi	36
Obrázek 4: Korkový věnec	37
Obrázek 5: Plastové želvy	38
Obrázek 6: Sněhulák ze zátek	39
Obrázek 7: Glycerinová mýdla	40
Obrázek 8: Láhev s luštěninami	41
Obrázek 9: Lucerna ze zavařovací sklenice	42
Obrázek 10: Vonné svícný	42
Obrázek 11: Ořechoví medvědi	43
Obrázek 12: Tea bag folding	44
Obrázek 13: Adventní svícen z pedigu	45
Obrázek 14: Hvězdy z pedigu	46
Obrázek 15: Skládaná taška	47
Obrázek 16: Obraz z krepového papíru	48
Obrázek 17: Obraz ze slaného těsta	49
Obrázek 18: Nešité patchworkové koule	50
Obrázek 19: Vánoční vyrábění na ZŠ Březnice	54
Obrázek 20: Vánoční přání technikou tea bag folding	54
Obrázek 21: Nešitý patchwork	55
Obrázek 22: Vánoční koule z nešitého patchworku	55
Obrázek 23: Práce s modelovací hmotou	58
Obrázek 24: Vánoční perníčky	58
Obrázek 25: Dekorace z krepového papíru	59
Obrázek 26: Obraz z mačkaných kuliček	60
Obrázek 27: Vazba ze suchých květin	61
Obrázek 28: Nácvikový kiosek ALKA	63
Obrázek 29: Mandalování	64

Seznam grafů

Graf 1: Třídění běžného odpadu	68
Graf 2: Třídění (odevzdávání) nebezpečného odpadu	69
Graf 3: Úspora vody a energií z důvodu ochrany životního prostředí	70
Graf 4: Ochota obětovat čas či peníze kvůli ochraně životního prostředí	71
Graf 5: Maximální osobní přičinění ochrany životního prostředí	72
Graf 6: Vliv jednotlivce na stav životního prostředí	73
Graf 7: Zveličování ekologických hrozeb	74
Graf 8: Ochrana životního prostředí jako priorita	75

Seznam tabulek

Tabulka 1: Možnosti výchovy a socializace osob s mentální retardací dle postižení	18
Tabulka 2: Grafomotorický vývoj	25
Tabulka 3: Metoda pozorování	51
Tabulka 4: Nejvyšší dosažené vzdělání testovaných mužů	67
Tabulka 5: Nejvyšší dosažené vzdělání testovaných žen	67

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A – Certifikát z účasti na „Příbramském čajování“	I
Příloha B – Dotazník	II

PŘÍLOHY

Příloha A – Certifikát z účasti na „Příbramském čajování“



Příloha B – Dotazník

Dobrý den,

jmenuji se Dita Svobodová, jsem studentkou Univerzity Jana Amose Komenského v Praze a připravuji se na státní zkoušku, jejíž součástí je i tvorba diplomové práce. Tímto si Vás dovoluji požádat o vyplnění krátkého dotazníku, který bude sloužit jako podklad pro praktickou část mé diplomové práce na téma „Využití činností s odpadovými a zbytkovými materiály v ergoterapii“. Anonymní dotazník je součástí průzkumu, který se zaměřuje na porovnání každodenního provozu domácností z běžné populace z mého blízkého okolí a domácností účastnících se ergoterapeutických dílen. Otázky se týkají třídění odpadů, šetření vodou a energiemi a ochoty chránit životní prostředí. Vyplnění dotazníku je zcela anonymní, proto Vás prosím o odpovědi, které odpovídají skutečnosti. U každé otázky zaškrtněte **křížkem právě jednu odpověď**, která nejlépe vystihuje realitu.

V případě dotazů či zájmu o výsledky dotazníkového šetření mě, prosím Vás, kontaktujte na e-mailové adrese: svobodit@seznam.cz.

Za odpovědný přístup při vyplňování a za Váš čas mnohokrát děkuji.

Bc. Dita Svobodová

Dotazník:

- 1) Pohlaví: muž
 žena
- 2) Věk: let
- 3) Nejvyšší dosažené vzdělání: základní
 střední odborné bez maturitní zkoušky
 střední odborné s maturitní zkouškou
 vysokoškolské
- 4) Navštěvujete pravidelně ergoterapeutické díly? : ano
 ne

- 5) Ve Vaší domácnosti třídíte běžný odpad: vždy
 často
 výjimečně
 nikdy
- 6) Ve Vaší domácnosti třídíte (odevzdáváte) nebezpečný odpad: vždy
 často
 výjimečně
 nikdy
- 7) Ve Vaší domácnosti šetříte vodou a energiemi z důvodu ochrany životního prostředí: vždy
 často
 výjimečně
 nikdy
- 8) Dělat něco pro životní prostředí je dobré, i když to stojí více peněz nebo to zabírá více času.
 rozhodně souhlasí spíše souhlasí spíše nesouhlasí rozhodně nesouhlasí nevím
- 9) Pro člověka jako jsem já, je vlastně dost těžké dělat něco víc pro životní prostředí.
 rozhodně souhlasí spíše souhlasí spíše nesouhlasí rozhodně nesouhlasí nevím
- 10) Nemá cenu, abych něco dělal pro životní prostředí, pokud to nebudou dělat také ostatní lidé.
 rozhodně souhlasí spíše souhlasí spíše nesouhlasí rozhodně nesouhlasí nevím
- 11) Mnohá tvrzení o ekologických hrozbách jsou zveličena.
 rozhodně souhlasí spíše souhlasí spíše nesouhlasí rozhodně nesouhlasí nevím

12) V životě jsou důležitější věci, než se starat o životní prostředí.

rozhodně souhlasí spíše souhlasí spíše nesouhlasí rozhodně nesouhlasí nevím

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Dita Svobodová

Obor: speciální pedagogika - učitelství

Forma studia: kombinované studium

Název práce: Využití činnosti s odpadovými a zbytkovými materiály v ergoterapii.

Rok: 2014

Počet stran textu: 72

Celkový počet stran příloh: 3

Počet titulů českých použitých zdrojů: 10

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 0

Počet internetových zdrojů: 30

Vedoucí práce: PhDr. Lenka Petelíková