

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce
Charitativní a sociální práce

Anna Sokolová

*Psychosociální význam psa v rámci neformální
zooterapie ve vybraných skupinách seniorů
v Olomouci.*

Diplomová práce

Vedoucí práce: PhDr. et Mgr. Libor Novosád, PhD.

2018

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.

V Olomouci dne 10. dubna 2018

.....

Anna Sokolová

Poděkování:

Chtěla bych poděkovat vedoucímu své práce panu PhDr. et Mgr. Liboru Novosádovi, PhD za jeho cenné rady, vedení celé práce, ochotu a zájem. Dále bych chtěla poděkovat všem svým blízkým, kteří mi během psaní této práce a také během celého studia byli velmi cennou oporou a pomocí. Díky patří také všem respondentům, kteří se do výzkumných šetření zapojili.

Obsah

Úvod.....	6
Teoretická část	8
1 Stáří a stárnutí.....	8
1.1 Kvalita života ve stáří	10
1.2 Volnočasové aktivity ve stáří	12
2 Sociální práce	15
2.1 Sociální práce se seniory.....	16
2.2 Pobytová zařízení pro seniory	17
2.2.1 Aktivizace seniorů	19
2.2.2 Sociálně terapeutické činnosti	19
3 Zooterapie.....	21
3.1 Canisterapie	22
3.2 Význam psa pro člověka	23
3.3 Zoorekreace	25
3.4 Význam psa pro seniora	25
3.5 Rizika	27
3.6 Pes v domově.....	28
3.7 Aktuální situace	30
Empirická část	32
4 Metodologie výzkumu	32
4.1 Výzkumný problém, výzkumné otázky a cíle výzkumného šetření	32
4.2 Kvalitativní výzkum.....	33
4.3 Polostrukturovaný rozhovor	34
4.4 Výběr výzkumného vzorku	35

4.4.1	Výběr výzkumného vzorku mezi seniory	35
4.4.2	Výběr výzkumného vzorku mezi pobytovými zařízeními	36
4.5	Etický rozměr výzkumu	36
5	Analýza výsledků výzkumného šetření.....	37
5.1	Analýza a komentář výsledků výzkumu mezi seniory	37
5.2	Shrnutí výsledků výzkumu mezi seniory	49
5.3	Analýza a komentář výsledků výzkumu realizovaného mezi pobytovými zařízeními pro seniory.....	51
5.4	Shrnutí výsledků výzkumu mezi pobytovými sociálními zařízeními pro seniory	58
5.5	Celkové shrnutí výsledků	60
6	Návrhy možných řešení	60
7	Diskuze nad limity výzkumů.....	62
	Závěr	64
	Seznam použité literatury a zdrojů	65

Úvod

Jako téma práce jsem si zvolila Psychosociální význam psa v rámci neformální zooterapie ve vybraných skupinách seniorů v Olomouci. Tato kvalitativně zaměřená práce v sobě zahrnuje dvě výzkumná šetření, která na sebe váží výzkumné otázky. První z otázek se zabývá tím, jaký psychosociální význam má pes pro seniora v rámci neformální zooterapie? V rámci zjišťování odpovědí na tuto otázku jsem vedla rozhovory se seniory žijícími v Olomouci. Druhé výzkumné šetření se řídilo následující výzkumnou otázkou: Z jakého důvodu pobytová zařízení sociální služeb nevyužívají pozitivního působení psa v rámci neformální zooterapie/ zoorekreace? Toto výzkumné šetření bylo vedeno mezi pobytovými sociálními zařízeními pro seniory v Olomouckém kraji. (Šetření bylo provedeno v celém Olomouckém kraji, protože ve městě Olomouci bylo málo ochotných pobytových soc. zařízení pro seniory, která by se výzkumu chtěla zúčastnit.)

Cílem této práce je teoreticky vymezit témata, která se ke zvolenému námětu pojí a zodpovědět stanovené výzkumné otázky. Využitelnost této práce vidím v tom, že by výsledky výzkumů mohly zajímat zařízení pro seniory, zejména jejich vedoucí, jelikož jsou to zřejmě oni, kteří rozhodují o tom, jestli pes může být chován v zařízení, či nikoliv. Dále doufám, že by tato práce mohla přinést trochu inovativního myšlení do sféry sociální práce a mohla by podnítit větší snahu pomoci seniorům s jejich psem, když oni sami z nějakého důvodu nemohou. Ač se může na první pohled zdát, že význam psa pro seniora se sociální prací příliš nespojuje, dle mého názoru, může být opak pravdou. Sama zde vidím velmi silné pouto. Jak bude později podloženo získanými daty a odbornou literaturou, pes pomáhá seniorovi zůstat fyzicky aktivní. Senior se psem trpí menšími psychickými problémy, má více sociálních kontaktů atd. To také jsou přínosy a cíle, o které se snaží i sociální práce se seniory. Domnívám se, že by si sociální pracovníci měli uvědomit, že klientův pes může být jejich velkým pomocníkem a to jak v klientově přirozeném domácím prostředí, tak v zařízení, nebo při odchodu do něj.

Téma této práce jsem si vybrala zejména proto, že sama ve svém životě vidím, jak moc pozitivně na mě zvířata, zejména psi působí. Navíc jsem měla možnost se již dvakrát setkat se psy v sociálních službách a viděla jsem, že mají na seniory velmi blahodárný vliv. Ti se na psa těšili, starali se o to, jak se má a díky tomu zapomínali na vlastní trápení. Měli víc chuti jít ven za pejskem, ten jim předával svou radost a chuť do života. Podporování chovu psů v domovech pro seniory je tématem, které se v naší společnosti teprve vyvíjí.

Také o tomto bude pojednáno v pozdějších kapitolách této práce. Jako první se však zaměřím na proces stárnutí a stáří, poté na sociální práci, pak se budu věnovat zooterapii. Následně bude uvedena empirická část práce. Jádro této části tvoří analýza výsledků dvou realizovaných výzkumných šetření a nakonec se budu zamýšlet nad návrhy, jak podpořit neformální zooterapii mezi seniory a nad limity výzkumných šetření.

Teoretická část

V teoretické části se zaměřím jako první na téma „stáří a stárnutí“. Do této oblasti jsem zahrнула také problematiku kvality života ve stáří a volnočasové aktivity seniorů. Senioři, na které se ve výzkumném šetření zaměřuji, se musí vypořádat se spoustou různých změn. Tyto změny jsem se snažila popsat v následujícím textu.

1 Stáří a stárnutí

V literatuře se můžeme setkat s nepřeberným množstvím definic stárnutí a stáří, uvádí se, že jich je okolo tří set. Jak píše Příbyl: „žádná z nich však není absolutně platná a definitivní...Pojetí definic ovlivňuje také to, jakou optikou je na stárnutí a stáří nahlíženo. Mezi autory zabývajícími se problematikou stárnutí a stáří je shoda na faktu, že stáří (senium) je konečnou etapou života (vývojovým obdobím), zatímco stárnutí (senescence) je fyziologický proces a nikdo živý se mu nemůže vyhnout.“ (Příbyl, 2015, s. 9). Přestože existuje velké množství definic stárnutí a stáří dle mého názoru jsou nejvýstižnější následující dvě. „Dle Světové zdravotnické organizace nastává období stáří po 60. roce života a lze rozčlenit na rané stáří (60- 75 let), pravé stáří neboli pokročilý věk (75- 90 let) a dlouhověkost neboli vysoký věk (nad 90 let). (Skorunová, 2013, s. 144). V českém prostředí se autoři: „přiklánějí k věkové hranici 65 let a to především z toho důvodu, že v současné době v České republice jedinci ve věku 65 a více let zpravidla již nepracují, na rozdíl od jedinců ve věku 60 let.“ Čeští autoři se orientovali podle zapojení do pracovního procesu proto, že práce významně ovlivňuje způsob života všech lidí. Má dopad i na způsob trávení volného času apod. Janiš k tomu dodává: „Samotná existence životní fáze stáří je v životě člověka poměrně nepřírozená, a to ve vztahu k ostatním živočichům. Člověk totiž žije a prožívá významnou část svého života i po ztrátě své reprodukční schopnosti.“ (Janiš, Skopalová, 2016, s. 35-36).

Ztráta reprodukční schopnosti není jediná změna, se kterou se člověk během svého dlouholetého života potká. V průběhu stárnutí probíhají změny zejména na tělesné, psychické a kognitivní úrovni. „Tělesné změny vedou ke změně vzhledu, snížení fyzické síly a výkonnosti, větší unavitelnosti. Stárnutí těla probíhá na všech úrovních. Tělesné tkáně, jako jsou pokožka a svaly, začínají ztrácet elasticitu. Trávicí soustava je méně zdatná při vstřebávání živin, vylučovací soustava zpomaluje svou činnost a ztrácí

výkonnost. Dochází k úbytku svalové hmoty a síly zbývajících svalů. Dýchací soustava dokáže zajistit menší přívod kyslíku než dříve. Srdce ztrácí svoji sílu, přitom v důsledku zužování cév a snižování jejich pružnosti je k rozvádění krve po celém těle potřeba daleko více energie.“ (Skorunová, 2013, s. 145- 146). Tělesné změny nejsou jediné, se kterými se musí senior vyrovnat, zatěžující pro něj mohou být i psychické a kognitivní změny. Některé z psychických změn: „jsou podmíněny biologicky, jiné jsou důsledkem psychosociálních vlivů, mnohdy jde o výsledek interakce. Doba, kdy se změny dané stárnutím začnou projevovat, jejich dynamika i způsob, jakým na ně starší lidé reagují, jsou individuálně rozdílné.“ (Vágnerová, 2008, s. 315). Čevela k tomu dodává, že v procesu stárnutí také klesá adaptabilita seniorů na změny, jejich odolnost vůči zátěžím a stresorům, což může ze seniorů dělat zranitelnější část společnosti (Čevela, Čeledová, Kalvach, Holčík, Kubů, 2014, s. 17). Poslední velkou skupinou změn spojených s procesem stárnutí jsou kognitivní změny. Významné je: „celkové zpomalení poznávacích procesů a prodloužení reakčních časů. Starší lidé nemusí být méně schopní, ale bývají pomalejší. Celkové zpomalení je důsledkem obecnějších biologických změn ve fungování mozku. Příjem podnětů, které jsou nezbytné pro orientaci v prostředí, bývá ztížen či narušen zhoršováním zrakových a sluchových funkcí. Schopnost zaměřit se a soustředit na potřebné informace a zároveň eliminovat ty nepodstatné, přesouvat a rozdělovat pozornost podle potřeb situace, a koordinovat příjem informací z různých zdrojů se v průběhu stárnutí postupně zhoršuje. Koncentrace pozornosti se mění mnohem méně, pokud jde o jednoduchou nebo dobře známou činnost, kterou člověk vykonává téměř automaticky. V raném stáří se začínají objevovat nedostatky paměťových funkcí a s nimi spojené obtíže v učení. Zhoršení paměti je běžně známým projevem stárnutí, který ve značné míře souvisí i s větší unavitelností a obtížnější koncentrací pozornosti. Uvažování starších lidí mívá určité typické znaky, které jsou podmíněny stárnutím, ale i změnou životního stylu. Ve stáří se zvětšuje tendence k dogmatismu, k rigiditě přístupu k problémům i jejich řešení, a k odmítání nových a neověřených způsobů uvažování.“ (Vágnerová, 2008, s. 318- 329).

Z výše uvedeného je zřejmé, že proces stárnutí, stáří a změny s tím spojené musí mít vliv na celkové fungování člověka ve společnosti, na kvalitu jeho života. V moderní a postmoderní době panuje v naší společnosti trend prodlužování lidského života. Jak ale upozorňuje Skorunová: „Prodloužení života však neznamená, že je vždy udržena jeho kvalita, která závisí na sociálních a materiálních životních podmínkách.“ (Skorunová, 2013, s. 145). Sociální práce se snaží o udržení, nebo zvýšení kvality života svých klientů.

Podobně i pes může mít na kvalitu života svého „pána“ nemalý vliv. Nyní se tedy pokusím popsat, co si představit pod pojmem kvalita života ve stáří.

1.1 Kvalita života ve stáří

Podle Mühlpachra je: „Pojem kvalita života jedním z nejdůležitějších termínů ve společenských vědách. Je to konstrukt, který má mnohodimenzionální a interdisciplinární rozměr.“ Základem subjektivního hodnocení kvality života je životní spokojenost, vyjadřuje stupeň spokojenosti s vlastním životem v mnoha dimenzích. Mezi základní determinanty životní spokojenosti osob seniorského věku jsou zdravotní stav, stupeň vzdělání, materiální situace, kvalita vztahů v rodině, optimismus a pocit koherence.“ (Mühlpachr, 2017, s. 54 -71). Janiš se na kvalitu života dívá z jiného úhlu. Uvádí, že významnou determinantou kvality života ve stáří je volný čas. (Janiš, Skopalová, 2016, s. 53). Je to způsob trávení volného času, co určuje stupeň spokojenosti s vlastním životem. Komplexnější hledisko přináší Příbyl, který píše: „Kvalita života ve stáří je ovlivněna mírou saturace potřeb seniora společně s celou řadou faktorů: kvalita sociálních kontaktů, ať už jde o vztahy s dospělými, dětmi nebo o sousedy, přátele, dále dostupnost zdravotní péče, kvalitní a cenově dostupné bydlení, bezpečnost, informovanost o dění kolem, nabízené služby, dostupnost dopravy aj.“ (Příbyl, 2015, s. 49).

Většinou je kvalita života v literatuře spojována zejména s uspokojováním či neuspokojováním životních potřeb. „Uspokojení či neuspokojení potřeb ovlivňuje veškerou psychickou činnost člověka. Všichni lidé (mladí, staří, zdraví, nemocní) mají společné potřeby, avšak potřeby jedince doznávají v průběhu života změny z hlediska kvantity i kvality, mění se množství i priority jednotlivých potřeb (Příbyl, 2015, s. 31- 32). Dítě nemá takové potřeby jako dospělý, stejně tak dospělý nepocituje takové potřeby jako senior. Vágnerová se ve své publikaci věnuje změnám potřeb v průběhu stárnutí a uvádí, že potřeba stimulace a otevřenosti novým zkušenostem je na ústupu, novost je pro staré lidi náročná, vyvolává u nich pocit nejistoty a dezorientace. Tato změna se projeví zejména v situacích, kdy senior musí opustit svůj domov, nebo přijde o svého domácího mazlíčka, zasáhne ho smrt někoho blízkého apod. Další potřebou, kterou Vágnerová uvádí je potřeba sociálního kontaktu, ta je stále aktuální, ale ne v takové míře jako v mládí. Starší lidé mají potřebu scházet se zejména se známými, stejně starými lidmi, což jim přináší pocit porozumění. Zvyšuje se jejich potřeba na soukromí, která je v bytových zařízeních velmi často narušována. Další uvedená je potřeba citové jistoty a bezpečí, ta se stává

intenzivnější a významnější. Někdy může senior zažívat pocit přecitlivělosti, snížení sebedůvěry, zároveň u něj roste vědomí nutnosti přijmout pomoc, potřeba akceptace a ocenění lidmi v nejbližším okolí, potřeba psychického i fyzického kontaktu (např. pohlázení). Přestože lidé v seniorském věku obvykle nepracují, stále mají potřebu seberealizace, která je odchodem do důchodu velmi ovlivněna. Odchod do důchodu s sebou může přinášet pocit nepotřebnosti, méněcennosti, důležité je, aby si senior dokázal udržet autonomii a pocit užitečnosti. Poslední je potřeba otevřené budoucnosti a naděje s tím je spojena potřeba pomoci se vyrovnat se změnou smyslu života, tato je silně spjata se seberealizací. (Vágnerová, 2008, s 344- 347). Právě seberealizace bývá u seniorů často ohrožena. Senioři často vypovídají, že je už nic kromě smrti nečeká. Pes, jak bude uvedeno později, toto myšlení narušuje a dává seniorovi novou vůli žít.

Jak bylo v předchozím odstavci uvedeno, u starších osob roste potřeba citové jistoty a bezpečí, člověk potřebuje kontakt se známými nejlépe stejně starými lidmi. Pokud však senior žije sám a není zapojen do komunity, nemá kontakt s rodinou a blízkými, snadno může trpět pocitem osamění, smutkem až depresi. Jak píše Haškovcová: „Deprese je emocionální stav charakterizovaný sklíčeností, skleslostí, u starších lidí často apatií. Nikoliv každá skleslost a sklíčenost je depresí ve smyslu psychiatrické diagnózy. Celá řada seniorů je prostě smutná, zoufá si apod., a důvodem bývá osamělost, vyplývající ze ztráty nebo výrazného omezení sociálních kontaktů a z neschopnosti najít si novou aktivitu a tím smysl svých všedních dnů.“ (Haškovcová, 2012, s. 67). Jestliže senior, žije sám a trápí ho samota, je: „rozhodující doba, po kterou se člověk v tomto stavu nachází. S krátkodobým osamocněním se vyrovná snáze, neboť má perspektivu, že dojde ke změně a samota pomine. Dlouhodobá samota si nárokuje lidské úvahy o své vlastní existenci buď ihned, nebo má plíživý charakter. Samota vždy ubírá člověku síly a chuť do života, zhoršuje mu náladu, zdravotní stav, snižuje efektivitu jeho výkonu, dokonce oslabuje kontrolní mechanismy morálky a společenských norem. Pokud mu v tomto stavu nikdo nepomůže, nastává beznaděj a apatie. Osamocněný člověk permanentně pociťuje opuštěnost, nepotřebnost, neúčinnost a ztrátu životní perspektivy.“ (Černá, 2015, s. 44- 45). (To všechno, jak bude uvedeno později, může svou přítomností zmírnit pes.) Na kvalitu života, pocit osamocnění, smutek, vůli žít atd. má vliv i to zdali člověk žije v páru, nebo sám. Toto potvrzuje i Skopalová v článku v časopise Sociální práce/ Sociálna práca: „setkání s umíráním a smrtí nejen významně ovlivňuje následující kvalitu života, ale především základní existenciální strategie. Smrt většinou vnímáme jako špatnou, negativní, neboť je spojena

s odchodem našich blízkých, smutkem, osamělostí, strachem a bolestí.“ (Skopalová, 2010, s 65).

Tímto uzavírám kapitolu věnovanou procesu stárnutí, změnám spojených se stářím a proměňující se kvalitou života. V následující části se budu věnovat volnočasovým aktivitám ve stáří, které do značné míry mohou kvalitu života seniorů také ovlivňovat. Mohou být pro některé prevencí, ne však „všelékem“ proti smutku, depresi, ztrátě smyslu života atd., příjemně vyplní alespoň část dne, mohou být pro seniory přínosem po stránce psychické, fyzické i sociální. Senioři se na své hobby, koníčky, aktivity mohou těšit, připravovat, sami je organizovat atd. Podobně jako u všech lidí, i u seniorů jsou vyzdvihovány přiměřené pohybové aktivity.

1.2 Volnočasové aktivity ve stáří

Jak píše Janiš a Skopalová: „Z hlediska volného času seniorů jsou důležité pozitivní pohybové volnočasové aktivity, které jedinec realizuje a které mají zároveň charakter trvalosti a stálosti.“ (Janiš, Skopalová, 2016, s. 101). To potvrzuje i Haškovcová, která uvádí: „V každém věku je dobré pamatovat na hodnotný způsob trávení volného času. Důležitá je nikoliv nahodilost, ale důrazně strukturovaný program. Zatímco mladší generace „horko těžko“ vyšetří nějaký čas na své zájmové aktivity, senioři by z nich naopak mohli učinit „páteř“ svého života.“ (Haškovcová, 2010, s. 178- 179). Z toho plyne, že by se senioři měli pohybu ve volném čase věnovat pravidelně a dlouhodobě, měl by pro ně být téměř denním chlebem. (Pohyb v tomto smyslu podporuje i chov psa, tedy konkrétně jeho pravidelné venčení a péče o něj.)

O tom, co dobrého může pohyb seniorům přinést, píše Kramer. Ten uvádí, že i když se začne: „s tělesnou aktivitou až v pozdějším věku, bude mít jak krátkodobý, tak i dlouhodobý účinek. Kromě toho se enormně zlepší kvalita a kvantita spánku. K dlouhodobému působení patří zlepšení skoro všech kardiovaskulárních funkcí. Především udržení a obnova pohyblivosti. Pravidelný trénink také podporuje smysl pro rovnováhu, schopnosti koordinace, a tak snižuje riziko úrazu...Posilování svalů pozitivně ovlivňuje i kosterní soustavu a uvolnění od bolesti. Všechna tato působení mají samozřejmě také za následek, a to je nejdůležitější cíl práce se staršími lidmi, že senioři zůstanou samostatní, jak nejdéle to půjde. Tělesná aktivita zabrání kromě toho také rozkladu jemné a hrubé motoriky.“ (Janiš, Skopalová dle Kramer, 2016, s. 102). Roslawski k tomu dodává, že pohyb zmírňuje neurotické a depresivní stavy, umožňuje člověku co

nejdéle nebýt závislý na péči jiné osoby. (Roslawski, 2005, s. 7- 10). Pozitivní působení pohybu na psychiku člověka zdůrazňuje také Matouš a další, kteří píší: „Pohyb má pozitivní vliv na zvýšení odolnosti proti zevním vlivům v každém věku a je zdrojem kladných psychických změn. Ovlivňuje nejen fyzickou stránku člověka, ale také posiluje duševní zdraví, je regulátorem psychických zátěží.“ (Matouš, Matoušová, Kalvach, Radvanský, 2002, s. 32). Pohyb zdá se je téměř všelékem na psychické i fyzické neduhy stáří. Otázkou je, jak přimět staršího člověka k pohybu, když na něj nebyl zvyklý. Dobrým pomocníkem v aktivizaci a motivaci k pohybu může být právě pes, se kterým se senior jednoduše musí projít venku.

Štilec píše, že nejvhodnější způsob pohybu pro starší lidi je chůze, je pro člověka nejpřirozenější a nejvhodnější, nestojí nás žádné peníze, dá se vykonávat všude (Štilec, 2003, s. 29). Přínosům chůze se věnuje Dessaintová, která píše, že chůze je: „kompletní tělesné cvičení. Chůze je tělesná aktivita vhodná k tomu, aby si člověk udržel tělesné a duševní zdraví v každém věku. Lze ji snadno provozovat, je levná a bezpečná i pro staré lidi. Velmi dobře ji lze zařadit mezi každodenní činnosti. Někomu chůze umožňuje meditovat, přemýšlet, nalézat myšlenky, zbavovat se těch nepříjemných a nacházet řešení k problémům. Chůze má dobré účinky na krevní oběh v nohou; lidé s křečovými žilami by tedy měli mít zájem na pravidelné chůzi; osvědčuje se při léčbě vysokého krevního tlaku; posiluje činnost srdce, zvláště jeho sílu, a metabolismus srdečních vláken; srdce je silnější a lépe čelí různým stresům a citovým potížím; snižuje nebezpečí úmrtí na kardiovaskulární nemoci; zlepšuje aerobní kapacitu; snižuje hladinu cukru. Chůze a to i rychlá má velmi málo vedlejších účinků.“ (Dessaintová, 1999, s. 226- 227).

V předchozím textu jsem se věnovala pozitivům, která může chůze člověku přinést. Naproti tomu bych nyní ráda uvedla některé negativní důsledky toho, když se člověk potažmo senior pohybu nevěnuje. Mezi dopady nedostatečné pohybové aktivity spadá: „úbytek svalové hmoty, svalová buňka degeneruje. Tento proces je daleko rychlejší, jestliže nedochází k optimální stimulaci pohybem. Svalová tkáň a vazy mění svoji strukturu, zkracují se, nejsou elastické a pohyb se stává bolestivým. Časté jsou i úrazy. Omezují se kloubní rozsah, klouby tuhnou. Klesá klidový výdej energie. Organismus má tendenci ukládat živiny do podkožního tuku. Stoupá hladina krevního cukru a hladina inzulinu, které mají přímo toxické vlivy v organismu, především v cévní stěně.“ (Matouš a kol., 2002, s. 36- 37). Negativní dopad to jistě nebude mít jen na fyzickou stránku

člověka. Jestliže, jak je uvedeno výše, pohyb přináší příjemné pocity, zbavuje stresu apod. To, že se mu senior nebude věnovat, bude mít logicky dopad i na jeho psychické prožívání.

Důvodů proč se někteří lidé nevěnují pohybovým aktivitám, může být nespočet. Pokud jsou to důvody spojené s fyzickým zdravím, s těmito problémy se i přes ochotu to změnit často nic neudělá. Myslím však, že častějším důvodem pro to se nevěnovat pohybu je naše lidská lenost, pohodlnost, nebo jak píše Štilec: „Psychologickým problémem je neochota lidí preventivně se zabývat pohybovým programem za účelem udržení kvality života, nebo oddálení nepříjemných involučních změn. Lidé spíše začnou s určitým druhem pohybu až v době začátku zdravotních obtíží. (Štilec, 2003, s. 23). Jinými slovy spousta z nás se nezačne věnovat pohybu do té doby, než nám tzv. poteče do bot. Pak ale už může být pozdě, proto opět uvedu poznámku, že pes na seniory v tomto smyslu může působit preventivně tím, že díky němu se pohybu jednoduše budou muset (alespoň částečně) věnovat, zejména tehdy budou-li mít psa v bytě.

Volnočasové aktivity a pohyb jsou spojeny s aktivním životním stylem: Aktivní životní styl je takový životní styl, v němž své místo zaujímá také přiměřená pravidelná pohybová aktivita. Pohybová aktivita není chápána jenom biologicky, ale respektuje i bio-psycho-sociální složky existence a fungování lidského organismu.“ (Bunc, Štilec, 2006, s. 9). To potvrzuje i následující text, který uvádí některé zásady jak, si udržet aktivní mysl i tělo a tak ovlivnit změny způsobené procesem stárnutí. První zásadou je podpořit mentální kondici- to pomohou např. křížovky, sudoku atd. Pro fyzické zdraví je důležité nekouřit, střídavě užívat alkohol, zdravě se stravovat, mít duševní aktivitu, cvičit a pobývat na čerstvém vzduchu, zde jsou doporučovány procházky se psem, které mohou pomoci upravit spánek, zmírnit tloušťku, posílit imunitní systém. (Healthy Lifestyle..., [on-line]). Aktivní životní styl je tedy úzce propojen s kvalitou života, volnočasovými aktivitami a ty zase s pohybovými aktivitami. To vše je pak ovlivněno změnami, které s sebou stáří přináší.

Aktivizovat, podporovat seniory v aktivním životním stylu, v pohybu, v udržení fyzického i psychického zdraví je i součástí sociální práce. Jedná se o aktivizační, preventivní sociální práci, která se snaží o udržení a podpoření samostatnosti seniorů tak, aby byli nezávislí a schopní žít i bez větší pomoci zvenčí. Jelikož se zabývám jak seniory, tak pobytovými sociálními zařízeními pro ně, je potřebné se v další části textu věnovat také sociální práci, protože sociální služby jsou nástrojem samotné sociální práce. Navíc

sociální práce může být v těchto službách také realizovaná např. skrze sociální poradenství, zapojování klientů do běžného života apod.

2 Sociální práce

Sociální práce má mnoho podob. Rozlišná může být forma jejího poskytování, zaměření na okruh klientů, různý může být i zřizovatel sociálních služeb apod. Sociální práci jako takovou z mého pohledu výstižně popisuje Mühlpachr, který píše: „Základním posláním profese sociální práce je podpora sociální změny, sociálního rozvoje, sociální soudržnosti a posílení práv a svobod člověka. Sociální práce je prakticky orientovaná disciplína a zároveň je i vědeckou disciplínou... Sociální práce jako obor intervenuje tehdy, kdy je sociální situace na úrovni jednotlivce, rodiny, malé skupiny či komunity a společnosti chápána jako situace, která potřebuje změnu či rozvoj v určité konkrétní oblasti. V tomto ohledu má sociální práce aktivizující roli. Sociální práce je multidisciplinární a interdisciplinární. Klade důraz na participaci člověka ve prospěch jeho dobra. Sociální práce působí především s lidmi a pro lidi (Mühlpachr, 2017, s. 8). V podobném duchu se nese i definice sociální práce vydaná Mezinárodní federací sociálních pracovníků, která zní takto: „Sociální práce podporuje sociální změnu, řešení problémů v mezilidských vztazích a posílení a osvobození lidí za účelem naplnění jejich osobního blaha.“ (Definice sociální práce, [on-line]).

Z výše uvedeného vyplývá, že se sociální pracovník u svých klientů snaží o podporu a rozvoj jejich kvality života a jejich sociálního fungování. Koncept sociálního fungování velmi propagovala Bartlettová. „Jádrem celého konceptu je představa, že lidé a prostředí jsou v permanentní interakci, přičemž prostředí klade na člověka určité požadavky a člověk je nucen na ně reagovat. Mezi „požadavky prostředí“ a člověkem musí být navozena určitá rovnováha. V těch případech, ve kterých lidé dostatečně nezvládají požadavky svého prostředí, poskytuje pomoc sociální pracovník. Nezáleží na tom, zda je příčinou nezvládnutí nedostatek dovedností na straně klienta, či zda jde o problém na straně sociálního prostředí...“ (Navrátil, 2001, s. 12). Sociální pracovník může spolu s klientem pracovat na jeho aktivizaci, na tom, aby dokázal plnit požadavky prostředí, pokud jsou přiměřené. Pokud však nejsou, je potřeba, aby sociální pracovník pomohl klientovi takovouto situaci změnit. Výběr konkrétního řešení už záleží na životním příběhu klienta a stylu práce sociálního pracovníka.

Každý pracovník, jak už bylo naznačeno, do své práce určitým způsobem vtiskává sám sebe, každý pracuje mírně odlišně, současně by však každý pracovník měl respektovat profesní a etické kodexy sociální práce. Vliv na zvolený styl práce sociálního pracovníka s klientem má jeho osobní nastavení, životní příběh klienta, ale i faktory sociálního fungování. Některé z nich budou pracovníkem, nebo klientem jednoduše upřednostněny. Podle povahy těchto „upřednostněných“ faktorů sociálního fungování je pak lze rozdělit do tří skupin, do tří tzv. malých paradigmat, která se odlišují: „jak svými filozofickými východisky, tak praktickými důsledky.“ Tato malá paradigmata navrhl Malcolm Payne pro lepší přehlednost stylů sociální práce s klienty. Žádné z malých paradigmat neexistuje ve své čisté formě, žádné z nich není univerzální. Mísí se podle spletnosti životních situací klientů. První paradigma je terapeutické, důraz je zde kladen na psychické zdraví a pohodu klienta až poté starost o jeho „sociální pohodu“. Druhé tzv. reformní paradigma usiluje o „reformu společenského prostředí.“ Pozornost sociálních pracovníků bývá věnována společenské rovnosti v různých dimenzích lidského života. Podpora klientů spočívá v pomoci získat vliv na řízení vlastních životů. Hlavním nástrojem je zde empowerment (zmocňování) používaný tak, aby si klienti sami byli schopni řídit životy a mohli se podílet i na řízení veřejných záležitostí. Poslední je poradenské paradigma, které si zakládá na zpřístupňování informací a služeb klientům tak, aby věděli, na co mohou mít ve své situaci nárok a jak to získat. Toto paradigma v sobě snoubí jak orientaci na individuální potřeby klienta, tak na případnou změnu systému nabízených služeb tak, aby odpovídal potřebám klientů. (Navrátil, 2001, s. 14- 17).

Výše již bylo uvedeno, že se sociální práce odlišuje okruhem lidí, na které je zacílena, avšak koncept sociálního fungování i všechna tři paradigmata se využívají na jakémkoliv pracovišti, s jakýmikoliv klienty. Rozdílné je pouze to, na co se v daném druhu sociální práce klade důraz. Ve své diplomové práci se zaměřuji na seniory, proto zde stručně popíši sociální práci orientovanou na seniory.

2.1 Sociální práce se seniory

Sociální práce se seniory se zaměřuje na prevenci a řešení obtížných či nepříznivých životních situací, které přímo i nepřímo souvisejí se stářím a jeho důsledky. Mj. se: „soustřeďuje do oblasti péče o ty seniory, jejichž zdravotní stav je spojen s poklesem funkčních schopností a soběstačnosti. Smyslem sociální práce se seniory je pak pomoci starému člověku vyjít ven z tohoto bludného kruhu „nezvládnutí“. Sociální práce se

seniory v domácím prostředí plní i funkce, které: „mají posílit udržení starého člověka v jeho domácím prostředí, jeho integraci do společnosti a zachování dobré fyzické kondice a aktivity.“ (Matoušek, Kodymová, Koláčková, 2010, s. 163-171). Cílem sociální práce je co největší podpora kvality života seniorů ať už v pobytových zařízeních, nebo v jejich přirozeném domácím prostředí. Kvůli spletnosti životních příběhů a potřeb seniorů může sociální práce se seniory využívat všech tří malých paradigmat. V přímé praxi je však nejvíce využíváno poradenské a terapeutické paradigma. Vliv na sociální práci se seniory má také zvyšování počtu lidí ve vyšším věku. Lidé žijí déle a zároveň je menší porodnost. Například v roce 2014 žilo v celém Olomouckém kraji: „celkem 115 866 obyvatel starších 65let. Jejich počet se za posledních deset let zvýšil o více než 26 tisíc.“ Z hlediska pohlaví převažují ženy. Jak píše Krajská správa Českého statistického úřadu v Olomouci: „V Olomouckém kraji bude počet obyvatel nadále klesat. Bude se snižovat počet narozených dětí a tím bude klesat i podíl dětí v populaci. Snižovat se bude i podíl obyvatel v produktivním věku mezi 15 až 64 lety. Naproti tomu počet i podíl obyvatel starších 65 let poroste.“ (Kraj. správa Čes. stat. úřadu v Olomouci, 2015, s. 8- 13). Společnost pak nese zvýšené nároky nejen na ekonomiku státu, na sociální zabezpečení seniorů, ale zároveň i na sociální práci respektive na sociální služby.

V předchozím textu jsem se věnovala sociální práci jako takové, poté sociální práci zaměřené na seniory, zmínila jsem také, že tlak na sociální služby se nejen díky demografickému vývoji obyvatelstva stále zvyšuje. Sociální služby jsou nástrojem sociální práce – např. v poradnách, sociálně aktivizačních službách pro seniory, v domovech pro seniory, ve stacionářích apod. Jelikož se ve svém výzkumu zabývám mimo jiné i zařízeními poskytujícími dlouhodobé pobytové služby pro seniory, alespoň ve zkratce se je zde pokusím popsat.

2.2 Pobytová zařízení pro seniory

Pobytová zařízení pro seniory v České republice jsou dle Matouška trojího druhu. Tato rezidenční zařízení se od sebe odlišují: „rozsahem poskytovaných služeb a způsobem úhrady.“ Prvním z nich je penzion pro seniory, kteří jsou zdraví a soběstační. V těchto penzionech si jen pronajímají byt, mohou si fakultativně zaplatit některé služby jako např. úklid, nákup, doprovody apod. Druhým typem jsou domy s pečovatelskou službou, které také nabízejí byty k pronájmu. „Jsou to však byty zvláštního určení, v nichž jsou kromě ubytování poskytovány i sociální služby“. Posledním typem jsou domovy pro seniory:

„nabízející trvalé ubytování a široké spektrum služeb od péče o domácnost klienta, přes nejrůznější programy aktivit až po náročnou ošetrovatelskou i rehabilitační péči o těžce zdravotně postižené seniory a hospicovou péči o umírající.“ (Matoušek a kol., 2010, s. 178- 179). Dále k tomuto patří domovy se zvláštním režimem určené lidem s demencí, Alzheimerovou chorobou apod.

Zákon o sociálních službách rezidenční služby nejen pro seniory zařazuje do služeb sociální péče, kde jak se v § 38 píše: „Služby sociální péče napomáhají osobám zajistit jejich fyzickou a psychickou soběstačnost, s cílem podpořit život v jejich přirozeném sociálním prostředí a umožnit jim v nejvyšší možné míře zapojení do běžného života společnosti, a v případech, kdy toto vylučuje jejich stav, zajistit jim důstojné prostředí a zacházení.“ (Zákon č. 108/2006, § 38). Problematický je fakt, že počet lidí v seniorském věku, stále roste, tento demografický fenomén má svůj dopad i na pobytové sociální služby pro seniory. To potvrzuje i Bajer: „Stávající kapacity sociálních služeb nebudou schopny, vzhledem k nepříznivému demografickému vývoji a současnému neřešení systému financování, za čas poskytnout službu všem seniorům, kteří budou služby potřebovat.“ (Bajer, 2004, s. 2). Na to upozorňuje i Lehovcová: „Domovy jsou přitom přeplněné. I když každoročně vznikají nová místa, zároveň roste i počet odmítnutých žadatelů.“ (Lehovcová, 2008, [on-line]). Negen, že pobytových zařízení není dostatek, ale život v nich s sebou nese i jisté často negativně vnímané změny.

Nevýhodou pobytových zařízení je už samotné přestěhování se tam. „Každá změna v tak vysokém věku je stresová.“ Nedílnou součástí života v domově je nevyhnutelně ztráta soukromí a omezenost dělat vlastní rozhodnutí. I přes negativa a nedostatek volných míst v domovech, vyšlo najevo, že v Praze: „Jen každý druhý obyvatel domovů pro seniory potřebuje každodenní péči. Ostatní se do "domovů důchodců" uchýlili z jiných důvodů - cítí se osamělí, chtějí pomoci dětem s bydlením, nechtějí být na obtíž nebo se jim bydlení v ústavu zdá pohodlnější.“ (Lehovcová, 2008, [on-line]). Nabízí se zde zamyšlení nad tím, jestli je opravdu potřeba víc míst v pobytových zařízeních pro seniory, nebo by stačilo něco, co alespoň ty samostatné z nich přesvědčí, aby se nikam nestěhovali, pokud to není nutné. Pes, jak bude uvedeno později, jejich pohnutky může do jisté míry ovlivnit.

Pokud již není možné, aby senioři zůstali doma, jsou nejčastěji ubytováni v domovech pro seniory, nebo domovech se zvláštním režimem. Domov se zvláštním režimem je na rozdíl od domova pro seniory zacílen na lidi s duševními nemocemi,

závislostmi na návykových látkách a osoby s různými druhy demence. Krajská správa Českého statistického úřadu v Olomouci udává, že: „V Olomouckém kraji vedle zdravotnických zařízení existují zařízení sociální péče s pobytovou službou pro seniory. Mezi ně patří 34 domovů pro seniory s 2 544 lůžky a 13 domovů se zvláštním režimem s kapacitou 608 lůžek.“ (Kraj. správa Čes. stat. úřadu v Olomouci, 2015, s. 59). Služby, které jsou klientům v domovech pro seniory a v domovech se zvláštním režimem poskytovány, jsou naprosto stejné. Jedná se o: „poskytnutí ubytování, poskytnutí stravy, pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.“ (Zákon 108/2006, § 49, 50, [on-line]).

Neformální zooterapie může být součástí tří výše zmíněných aktivit (zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti). Nejčastěji bývá zooterapie využívána při aktivizaci seniorů. Nyní se ji pokusím ve zkratce představit.

2.2.1 Aktivizace seniorů

Aktivizaci seniorů lze pojímat dvojím způsobem. První z nich je aktivizace zaměřená na ty osoby, které mají ohroženou nebo již ztracenou soběstačnost. „Jde o prevenci imobilizačního syndromu, ergoterapii s nácvikem všedních činností a obnovu soběstačnosti.“ V druhém slova smyslu je aktivizace seniorů: „smysluplné a uspokojující trávení volného času či udržování a rozvíjení pohybových aktivit.“ (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 34). V rámci aktivizace jde o to pomocí různých činností podpořit soběstačnost seniorů tak, aby byli schopni co nejdéle žít samostatně a nezávisle. O toto se v rámci svých služeb snaží i sociální práce, v rámci podpoření seniorů mohou být využívány, nejrůznější terapie, řadící se do zmíněné skupiny sociálně terapeutických činností.

2.2.2 Sociálně terapeutické činnosti

V této oblasti mohou být využity nejrůznější terapie, já se zde zaměřím pouze na některé z nich. Ve spojitosti se zvířaty vidím jako přínosné věnovat se např. arteterapii. Během ní mohou klienti malovat zvířata, ke kterým mají vztah, pracovat se vzpomínkami,

zážitky, které s těmito zvířaty udělali apod. Jako další terapie by mohla být využitelná dramaterapie, kde klienti mohou hrát roli jejich psa, zastávat tak role, které v jejich rodině měl, nebo mohou mít roli divoké šelmy a dát, tak najevo své negativní pocity apod. Další dvě terapie, které zde popíši, jsou hojně využívány a zároveň v sobě mají velký potenciál pro využívání zvířat, nebo alespoň zážitků s nimi nabitých. První z terapií je ergoterapie.

Ergoterapie je využívána zejména ve stacionářích, domovech a penzionech, v osobní asistenci, v rehabilitaci apod. Ergoterapie: „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. Podporuje maximálně možnou participaci jedince v běžném životě, přičemž respektuje plně jeho osobnost a možnosti... Primárním zájmem ergoterapie je umožnit osobě provádět činnosti, které považuje za důležité a potřebné pro její život, a přispět tak k zachování odpovídající kvality života a k plnému zapojení do společnosti.“ (Česká asociace ergoterapeutů, 2007, [on-line]). „Cílem ergoterapie je umožnit osobám zachovat si maximální soběstačnost v běžných denních činnostech, pracovních činnostech a aktivitách volného času. Návčik činností, v kterých je osoba z důvodu onemocnění, úrazu, vývojové vadě či procesu stárnutí limitována, probíhá v reálných situacích a pokud to je možné i v jejím vlastním prostředí. Ergoterapeut pomáhá řešit praktické otázky související se snížením či ztrátou soběstačnosti v činnostech, které jsou pro člověka nepostradatelné.“ (Rodová, 2015, [on-line]). Podoba ergoterapie závisí zejména na přáních klienta. Ergoterapie může spočívat i ve zprostředkování kontaktu se zvířaty, v péči o ně a tedy smysluplném zaměstnávání seniorů činnostmi, které se mohli věnovat v mládí. Další terapie, která je typická pro práci se seniory, je reminiscenční terapie.

„Reminiscenční terapie je zjednodušeně „terapie vzpomínkou“. Patří mezi základní terapie u pacientů s demencí, využívá se však i u zdravých seniorů a u seniorů s kognitivní poruchou. Jejím cílem je zlepšit kvalitu života za pomoci vyvolání příjemných vzpomínek, které mají pro člověka důležitou hodnotu.“ (Prokešová, 2016, [on-line]). Podobně jako ergoterapie, tak i reminiscenční terapie může čerpat ze vzpomínek klienta na jeho milovaného domácího mazlíčka, který byl seniorovi přítelem, bylo příjemné jej hladit, procházet se s ním apod. To může u seniora vyvolat příjemné pocity a tak může alespoň na chvíli zapomenout na to, co ho trápí.

V předchozích řádcích jsem se zabývala terapiemi, které v praxi mohou využívat vzpomínek a zkušeností klientů se zvířaty, nejsou na to však primárně orientovány. Na rozdíl od zooterapie, které jsem věnovala následující kapitole.

3 Zooterapie

Zooterapie nebo také animoterapie je podle Haškovcové: „aktivace pacientů/klientů s pomocí zvířat.“ (Haškovcová, 2012, s. 134). O zooterapii píše zejména Gajdošová, která uvádí: „Pozitivní účinek soužití se zvířaty byl znám už od počátků domestikace různých živočišných druhů. Pomocí zvířat lze ovlivnit široké spektrum tělesných i duševních obtíží člověka. V dnešní době, kdy lidstvo nalézá dávno objevené, jsme překvapeni genialitou těchto metod, které vycházejí z jejich přirozenosti. Rytmus současné doby odloučil člověka od přírody, změny životního stylu vedou k narůstajícímu stresu a psychickým i fyzickým obtížím. Historie člověka je spojena se soužitím s domácími zvířaty, v průběhu let se vyvinula mezi člověkem a zvířetem jakási "sociální symbióza". V současné době tato vazba ztratila mnohé ze své samozřejmosti, na jedné straně stoupá počet domácích zvířat chovaných ve městě, na straně druhé, se zvětšuje odstup od přírody.“ (Gajdošová, 2014, [on-line]). Jinými slovy i přes to, že si čím dál tím víc lidí pořizuje zvíře, nejčastěji psa, nepřiblíží je to k přírodě. Zřejmě jsme natolik součástí postmoderního koloběhu života, že nás z toho pes nedokáže vytrhnout. Může nám však pomoci vyrovnat se s náročností dnešního života tím, že díky němu můžeme zažívat zooterapii.

O počátcích léčebné zooterapie píše Fialová a Hess: „První ojedinělé zprávy o využití zvířete v terapii pocházejí již z r. 1792, kdy králik, drůbež a jiná malá zvířata byla použita v ústavu mentálně postižených k usnadnění komunikace. K témuž účelu použil domácí zvířata Bethel r. 1867 v Bielefeldu v Německu. Za druhé světové války využívali Američané domácí zvířata na farmě k rychlejšímu zotavení válečných veteránů. Za dobu zrodu využívání zvířat v terapii se však klade rok 1980, kdy R. Friedmannová se spolupracovníky prokázala, že přežívání osob po infarktu myokardu se významně zlepšilo, jestliže pacient vlastnil nějaké domácí zvíře. Zvířata jim poskytovala pocit potřebnosti a představovala popud k rychlému zotavení.“ (Fialová, Hess, [on-line]). Na počátku se tedy jednalo pouze o neformální zooterapii, pouhé působení vlastního zvířete na svého pána. Myslím, že v dnešní době se tato neformální zooterapie velmi podceňuje, naproti tomu je však zejména v institucích vyzdvihována zooterapie s vycvičeným zvířetem,

nejčastěji psem. Taková však má i své nevýhody je časově málo flexibilní a finančně náročná. Jak jsem již naznačila a jak uvádí Holczerová, zooterapii je možné dělit podle zvířete, pomocí kterého je vykonávána. V našem prostředí se nejčastěji můžeme setkat s canisterapií (využití psa), poté pak s felinoterapií (využití kočky) a hipoterapií (využití koně). (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 85).

Zooterapii lze dále rozdělit dle jejich typů na: „AAA = animal-assisted activities - aktivity za pomoci zvířat, kde se pomocí přirozeného kontaktu člověka a zvířete zaměřujeme na zlepšení kvality života klienta a obecnou aktivizaci. AAT = animal-assisted therapy - terapii za pomoci zvířat, která je cíleným kontaktem, kde nasměrování a úkoly určuje odborník (fyzioterapeut, psycholog, speciální pedagog apod.) a animoterapie se tak stává podpůrnou metodou celkové rehabilitace klienta. AAE = animal-assisted education - vzdělávání za pomoci zvířat, kde pedagogové využívají pozitivní vliv zvířat na žáky se specifickými potřebami nebo jako součást zážitkové výuky. AACR = animal-assisted crisis response - krizová intervence za pomoci zvířat, kdy kontakt zvířete a člověka v krizové situaci/ prostředí působí na odbourání stresu a napomáhá k celkovému zlepšení psychického a/ nebo i fyzického stavu klienta.“ (Dělení animoterapie na..., [on-line]). Nejvíce podobný chovu vlastního mazlíčka doma je typ AAA, tedy aktivity za pomoci zvířat, kde jde o navození přirozeného kontaktu zvířete s člověkem.

Zooterapii lze dále dělit na dva její modely, na návštěvní a rezidentní model. Návštěvní znamená, že nejčastěji pes a jeho psovod přichází do zařízení na předem domluvené schůzky. Rezidentní podoba zooterapie není příliš využívána, v praxi to znamená, že pes (nebo jiné zvíře) je jednoho ze zaměstnanců, který ho má na starosti, terapeuticky pes působí na klienty jen někdy, jinak je se svým pánem. (Galajdová, 2011, s. 105).

V předchozích odstavcích jsem se zabývala zooterapií, jejími druhy a typy nyní se zaměřím na canisterapii, která má spolu se zooterapií typu AAA nejbližší k tématu mé práce.

3.1 Canisterapie

Jak už bylo částečně uvedeno výše: „Canisterapie je jednou ze složek animoterapie, využívající pozitivního působení psa na člověka. Canisterapie přispívá k rozvoji hrubé a jemné motoriky, podněcuje verbální i neverbální komunikaci, rozvoj orientace

v prostoru, nácvik koncentrace, rozvíjí sociální citění, poznávání a složku citovou.“ (Canisterapie, [on-line]). Canisterapie: „doslova znamená „léčba pomocí psa“...duši hojící pocit, který v nás zanechává kontakt s milým a bezprostředním psem, pocit, že nejsme sami, že někoho máme a že někoho zajímáme a že někdo nás má rád a těší se na nás. Pocit, který nám pomáhá čelit každodenním trampotám a dává vůli jít životem dál...Pozitivní pocit, který má nejen psychické, ale i fyzické dopady. V současnosti se dělí na canisterapii asistovanou čili povzbuzující a oživující zájem o dění, edukativní neboli výchovnou, léčebnou neboli terapeutickou, dále výzkumnou...Avšak stále jde o jedno: o vazbu člověk-pes a o vzájemný prospěch z ní.“ (Galajdová, 2011, s. 15- 16). Canisterapii se věnuje mnoho organizací, některé z nich se věnují i výzkumné činnosti. Zajímavé projekty v rámci canisterapie vznikají i ve Spojených státech amerických. První z nich, který zde zmíním, je projekt, ve kterém je canisterapie využívána v průběhu léčby ve zdravotnickém zařízení i mimo něj a má skvělé výsledky. Podle výsledků dobrovolnické práce v rámci tohoto projektu lidé se psem užívají méně léků, než lidé bez psa. Terapie za pomoci zvířat má vliv na pacientovu psychosociální, emocionální a fyzickou pohodu. Pes může sloužit i jako pojičko mezi světem pacienta a jeho okolím. (Loyola University Health System, 2009, [on-line]). Další projekt se zabývá tzv. veterinární sociální prací (Veterinary Social Work), která se věnuje využívání zvířat v sociální práci, zejména v sociální práci s lidmi v krizi- věnuje se práci s pozůstalými, ale i práci s lidmi, kteří měli velmi silné pouto se svým domácím zvířetem a přišli o něj. (Barbara Trainin Blank, 2015, [on-line]). Myslím si, že veterinární sociální práce je velmi zajímavý nápad, bohužel se domnívám, že Česká republika na takovou službu pro klienty ještě není připravená. O pozitivním vlivu psa na člověka, tedy i o canisterapii, jak píše Galajdová, lze hovořit i u zdravého člověka, jedná se o podvědomou canisterapii, která je součástí vztahu pes a člověk. (Galajdová, 2011, s. 51). Jednalo by se o už zmíněnou formu AAA, která působí neformálně, zahrnuje v sobě aktivity se psem a pozitivní působení psa na člověka. Z výše uvedeného je jasné, že i neformální zooterapie, je člověku nesmírně prospěšná. V následujícím textu se budu této prospěšnosti a významu psa pro člověka věnovat více.

3.2 Význam psa pro člověka

Význam psa pro člověka se odvíjí od role, kterou pes v životě jeho pána zastává. Jak píše Kachlík: „Pes žije s člověkem více než 140 století, během nichž bylo vyšlechtěno mnoho psích plemen a ze psa se stal společník, ochránce a pomocník. S vývojem a změnou způsobu života se měnily i role psa.“ V dnešní době má: „Pes prokazatelně pozitivní vliv

na kondici svého pána, motivuje ho k procházkám a fyzické aktivitě.“ Zároveň: „Dnešní uspěchaná a přetchnizovaná společnost vyžaduje od lidí podávání vysokých výkonů po dlouhou dobu, což za určitý čas vede k sociálním, psychickým i fyzickým problémům, tedy k narušení vyváženého holistického modelu zdraví. K tomu se přidává povrchnost, odcizení, anonymita, nedostatek vhodné mezilidské komunikace, které situaci ještě zhoršují. Pořízení psa pomáhá prolomit bariéry mezi lidmi, minimálně se jeho majitel stává součástí komunity tzv. „pejskařů“. Pro osamocené lidi je pes spolehlivým kamarádem a prostředníkem při hledání přátel nebo životního partnera. Pes člověku mnohonásobně vrací poskytovanou lásku a péči, poskytuje mu společnost a oddané přátelství v každém věku bez ohledu na postavení, rasu, pohlaví, vyznání, postižení.“ (Kachlík, 2010, [online]). Pes je také lidský důvěrník: „je partner k rozhovorům, jelikož má čas vyslechnout, nekritizuje a neposmívá se... má navíc tu výhodu, že sdělená tajemství nikde nevyštěká.“ (Kolektiv autorů, 2000, s. 6- 7).

Leser hovoří o preventivním potenciálu zvířat. Říká, že zvířata na člověka působí na fyzické rovině, dále uvádí psychickou rovinu, u které zmiňuje pozitiva, jako jsou: kognitivní trénink, redukci stresu, podpoření emocionální pohody a pozitivního vnímání sebe sama, dále pak pocit vlastní hodnoty, lepší sebevědomí, zmírnění depresí, suicidiálních snah a redukci strachu. V rovině sociální zmiňuje menší pocit osamělosti a izolace, pocit blízkosti, intimity, tělesný kontakt, dále pak rodinnou soudržnost, vzestup důvěry, podporu empatie, zlepšení atmosféry interakce apod. Pes může být také prospěšný po praktické stránce, kterou Leser míní pomoc při vedení, jištění nevidomých, poskytování bezpečí, signalizace návštěv, usnadnění práce a úkolů, zvedání, přinášení předmětů, upozornění na zdravotní problémy např. záchvaty křečí apod. (Leser, 2012, s. 25- 27). Psi pomoc nevidomým nespočívá jen v samotném vedení, pes je pro tyto lidi mnohem víc než jen pomocníkem v každodenních situacích. Je pro ně i společníkem, důvěrníkem a terapeutem.

Výše bylo vylíčeno, jak obrovský a všestranný vliv má pes na člověka. Pes dává lidem tolik, že už pro většinu lidí není jen ochránce majetku, nebo pracovníkem, ale je to „part'ák“ do života. Mnoho lidí se psem tráví své volné chvíle, toto se v odborné literatuře nazývá pojmem zoorekreace.

3.3 Zoorekreace

Jak píše Karásková: „V sociologickém kontextu se většinou hovoří o interakci člověk- zvíře pouze v souvislosti se zooterapií, nebo asistenčními zvířaty, zejména psy. Již méně se hovoří o tom, co se dnes a denně běžně odehrává - zvíře se stává člověku partnerem pro rekreaci. Zvířata ale mohou zasahovat do životního stylu člověka, pozitivně ovlivňovat kvalitu jeho života v rámci zoorekreace. Cílovou dimenzí není léčba, nýbrž zlepšení kvality života tj. záměr rekreační. Zoorekreace může probíhat jako: dlouhodobá forma, kdy člověk má zvíře v trvalé péči, obvykle je jeho majitelem. Další může být pobytová forma, kdy se jedná: „o krátkodobý jednorázový nebo opakující se pobyt v prostředí, kde se chovají a jsou k dispozici zvířata (tábory, ekofarmy apod.). Obvykle se jedná o placenou formu zoorekreace. Poslední je jednorázová forma, kde probíhá náhodný nebo záměrný kontakt s cizím zvířetem, s variantou návštěvy zvířete u člověka nebo návštěvy člověka u zvířete.“ (Karásková, Dohnal, 2011, s. 27- 29). Člověk se skrze zoorekreaci dostává do kontaktu se zvířaty, která za sebou nemají speciální výcvik k tomu, aby mohla vykonávat canisterapii. Jsou to jednoduše jen vhodně vybraná zvířata, která by mohla člověku dávat kus své životní energie. Tak jak to nejlépe umí pes.

Pro každého člověka má pes určitý význam. S věkem, životními zkušenostmi, množstvím času stráveného se psem se tento význam, nebo vztah mění. Senior obvykle se psem tráví mnohem více času než člověk pracující, nebo dítě chodící do školy. Zároveň už není tolik v kontaktu se svým sociálním okolím, často žije bez partnera a společnost mu dělá jeho pes. Podrobněji se významu psa pro seniora budu věnovat v následující části.

3.4 Význam psa pro seniora

Jak píše Karásková: „je dobře, jestliže člověk s odchodem do důchodu zatouží po návratu k přírodě, i když v předchozím období neměl na tyto myšlenky dostatek času. Je dobře, jestliže si pořídí zvířátko. Řada seniorů ztratí v seniorském věku svého partnera, ztrácí dřívější role v profesi i rodině, a tím se výrazně sníží kvalita jejich života. Adaptovat se na nové podmínky života, může pomoci právě zvíře. Plnohodnotné lidské vztahy zvíře přirozeně suplovat nemůže, ale může částečně nahradit potřebu kontaktů a lásky a posílit mezilidské vztahy. Zvíře odvádí pozornost seniora od pozorování sebe sama, dokonce se u majitelů ukazuje snížená spotřeba psychofarmak. Senior musí respektovat jistý rytmus dne zvířete a dodržování určitého řádu. Zvíře nutí majitele k pohybu, ať již ve spojení s péčí o něj, s krmením, případně s procházkami... Senior má pocit povinnosti a důležitosti,

větší chuť do života, protože smysl života našel ve zvířeti. Zvíře naplňuje potřeby seniora po sociálním kontaktu, redukuje pocit osamění a izolace od lidí. Je to druh, společník, přítel, závislý na seniorovi. Zvíře působí proti osamění, depresím... již jen pozorování zvířat... má vliv na naše vnímání a na naši náladu.“ Podporuje motivaci k životu, větší sebevědomí a působí jako zpestření dne. (Karásková, Dohnal, 2011, s. 27, 35- 36). Zvíře ve starším člověku znovu probouzí vůli žít, navíc díky němu vidí ve svém životě smysl. Zvíře dává člověku pocit, že ho potřebuje, že o něj stojí. „Zvíře spontánně a nenuceně kdykoli poskytuje možnost prožití slasti v zanedbávané hmatové stimulaci, tedy možnost pomuchlat se, pomazlit se, vzájemně se přitulit. Bez pocitu studu, nevhodnosti a trapnosti, bez nutnosti doprošovat se a vysvětlovat. Vzájemný dotyk je zejména pro starší lidi důležitým prostředkem vyjádření emocí, působí jako lék proti úzkosti, strachu, bezmocnosti, psychickému strádání a dokonce zvyšuje odolnost proti utrpení, které přináší případná nemoc.“ (Galajdová, 1999, s. 114- 115). Pes člověku tedy poskytuje pocit, že ho má někdo rád, přitulí se k němu a dá mu to najevo. Zároveň pes s člověkem komunikuje a to mnoha způsoby, které: „jsou uklidňující, a poskytují psychickou stimulaci opuštěným a uzavřeným osobám. Slouží nejen jako radostný dárce života, ale též jako šťastný a spokojený příjemce hlazení, objetí, a co je hlavní, také lásky. V nových a nejistých situacích může milované zvíře, kterému věříme, poskytovat bezpečí a pocit, že „v tom nejsme sami“. Když žije starší osoba osamocně, nemá důvod pro normální denní režim, např. čas k jídlu, pravidelné cvičení, péči o sebe sama, čas k spánku. Avšak domácí zvířata, zvláště pes, potřebují jíst, jít se ven proběhnout atd. Starší osoba tak musí projevovat zájem alespoň o život svého zvířecího miláčka.“ Svými potřebami psi podněcují staršího člověka k tomu, aby dodržoval jakýsi denní režim. Zároveň také zvířata pozitivně působí na sociální vztahy: „pomáhají udržovat konverzaci, navazovat nová přátelství, projevovat zájem o mezilidské vztahy.“ (Fialová, Hess, [on-line]). V neposlední řadě, jak píše Vojtěchovská: „zvířata dokáží změnit směr pohledu z přítomnosti na budoucnost. Den přestává být dobou mezi vstáváním a uleháním do postele. Čas jde dopředu, místo aby byl prožíván jen ve vzpomínkách na minulost.“ (Vojtěchovská, Vojtěchovský, 1999, s. 11). To je pro staršího člověka nesmírně důležité, mít čemu věnovat den, mít kvůli čemu vstávat a s kým jít večer spát, mít kvůli komu plánovat zítřejší nákupy, výlety apod.

Zároveň však s chovem psa, nebo s jeho využíváním při terapiích, zoorekreaci apod. mohou být spojena různá rizika a těžkosti. Bylo by nezodpovědné tato rizika nezmiňovat, protože mohou mít až devastační vliv na vztah seniora a jeho psa.

3.5 Rizika

Přesto, že zvířata mohou představovat pro člověka cennou podporu, pro někoho mohou být také nástrojem izolace. V tom spočívá první riziko, které zde zmíním. Jak o nezdravém vztahu psa a člověka píše Leser: „Člověk si může s pomocí zvířat kompenzovat svou neschopnost normálního kontaktu s ostatními lidmi. Zvířata se pak stávají náhradou za partnera nebo za děti, což končí patologickým vztahem člověka a zvířete.“ (Leser, 2012, s. 12).

Další riziko může být ve snaze aplikovat zooterapii, nebo zoorekreaci plošně na všechny klienty (sociálních) služeb. Je potřeba mít na paměti, že ne všichni lidé mají ke zvířatům kladný vztah. I přes to, že pes je pro některé seniory přítelem k nezaplacení, nemusí to tak být pro všechny. Jsou lidé, kteří mají ze psů fobii, často to může být spojeno s jejich dřívější špatnou zkušeností. Nebo mohou být lidé, kteří jednoduše nejsou takto nastaveni a přestože se psem neměli žádnou špatnou zkušenost, nechtějí s ním přicházet do kontaktu. Při aplikaci zooterapie, nebo zoorekreace je důležité vědět, jak je na tom ten daný člověk ve vztahu já a zvíře. To potvrzuje i Leser, který uvádí: „Všechna prozkoumaná nebo pozorovaná pozitivní působení zvířat na člověka jsou účinná teprve tehdy, pokud je možný dobrý a stabilní vztah mezi člověkem a zvířetem (a opačně). Kdo ve svém životě ještě nenasbíral dostatek zkušeností se zvířaty, kdo je dokonce nenávidí, štítí se jich nebo z nich má strach, bude mít jen těžko možnost mít užitek z jejich pozitivních účinků. U člověka je vždy nutné pozitivní a souhlasné naladění.“ (Leser, 2012, s. 14- 15). Jestliže je ve vztahu člověk a pes souznění, pak když přijde smrt jednoho z nich, ten druhý touto ztrátou velmi trpí. Není nouze o případy, kdy pes nebo dokonce senior se smrtí toho druhého rmoutil několik let, někdy tyto případy vedou až ke smrti toho, který trpí ztrátou.

Riziko chovu psa doma může být i v tom, že se pes pro člověka stane motivem, proč setrvat v prostředí, které mu ubližuje. Jak píše jeden anglický píšící zdroj: „Lidé, kteří jsou v rodině zneužíváni, odkládají řešení situace, aby ochránili své domácí mazlíčky, kteří se stali „pákou“ na jejich zneužívané „páníčky“.“ (Barbara Trainin Blank, 2015, [on-line]). Toto riziko není tak časté, avšak pro svou vážnost, není ani zanedbatelné.

Dosud jsem se zabývala spíše zooterapií, zoorekreací ve vztahu člověk a pes, kdy senior má vlastního psa doma a z tohoto vztahu čerpá pozitiva. Nyní se zaměřím na to, jak působí pes na obyvatele domovů pro seniory. Tuto kapitolu je zde nutné uvést, protože se

ve své práci zabývám mimo jiné postoji a zkušenostmi pobytových sociálních zařízení s chovem vlastního psa.

3.6 Pes v domově

Pes v domově má pozitivní vliv na komunikaci jak mezi klienty, tak mezi personálem a mezi těmito dvěma skupinami navzájem. (Kolektiv autorů, 2000, s. 7). Pes tak pozitivně ovlivní komunikaci v domově, pozmění jeho celkovou atmosféru. To ale není vše, co pes svou přítomností v domově může změnit. Jak píše Vojtěchovská: „Pro staré lidi umístěné do ústavů, kteří propadají postupně rezignaci a dlouhodobé nečinnosti, znamenají zvířata naplnění jejich neuspokojených potřeb náklonnosti, blízkosti, starostlivosti, důvěry, lásky a radosti...Zvířata usnadňují zapojování nově přichozích obyvatel do nového prostředí a vytvářejí pro ně pocit domova...Obyvatelé se v přítomnosti zvířat stávají vyrovnanějšími a trpělivějšími. Zvířata nabízejí smysluplnou činnost v jejich denním programu...zmírňují mezilidské konflikty. Poskytují často náměty k rozhovoru.“ (Vojtěchovská, Vojtěchovský, 1999, s. 14- 15). O tom, proč je právě pes vhodný pro seniory v domovech píše Galajdová, psi podle ní: „mají mimořádnou schopnost přizpůsobení, patří ke zvířatům žijícím ve smečce, mohou působit příznivě nejen v návštěvních programech, ale i při trvalém umístění v ústavech.“ (Galajdová, 2011, s. 19). Když senior nemá svého psa u sebe v domově, může za ním chodit návštěva a brát psa s sebou. Vojtěchovská dále píše, že zvířata, která přicházející do ústavů s návštěvami mají pozitivní léčebný účinek na obyvatele domovů. Navíc děti a příbuzní přicházející do domovů pro seniory navštěvovat své příbuzné, sem jdou podstatně raději, když je doprovází zvíře. Zvířata sice nedovedou nahradit mezilidské vztahy, ale jsou schopni tyto vztahy mezi lidmi pozitivně posílit. (Vojtěchovská, Vojtěchovský, 1999, s. 25).

Pes by mohl seniorovi pomoci i při odchodu do pobytového zařízení, za předpokladu, že by mohl jít s ním. Avšak ve většině případů senior odcházející do domova stojí před rozhodnutím, co bude s jeho domácím mazlíčkem. Kdyby bylo možné vzít si psa s sebou do pobytového zařízení, tak by situace pro seniora mohla být v mnohém jednodušší. Jak píše Galajdová: „S věrným a oddaným zvířetem se můžeme cítit v novém prostředí jistěji. Přizpůsobíme se snadněji a rychleji, neboť naše soukromí zůstává ve vztahu se zvířetem přece jen zachováno.“ „Ideální řešení by bylo, kdyby každý senior měl svou garsonku a tam si mohl pořídit psa. Spouště starých lidí totiž dramaticky ukrátí život pouhý fakt, že musejí do domova důchodců a svého pejska si nesmějí vzít

s sebou...spoustu z nich to doslova zabije. Ztratí důvod, proč dále žít, a skutečně se utrápí starostí o ztraceného kamaráda.“ (Galajdová, 2011, s. 24, 31).

Pro seniora musí být neskutečně těžké rozloučit se s věrným zvířecím přítelem, který s ním sdílel téměř vše, byl mu nablízku v těžkých chvílích, dělal mu společnost na procházkách, byl pro něj oporou a dával mu kus ze své radosti. Předpokládám, že to jak je pes pro seniora důležitý pobytová sociální zařízení ví, ale přesto v České republice nepanují takové podmínky, aby rozloučení se s domácím zvířetem nebylo pro seniora nutné. Dle literatury tomu brání obavy, které zařízení ve spojitosti s tímto má. Obavy zařízení se mírně liší, podle toho, jestli zvíře vlastní samo zařízení, nebo jestli je jeho „pánem“ některý z klientů pobytového zařízení. Jak píše Leser: „Zvířata patřící domovu jsou nákladná, ale zase nabízejí výhodu neustálé přítomnosti. Obyvatelé domova s nimi mohou navazovat kontakt volně podle svých potřeb a podle průběhu dne a vytvořit si ke zvířatům trvalý vztah. Zvířata žijící v domově představují pro instituci zodpovědnost a úkol navíc. Zvířata mohou také onemocnět a potřebují zvláštní péči. Ubikace, ve kterých jsou zvířata ubytována, by měly odpovídat nejen potřebám zvířat, ale také lidí, a umožňovat dobrý přístup, neomezený výhled a volný kontakt se zvířaty i pro vozíčkáře...Při rozhodování by se ovšem mělo brát v úvahu, že dodatečné časové a emociální zatížení personálu při rozdělení majitele a jeho zvířete často přesahuje časovou náročnost při péči o zvíře.“ (Leser, 2012, s. 47- 48).

Obecně lze říci, že se dle literatury, mezi nejčastější obavy zařízení z chování vlastního psa řadí: „důvěryhodnost používání psa v profesionálním zařízení“ a s tím spojené vypracované standardy, vzdělávání pracovníků, jejich zkušenosti apod. Další obavou je povaha a výcvik samotného psa. Poté by to byl aspekt hygieny a nutnosti udržení čistoty v zařízení. Další těžkostí pro zařízení může být to, že musí vzít do úvahy možné alergie a fobie klientů. Jak dále píše Galajdová: „alergiím se dá předcházet dobrou hygienou a u lidí s fobií je nutné vyžádat si souhlas ke kontaktu se psem, nebo jiným zvířetem“. Poté autorka uvádí problematiku pojištění a zodpovědnosti za případné škody. Pak je také nutné připravit si program, kdy bude pes klienty navštěvovat, v neposlední řadě je nutné vzít také v potaz potřeby samotného psa zejména jeho čas na odpočinek, volný čas na hry apod. (Galajdová, 2011, s. 106- 109).

Leser ještě uvádí, že časté jsou obavy zařízení, že vlastnit psa, nebo využívat návštěv canisterapeutického psa v zařízení, s sebou nese práci na víc. (Leser, 2012, s. 29).

To uvádí i Vojtěchovská, která píše: „Předpokládané pracovní zatížení zvířaty ze strany odborného personálu vždy znovu a znovu vzbuzuje obavy. Na tomto místě je nutno upozornit na zkušenosti domácích i zahraničních institucí, totiž, že přítomnost zvířat neznamená žádnou „práci navíc“. Naopak bývá personálem zdůrazňována jistá úleva, podmíněná zlepšením sociálního klimatu a zvýšenou družností mezi obyvateli. Ošetřování zvířat může být (dokonce by mělo být) doplněním programu zaměstnávání obyvatel (ergoterapií)“. (Vojtěchovská, Vojtěchovský, 1999, s. 28).

Uvedené obavy, dle mého názoru, převáží pozitiva, která může pes do zařízení přinést. Domnívám se, že pokud pes dokáže z domova pro seniory, udělat příjemný a opravdový domov, je to, to nejlepší co si můžeme přát. Vždyť o to samé se snaží i sociální práce, když už to nejde, aby senior žil ve svém přirozeném prostředí, tak ať jeho odchod do domova je co nejsnazší a život v této instituci, co nejpříjemnější. Doufám, že poroste počet zařízení, která budou v hojné míře využívat canisterapii, nebo lépe, která budou mít svého vlastního psa, který bude klientům k dispozici každý den. Snad se v budoucnu dočkáme toho, že kdo bude chtít, bude si moci vzít svého pejska do domova seniorů s sebou.

3.7 Aktuální situace

Zooterapie a zejména canisterapie je hojně zkoumána, tyto terapie jsou čím dál tím víc využívány a počty domácích mazlíčků také díky tomu stále rostou. V roce 2016 byl počet psů v Evropské Unii zhruba 63 700 000 o rok později, v roce 2017 to už bylo zhruba 68 miliónů psů. Nejvíce psů najdeme v Rusku (16 450 000), poté v Německu (8 600 000) a těsně za ním je Velká Británie (8 500 000). V České republice bylo v roce 2016 napočítáno 2 154 000 psů, což znamená, že na zhruba každých deset obyvatel v ČR připadne dva psi. (Fediaf, [on-line]), (Meyer, 2017, [on-line]).

V ČR musí vlastník psa platit státu poplatky respektive městu/ obci, ve které žije. Výši těchto poplatků si město určuje samo. V Olomouci činí tento poplatek 1.000, Kč za jednoho psa, obyvatelé rodinných domů a osoby pobírající důchod platí pouze 200kč. Zároveň jsou zvýhodňováni ti, co si vezmou psa z útulku (sleva 50%), město také podporuje seniory, kteří žijí osaměle a mají psa, ti také mají nárok na 50% slevu. Senior tak může za psa platit od 200kč do 50kč. (Olomouc: Cena vody 2017, poplatky..., [on-line]). Tyto výhody napovídají tomu, že město si je vědomo důležitosti psa pro seniora.

To, že má pes na člověka a potažmo na seniora velký vliv je již nespočetněkrát potvrzeno. Existuje i několik výzkumů, které se tomuto tématu věnovaly hlouběji. Například Elva help z.s. poskytuje své služby s cílem: „naučit rodiny pracovat se zvířaty tak, aby si „mohly pomoci samy“.“ Konkrétně se Elva help zabývá: „testováním předpokladů a tréninkem zvířat cíleným pro sociální služby a humanitární činnost.“ (Trénink zvířat, [on-line]). Což v sobě zahrnuje přípravu zvířat pro zooterapii, pro službu v pátracích týmech a také se věnují projektu „Pes asistent- psychosociální rehabilitace“. „Cílem je vytvoření alternativy ke stávajícímu kynologickému systému, který je vhodný pouze pro úzkou skupinu klientů (zejména pro nevidomé). Nový systém je sociální, respektuje specifické potřeby cílové skupiny, je aktivizující, velmi hospodárný, pracuje se specifickými potřebami klientů.“ (Informace o projektu Pes-Asistent, [on-line]). Tato zajímavá inovativní organizace realizovala výzkum, kde mimo jiné zjišťovala, jak by rodiny s postiženým členem v domácnosti nejvíce uvítaly, aby jim pes pomáhal. Respondenti nejčastěji označili odpověď: „zmírnění napětí a stresu postiženého“ (71%). (Tým Elva help z.s. (1), 2016, [on-line]) Součástí výzkumu bylo také šetření mezi sociálními pracovníky. Dotazník obsahoval otázku: S jakým zvířetem umí sociální pracovníci zacházet alespoň na laické úrovni, až 98% uvedlo jako odpověď psa. (Tým Elva help z.s. (2), 2016, [on-line]). Zmírnění napětí a stresu (71%), jak bylo uvedeno výše, pes umí od své přirozenosti, nepotřebuje se to nějak výrazně učit. Stačí tedy pouhý pobyt se psem, kladný vztah k němu, fyzický kontakt s ním a už jen toto má na nás velmi pozitivní dopad. Jestliže tedy 98% sociálních pracovníků má zkušenosti se psem, v čem je tedy problém, že zařízení nevyužívají možnosti mít psa? Co jim v tom brání? Chtěli by to sami klienti? Jak by to podle nich mělo vypadat? Těmto a ještě dalším tématům se budu věnovat v empirické části své diplomové práce. Nejprve však popíši metodologii výzkumu, použitou metodu sběru dat, výběr vzorku, poté bude následovat samotné vyhodnocení výsledků získaných ze dvou výzkumných šetření.

Empirická část

V této části se budu věnovat metodologii výzkumu, nejvíce však analýze výsledků z obou výzkumných šetření. Poté shrnu výsledky, kde uvedu souvislosti mezi oběma výzkumy, pokusím se popsat jejich provázanost a v neposlední řadě, se zaměřím na přesah výsledků výzkumů do praxe.

4 Metodologie výzkumu

V následujících kapitolách popíši vybranou výzkumnou metodu, tedy kvalitativní výzkum, poté se budu věnovat polostrukturovaném rozhovoru, dále výběru výzkumného vzorku mezi seniory a mezi pobytovými zařízeními sociálních služeb. Ze všeho nejprve se však zaměřím na popis výzkumného problému, výzkumných otázek a výzkumných cílů.

4.1 Výzkumný problém, výzkumné otázky a cíle výzkumného šetření

Od výzkumného problému se odvíjí výzkumné otázky a cíle výzkumného šetření. Za výzkumný problém považuji to, že přestože se ví o velmi pozitivních účincích psa na člověka, velmi mnoho pobytových zařízení sociálních služeb neformální canisterapii (zooterapii) vůbec nevyužívá, nebo jen velmi málo. Chov psa může (jak bude potvrzeno později) napomoci naplnit cíle sociální práce, tedy udržení a zlepšení kvality života seniorů skrze podporu aktivního životního stylu a prevenci sociálního vyloučení. Tato dvě fakta mě vedla k vytvoření dvou na sebe navazujících výzkumných šetření, které vychází ze společného (výše uvedeného) výzkumného problému.

První výzkumné šetření je zaměřeno na psychosociální význam psa pro seniora. Výzkumnou otázkou je **jaký psychosociální význam má pes pro seniora v rámci neformální zooterapie?** K této výzkumné otázce se váží mnou zvolené výzkumné cíle. **Zjistit, jestli má pes seniora vliv na jeho sociální kontakty, fyzickou aktivitu a psychickou pohodu. Jaká jsou pozitiva a negativa jejich vztahu se psem. Jak by si přáli, aby to bylo, až se o psa nebudou moci starat.** Ve výzkumu jsem se chtěla také zaměřit na rozdíl mezi tím, jak vnímají svého psa senioři žijící s partnerem a bez partnera, to se mi bohužel vzhledem k povaze mé výzkumné skupině seniorů nepodařilo. Všichni respondenti byli vdovci/ vdovy. Proto jsem se rozhodla zaměřit se na to, **jestli jim pes po smrti partnera nějak pomohl.**

Druhý výzkum byl zaměřen na pobytová zařízení sociálních služeb pro seniory v Olomouckém kraji. Výzkumná otázka zněla: **Z jakého důvodu pobytová zařízení sociálních služeb nevyužívají pozitivního působení psa v rámci neformální zooterapie/zoorekreace?** Na to se napojují tyto výzkumné cíle: **Zjistit, co těmto zařízením brání v tom chovat vlastní zvíře, jestli s tím mají už nějaké zkušenosti. Zjistit, jestli vnímají psa v životě klienta jako něco důležitého.** Po seznámení se s výzkumným problémem, výzkumnými otázkami a cíly výzkumného šetření se zaměřím na použitou metodu výzkumného šetření.

4.2 Kvalitativní výzkum

K realizaci svých výzkumných šetření jsem si vybrala kvalitativní výzkumnou metodu. Má pro mě mnoho výhod. Například jak píše Disman: „V kvalitativním výzkumu mizí hranice mezi rolí výzkumníka a zkoumané osoby, oba jsou rovnocennými partnery. Respondent není vtlačován do předem připravených schémat. Kvalitativní výzkum je nenumerické šetření a interpretace sociálních realit. Cílem tu je odkrýt význam podkládaný sdělovaným informacím.“ Zároveň také „vytváření hypotéz, nového porozumění, vytváření teorie. Standardizace v kvalitativním výzkumu je slabá a proto má kvalitativní výzkum poměrně nízkou reliabilitu. Slabá standardizace kvalitativního výzkumu, volná forma otázek a odpovědí nevynucuje taková omezení, jaká existují v kvantitativním výzkumu.“ (Disman, 2002, s. 285- 300).

Sběr dat v kvalitativním výzkumu může být ukončen až tehdy: „když bylo dosaženo teoretické saturace, když už další data nepřispívají k lepšímu porozumění daného konceptu.“ (Disman, 2002 s. 302). Pokud je toto splněno je možné získaná data začít interpretovat, to se odehrává pomocí tzv. kódování. „Kódování představuje operace, pomocí nichž jsou údaje rozebrány, konceptualizovány a opět složeny novými způsoby. Je to ústřední proces tvorby teorie z údajů.“ Existuje několik typů kódování, hranice mezi nimi jsou však uměle vytvořeny a v samotném procesu kódování se jednotlivé typy (fáze) prolínají. Jedná se o otevřené, axiální a selektivní kódování. „Otevřené kódování je část analýzy, která se zabývá označováním a kategorizací pojmů pomocí pečlivého studia údajů, kde jsou zjištěny podobnosti a rozdíly.“ Dochází tedy k pojmenovávání jevů, které jsou spojeny vzájemnými vztahy. Podobným jevům mohou být přiřazena stejná jména, z kterých se pak stane kategorie, nebo subkategorie. Tento proces je nazýván kategorizací, důležité je neustále ověřování, kladení otázek, zjišťování podobností a rozdílů. (Strauss,

Corbinová, 1999, s. 39- 52). „Otevřené kódování údaje rozděljuje a umožňuje určit některé kategorie...Axiální kódování tyto údaje zase novým způsobem skládá dohromady vytvářením spojení mezi kategoriemi a jejími subkategoriemi.“ Posledním typem kódování je selektivní kódování, jedná se o: „proces, kdy se vybere jedna centrální kategorie, která je pak systematicky uváděna do vztahu k ostatním kategoriím. Tyto vztahy se dále ověřují a kategorie, u nichž je to třeba, se dále zdokonalují a rozvíjejí.“ Ověřování se děje za pomoci neustálého kladení otázek, testování vztahů mezi kategoriemi apod. (Strauss, Corbinová, 1999, s. 71- 92).

V kvalitativním výzkumu je možné využít několik technik sběru dat je to např. nestandardizovaný rozhovor, analýza osobních dokumentů, pozorování apod. (Disman, 2002, s. 298). Nyní se zaměřím na techniku, kterou jsem ve svých výzkumných šetřeních využila.

4.3 Polostrukturovaný rozhovor

Vybrala jsem si polostrukturovaný rozhovor, jelikož v něm vidím nesporné výhody oproti jiným technikám sběru dat. Podle Miovského je polostrukturované interview kombinací nestrukturovaného a strukturovaného rozhovoru. V polostrukturovaném rozhovoru má tazatel předem stanoveny okruhy otázek, témata, na které se chce respondenta ptát. Výhodou však je, že tazatel může znění a pořadí otázek v průběhu rozhovoru libovolně přizpůsobovat. Tazatel se tak může v průběhu rozhovoru respondenta doptávat, vyjasňovat si nesrovnalosti apod. Jedná se o napodobení přirozené komunikace. Dále Miovský píše, že polostrukturované interview je: „takový rozhovor, který je moderovaný a prováděný s určitým cílem a účelem výzkumné studie. Interview je prováděno obvykle s jednou maximálně třemi osobami“, kde jádro rozhovoru tvoří: „minimum témat a otázek, které má tazatel za povinnost probrat.“ (Miovský, 2006, s. 156, 159- 161).

Konstrukci otázek u respondentů seniorů stejně tak u pobytových zařízení sociálních služeb jsem konzultovala se svým vedoucím práce. Kostra otázek pro seniory, byla tvořena těmito dotazy: Žijete v páru? Kdy jste měl/a prvního psa? Jak jste si pořídil/a tohoto posledního? Jaká pozitiva vám pes přináší? Jaká negativa jsou s chovem psa spojena? Zasahuje pes do vašeho každodenního života, a pokud ano, jak? V čem je pro vás pes důležitý? Máte díky němu víc známých? Má vliv na vaše vztahy v rodině? Pomohl vám pes vyrovnat se s nějakou těžkou životní situací, a pokud ano, jak? Chtěl/a byste si

vzít psa do pobytového zařízení? Jak by péče o něj měla vypadat? Ostatní otázky jsem tvořila individuálně dle konkrétní situace.

Rozhovory se seniory probíhaly po předchozí domluvě buď u nich doma, nebo v klubu seniorů, vždy po jednom. Respondenty jsem získávala skrze kluby seniorů a známé. Nakonec se výzkumu zúčastnilo 11 respondentů, většina lidí z klubů seniorů buď neměla psa a proto se výzkumu nemohla zúčastnit. Stejně jako v populaci seniorů i v mém výzkumu převládají ženy, těch bylo 9, muži pouze dva.

Skelet otázek pro pobytová zařízení sociálních služeb pro seniory tvořily tyto otázky: Probíhá ve vašem zařízení canisterapie, je o ni zájem? Mohou si senioři vzít svého psa do vašeho zařízení? Jaké se k tomu podle vás pojí těžkosti, jaká pozitiva? Má vaše zařízení vlastního psa, proč ano, proč ne? Může návštěva za klientem přijít i se psem? Chtěli byste svým klientům více zpřístupnit neformální zooterapii, nebo zoorekreci, proč ano, proč ne? Poskytuje vaše zařízení službu, která by zajišťovala péči o seniora v jeho přirozeném prostředí, a pokud ano, může pracovník v takovém případě zajistit i péči o psa tohoto seniora? Doplnující otázky jsem opět tvořila individuálně.

Se seniory jsem vedla rozhovory přímo tváří v tvář. Se zařízeními to zejména kvůli časovým důvodům na obou stranách nebylo možné. Proto jsem zvolila cestu kladení otázek přes e-mail. Probíhalo to tak, že jsem kontaktovala pobytová sociální zařízení pro seniory v Olomouckém kraji těm, kteří byli ochotni se výzkumu zúčastnit, jsem poté poslala výše uvedené otázky, sociální pracovníci těchto zařízení na ně písemně odpovídali. Pak jsem se jich v případě nejasností dotazovala na to, co bylo potřeba.

4.4 Výběr výzkumného vzorku

Výběr výzkumného vzorku se u respondentů- seniorů a respondentů- pobytových zařízení liší, proto popis výběru vzorku rozdělím na dvě části.

4.4.1 Výběr výzkumného vzorku mezi seniory

U výzkumu zaměřeného na seniory jsem využila kombinaci 3 technik výběru výzkumného vzorku. Jako první jsem využila metodu záměrného (účelového) výběru, který spočívá v tom, že si stanovíme kritéria, která respondenti musí splňovat, aby se mohli výzkumu zúčastnit. Důležitá byla jejich ochota se do výzkumu zapojit. (Miovský, 2006, s. 135). Jako základní podmínky pro respondenty seniory jsem zvolila to, aby tito lidé byli

ve starobním důchodu, aby měli psa a byli ochotni se zapojit do výzkumu. (Na věk jsem se respondentů neptala, stačila mi podmínka, že jsou ve starobním důchodu.)

V tomto výzkumu jsem dále využila kontaktování respondentů přes instituci- klub seniorů. Jsem si vědoma, že jak píše Miovský: „Náš výběr tak může být touto skutečností zkreslen.“ (Miovský, 2006, s. 138). Byla to však pro mne nejschůdnější cesta, jak se dostat k většímu počtu seniorů. Celkem jsem navštívila 7 olomouckých klubů pro seniory, ti respondenti, kteří splňovali kritéria výzkumu, byli většinou ochotni se výzkumu zúčastnit, překážkou u ostatních bylo, že neměli psa.

Jako další výzkumnou metodu výběru vzorku jsem zvolila metodu sněhové koule, jejímž východiskem je získání kontaktu s první osobou, skupinou osob, která pak může odkázat na další osoby, které by splňovali podmínky výzkumu. (Miovský, 2006, s. 131-132). Tuto metodu jsem využila u respondentů, kterým jsem dala na sebe kontakt a poprosila je, aby jej šířili za účelem výzkumu ve svém okolí.

4.4.2 Výběr výzkumného vzorku mezi pobytovými zařízeními

K výběru vhodných zařízení do výzkumu jsem použila již výše popsanou metodu záměrného (účelového) výběru. Mezi pobytovými zařízeními pro seniory v Olomouci, jsem vybrala pouze ty, které jsou svou zařízeními sociálních služeb a z nich ty, kteří se chtějí zúčastnit výzkumu. Po aplikaci těchto dvou podmínek, jsem měla k dispozici do výzkumu pouze dvě zařízení, proto jsme se rozhodla rozšířit svůj výzkum mezi zařízeními po celém Olomouckém kraji. Po kontaktování 46 pobytových zařízení pro seniory, které poskytují sociální služby, bylo ochotno se do výzkumu zapojit 20 zařízení, fakticky mi na otázky odpovědělo pouze 16 zařízení. Zařízení se obvykle odmítali do výzkumného šetření zapojit z důvodu nedostatku času.

4.5 Etický rozměr výzkumu

Aby byla zachována svoboda informovaně se rozhodnout zúčastnit se výzkumu či nikoliv, před rozhovory jsem každému respondentovi (seniorovi i zařízení), řekla, o jaký výzkum se jedná a jak budou data použita. Seniorům jsem sdělila, že rozhovory budou nahrávány, ale přesto bude zachována anonymita všech respondentů. Teprve poté se respondenti rozhodli, jestli se výzkumu zúčastní, či nikoliv. Jejich rozhodnutí, jsem respektovala. Ať už se jednalo o výzkum zaměřený na seniory, nebo pobytová sociální zařízení, kde odpovídali sociální pracovníci, snažila jsem se o etické kladení otázek.

Zejména seniorům jsem zdůrazňovala, že pokud nebudou chtít na některou otázku odpovědět, nemusí. Pobytovým zařízením sociálních služeb jsem zaslala otázky, jejich odpovědi jsem pak prostudovala, a pokud bylo potřeba, ještě jsem je kontaktovala s prosbou o dovysvětlení některých informací. Než jsem vedla rozhovory se seniory, nejprve jsem je seznámila se základními údaji o výzkumu, poté jsem jim vysvětlila, že bych si rozhovory potřebovala nahrát. (To jsem činila pouze s jejich informovaným souhlasem.) Poté jsem se věnovala samotnému dotazování. Po ukončení rozhovoru, e-mailové korespondence jsem všem respondentům poděkovala za ochotu a čas a některým, kteří o to měli zájem, jsem slíbila poskytnout výsledek této práce. Rozhovory se seniory jsem přepsala a poté jsem začala pracovat na jejich vyhodnocení.

5 Analýza výsledků výzkumného šetření

Jelikož jsem se ve své diplomové práci zabývala dvěma výzkumnými šetřeními, pro přehlednost analýzu jejich výsledků uvedu z každého zvlášť. Nejprve zde popíši výsledky výzkumu zaměřeného na seniory.

5.1 Analýza a komentář výsledků výzkumu mezi seniory

Výzkumnou otázkou bylo: Jaký psychosociální význam má pes pro seniora v rámci neformální zooterapie? Zjištěná data jsem sloučila do kategorií a subkategorií jejich přehled zde uvádím. Popis jednotlivých kategorií a subkategorií bude následovat po schématu.

Psychosociální význam psa pro seniora

A. Pořízení psa

B. Kladný přínos psa pro seniora

B. 1 Fyzická oblast

- Udržení aktivity
- Denní režim

B. 2 Sociální oblast

- Sociální kontakt

B. 3 Psychická oblast

- Emocionální přínos

C. Negativa vztahu

- Smrt psa
- Omezení
- Odchod do pobytového zařízení

A. Pořízení psa

Někteří z respondentů uváděli, že se zvířaty přicházeli do kontaktu už od raného dětství: „...jako dětska, no tam jsme měli za války zvlášť takový hospodářství doma, že jsme měli kozenku a kůzlátka a králíčky a housata prostě všechno, takže jsem z těma zvířátkama takhle žil.“ Někteří z nich pořídili psa až svým dětem: „To jsem dal dcerce, když měla 11 roků no a byl s náma 12 let...byl to zlatej pejsek, měli jsme ho moc rádi.“

Někteří si osvojili psa z útulku, někdy jej zachránili ze špatných podmínek, o tom jsou následující výňatky z rozhovorů.

„Tak říkám, tam byla zavřená v kamrtlíku, no a ona si teda hned zvykla, protože měla k dispozici celý třípokojový byt, v každém pokoji má pelíšek, je spokojená.“

„No a ona je z útulku, asi ju odebrali někomu, protože ona byla dost jako psychicky na tom špatně, protože když jsem jenom takhle dal ruku, tak ona uhýbala, no tak jsem jí musel napřed získat...“

Často se z pořízení prvního psa, stal počátek nepřetržité kariéry života respondentů se psem.

„...takže zůstal půlroční pejsíček sám, no a tak jsme ho vzali do bytu, protože jsem neměla sílu ho tomu klukovi vzít, no a tak od té doby máme už mnoho mnoho let pejsky.“

„No a po téhle události to bylo v roce 2010, jsem říkala, že teda už dlouho psa nechcu a vydržela jsem to tři měsíce.“

Někteří si však od té doby psa už nepořizovali a byl jim pořízen až jako dárek od dětí: *„...za prvé mám jako psi rád...a právě, že to dětska věděly a manželka mi zemřela, tak dětska nedaly a k 80- tinám mi toho pejska daly...Takže dětska mi daly pejska, abych nebyl sám.“*

Z odpovědí respondentů vyplývá, že ať už dostali psa, nebo si ho sami pořídili, žádný z respondentů by nikdy neřekl, že by litoval, že má psa. V případě respondentů, kteří psa nějakým způsobem zachránili od špatného zacházení, se dala vycítit jakási, dá se říci spokojenost, že dali tomu živému stvoření lepší život. Nejen respondenti ovlivňují život svým psům, ale i psi mají vliv na život respondentů. Nyní se zaměříme na kladný přínos psa pro seniora.

B. Kladný přínos psa pro seniora

O kladech respondenti hovořili mnohem déle než o omezeních, která jim život se psem přináší. Jelikož, jak se v rozhovorech ukázalo, pes pro seniory znamená mnoho pozitiv, rozhodla jsem se získaná data rozdělit do tří oblastí: oblast fyzická, sociální a psychická. Tyto velké kategorie v sobě obsahují menší subkategorie, které nyní popíši.

B. 1 Fyzická oblast

Do fyzické oblasti jsem zařadila pomoc psa v udržení fyzické aktivity svého pána. Dále jsem zde zařadila subkategorii „denní režim“, jelikož pes má své potřeby, kterými zasahuje do života seniora, naplňování těchto potřeb udržuje seniora v lepší fyzické kondici a aktivitě.

Udržení aktivity

Na otázku, jestli jsou aktivity, které by respondent bez psa nedělal, respondenti často odpověděli, že by nechodili tolik ven. Procházkami pes podporuje fyzickou aktivitu seniorů, navíc pobyt venku se psem je pro respondenty mnohem příjemnější, než když by šli sami. Na to poukazují následující úryvky z rozhovorů.

„...takže právě tím pádem musím chodit, tak tím pádem ona mě vlastně tahne, že musím jít ven.“

„A na tom kole ju třeba nepotřebuju, to si klidně vyjedu i sama, ale co se týče těch vycházek tak my chodíme třeba na Kopeček jo, nebo do toho Chomoutova, nebo někam tady po okolí a to bych asi sama nedělala, že bych takhle sama někam chodila.“

„...ale přece jenom ta procházka a rychlá procházka to je takový ideální jo a nedovedu si představit, že bych ráno vstala a šla jenom tak si udělat nějaký okruh.“

„...ten pejsek nutí ti lidi, aby se pohybovali, aby s ním šli...toto беру jako perfektní, že prostě nutí ty lidi, třeba co jsou staří, nebo sami, aby ten pohyb jakejsi měli, protože s ním musí.“

Denní režim

Denní režim má dvojí dopad. Zasahuje jak do fyzické roviny, že péčí o psa se člověk udržuje aktivnější, tak do psychické roviny, kde denní režim a každodenní péče o psa člověku poskytuje pocit životního řádu a dodává mu chuť do života, vitalitu apod. (o tom bude víc uvedeno v psychické rovině).

„No ale ono říkám vůbec péče, postarat se o jídlo, o čerstvou vodu to všechno přináší s sebou, když člověk má takový zvířátko, ono to do toho režimu dne nějakým způsobem zapadá.“

„Ten pes potřebuje svůj systém, chodit stále ven...ale prostě je to na celý den prostě, člověk ví, že má psa. Já jsem s kamarádama venku a prostě...musím přijít kolem té sedmé hodiny večer, abych s ním mohl chodit do těch osmi hodin.“

Fyzická aktivita i v pokročilém věku je velmi důležitá, o tom bylo pojednááno v teoretické části. Pes seniorům nabízí možnost jít s někým ven, dělá jim procházky zajímavější, atraktivnější a lákavější. Díky němu, jak respondenti uvádějí, mají i více známých, jak mezi „pejskaři“, tak „nepejskaři“.

B. 2 Sociální kontakt

Téměř každý respondent uvedl, že vlastnictví má psa, ovlivňuje jeho sociální kontakty v tom smyslu, že díky psovi jich má víc, zároveň tím, že senior se psem chodí

pravidelně ven, je součástí komunity „pejskařů“, jejichž členi se navzájem do jisté míry kontrolují.

„...tak já jsem nikdy neměla problém i s cizím člověkem navázat kontakt...ale už mě to nebaví oslovovat cizí lidi, ale pravda je, že je to takový příjemnější, že přes toho pejska...začne to o pejskách a pak už o tom, jak to tady vypadá na tom světě, nebo o počasí, nebo o zahrádce jo a je pravda, že se naváže spíš ten kontakt.“

„My tady v tom regionu, co máme pejsky, tak se všichni známe a už když někoho nepotkáme pár dní se psem, tak už se ptáme, co s ním je. Co je s tou paní, nebo co je s tím pánem. Nebo třeba já, když onemocním a jde dcera s ní ven, tak už se ptají: „Co je mamince? Co se stalo, že jdete s Barunkou?“ takže ty kontakty tady jsou úžasné kvůli těm psům.“

Poslední oblastí je psychická oblast, o této rovině respondenti hovořili nejvíce. Nebylo výjimkou, že se senior rozplakal, dojal, když mluvil o psychické pomoci, kterou mu jeho pes každý den poskytuje.

B. 3 Psychická oblast

Jelikož je tato subkategorie velmi obsáhlá, je rozdělena do menších úseků, které i přes svou rozdílnost pojednávají o psychické pomoci psa seniorovi.

Emocionální přínos

Skoro všichni respondenti v rozhovorech zmínili, jak je pro ně příjemné, když přijdou domů a **někdo na ně čeká**, někdo je vítá a je vždy rád, že se vrátili – posiluje to i jejich pocit jistoty....

„...ten pocit, že ted'ka, když přijdu dom, tak ona letí hned ke dveřím a usmívá se, prostě dává mi najevo, že je ráda, že jsem přišla a já su zase ráda, že mě tam někdo čeká.“

„Ale jinak vám říkám, mě přináší to, že přindu dom a vim, že nejsou tady sama, ... vím, že...na mě někdo čeká, když se vrátím.“

„Já vždycky říkám: „Nikdo mě tak nevítal, když jsem někde byla a přišla dom, ani děti, ani manžel mě tak nevítal, jak ten pejsek.“ Tak to je radost.“

Jak jsem již uvedla dříve, pes ovlivňuje denní režim svého pána mnoha způsoby. Fyzické aktivity jsem se věnovala výše, nyní uvedu pár úryvků, které se týkají toho, jak každodenní starost a péče o psa ovlivňuje seniorův pocit potřebnosti, zároveň mu přináší radost, že o někoho může **s láskou pečovat**.

„Ted' mám uvařené hovězí maso na rajské, ona dostane větší díl než já, já vím, že ona to má ráda to maso, tak ona to dostane. Já jsem říkala: „Já bych na ni nešetřila, chraň bůh, proč bych měla šetřit na ni. Na to to zvířátko mám, aby se o ni starala.“

„...kdybych neměla se o koho starat, tak budu sedět doma a přemýšlet a deprese a nevím co, tak vím, že v určitém hodinu musím být připravená s ní jít ven.“

„Člověk má pro koho žít zase, musí se o někoho starat, musí s ním jít ven, on mě potřebuje, musím se já o něho postarat.“

Pro každého člověka, zvláště pak pro osamělého seniora je velmi důležitý fyzický kontakt. Pes je pro seniora příjemným živým tvorem, který nejen že strpí **dotyk**, ale vyžaduje ho a je za něj vděčný. Senior pak má saturovanou potřebu fyzického kontaktu a nemusí se o něj nikoho doprošovat. O tom, jak je pro respondenty důležité hladit psa, je následující výňatek.

„To je taková ovečka, tak když se v noci vzbudíte a víte, kde leží, tak si ji můžete takhle nějak pohladit, tak to je pak taková nějaká canisterapie jo, prostě je to příjemný...většinou má být v nohách, jo to ví, že dál jít nesmí, ale někdy je taková vláčná, že jak máte nohy, tak ona se stočí do klubička, ne pod peřinu, ale na ni a to je docela příjemný, něco to asi do sebe má.“

Někteří respondenti uváděli, že díky psovi mají větší **pocit bezpečí**, pes je upozorní na zvonek apod. V některých případech respondenti uváděli, že mají pocit, že je jejich pes ochrání.

„...já se s ní vůbec nebojím v lese, jinak bych do lesa vůbec sama nešla, pořád bych musela někoho obtěžovat že...tak se nikoho neptám a jedem.“

„No já si myslím, že by zaútočila, kdyby mě někdo napadl, nebo něco, že by vyjela.“

Respondenti také uváděli, že pes je velmi citlivý na to, když je někdo nemocný. Někteří z nich psi **pomoc nemocnému** zažili přímo na sobě, někteří na svých blízkých.

„...no a manžel, když byl nemocnej, tak on mu za zády seděl, vyhříval ho a potom on měl puchýřky, tak mu to tím jazýčkem čistil.“

„Víte co, když jsu nemocná, ona to vycítí...Máte vidět, jak ona si lehne k vám, jak ona se k vám přitulí.“

„...chodím k paní doktorce... a ta vždycky říkává: „Pozdravujte Kikinku.“ Naši bývali vždycky v práci a já jsem tak seděla v kuchyni, a nad všeckým jsem tak přemýšlela, dumala jsem a ona jako kdyby cítila, že jsem nemocná, tak mi tu ruku lízala, ale nikdy na ránu nešla, nikdy. A když jsem byla smutná, tak začala kňučet a packou do mě žduchala, abych šla ven, abych přišla na jiný myšlenky a paní doktorka snaše...říkávala: „Vaše babička může jí děkovat, že se psychicky nesložila a vyhrabala se z toho, že měla toho psa.“

Jak už bylo zmíněno, všichni respondenti mého výzkumu byli vdovci, nebo vdovy. Každý z nich se v rozhovoru sám od sebe zmínil, že mu **pes pomohl se vyrovnat se smrtí svého partnera/ partnerky**. Uváděli, že pes byl pro ně hnacím motorem, který je přinutil jít, ven a pomohl jim rozptýlit myšlenky, odvedl jejich pozornost jinam. Navíc, když na respondenty padl smutek, tak to byli psi, kteří jim byli na blízku a byli jim oporou.

„...když manžel zemřel, tak mě pomohla, že jsem nebyla sama a že jsem byla nucena s ní jít třikrát denně ven, ale co je taky zvláštního, že když člověk má nějaké deprese, nebo nějaká nemoc, tak ona to vycítí.“

„...on si lehl, dal si hlavu vedle mě, pusenu si dal do dlaně a tak jsme jako dospávali...byl strašně milý no a tak, víte, když člověk pak zůstane sám, tak je to velice kruté...milované člověk se nedá nahradit...no ale je to rozhodně lepší, když člověk je s tím pejskem.“

„...upnul jsem se na něho, ...protože žena už zemřela a pes jezdil se mnou, ...já jsem ho měl furt ve škatuli...takže on mi tu situaci tak nějak pomohl překonat.“

Ve chvílích, kdy je respondentům smutno, úzko nebo mají splín, cítí oporu ve svém čtyřnohém společníkovi. Jedná se o jakési **souznění** mezi lidskou duší a duší zvířete, kteří mezi sebou mají velmi úzký a provázaný vztah.

„...takže když je mě nějak ouzko...no to zvířátko to opravdu vycítí, ona obyčejně přiběhne, no pak se sama převádí, takže to kolikrát se člověk tomu zasměje, takže vás to

odvede od takových myšlenek. Takže jsem rád, že ji mám, bez ní bych to zvlášť, když je člověk sám a zvlášť, když je špatné počasí venku, tak to jsou chvíle, které jsou opravdu hodně...zvládnout to...ten pejsek přece jen, zavolám, ona přiběhne, přitulí se a už je líp na světě.“

„Víte, ten pes to cítí, jak vám je. Každý z nás něco vyzařujem a ten pes to velice dobře cítí...Víte jemu, tomu pejskovi je jedno, jestli jste tlustá, pad'havá, ale vy jste prostě jeho člověk a on pozná, co vyzařujete, jestli jste dobře naladěná, jestli je vám zle, nebo tak, nebo onak.“

„...já je mám strašně rád a to zvířátko to pozná prostě, když se k ní chová hezky, tak to dovede odvděčit...to je když je mě někdy tak, vite já říkám „ušmrncnuto“ tak přiběhne, hopsne mi na klín a tak se přitulí, jako kdyby věděla, že potřebuju podepřít, asi to cítí no...“

Pes pro respondenty znamená víc, než jen zvíře, je to pomocník ve smutku, společník, „parták“ na cesty. Je vždy veselý a má své pány rád a hlavně dává to najevo. Snad každý **respondent na svého psa promlouvá**. Striktně vzato je to monolog respondentů, ale přesto se lidská promluva dočká psí reakce.

„...člověk má s kým promluvit, že jo...tak bych tady třeba byla sama, že člověk pak jenom poslouchá televizi, rádio a tak s tím psem, někdy jí vynadám, někdy ji pochválím a tak...ona neodporuje, nikdy neřekne ne, takže dobrý.“

„...sice je to monolog, ale člověk si může povídat s tím pejskem...pejscí mluví očima.“

„...moje máma...byla dlouho sama vdova a říkala, že na té dědině lidi odjeli do práce, takže dědina prázdná a říká: „A já bych si připadala jako blbec, kdybych si vykládala, a takto prostě s tím psem si můžu povykládat a on mi rozumí a on ví a já si nepřipadám hrozně blbě.“ A ono je to tak.“

„No tak asi když bych neměla psa, tak by mi bylo blbý mluvit doma sama se sebou. Já třeba, když se dívám na sport,...já mám svoje oblíbený sporty,...prožívám to a komentuju to nahlas a asi by mě bylo blbý, když s televizou mluvit nemůžete, když vám nic neřekne, tak ten pes vám taky nic neřekne, ale aspoň na vás kouká a natáčí hlavu.“

Život se psem se točí kolem jeho potřeb a zábavy s ním. Když jsou senioři se psem každý den, společně si vytvářejí rituály. Tyto drobnosti, které se každý den opakují, jsou potvrzením toho, že je všechno v pořádku.

...já s ňou chodím 5 krát denně...ráno je půl páté, ona vstane, podívá se na mě a já říkám " Už se oblikám. " A už mašírujem. "

„A říkám, když jdu kolem a řeknu: „Ruffi ahoj“ tak běda, jak ho nepozdravím, tak začne zdravit on a vztekle. No a když jdu, tak mě nese trepku k ruce, sedne, podává pac...“

„...člověk musí všelicos vyřídit, ale je nerad, vidím to na něm, že je smutný, když odcházím. No tak ho pohladím, ...řeknu, že přijdu za ním domů.“

„Ona si neumí hrát s hračkama, ale moje nohy v ponožkách, to ju vždycky zajímá. Tak ona vždycky nejdřív ty ponožky sundá a pak tu nohu celou olíže.“

„...si sedne do toho křesla a čeká až se pán probudí. Pak mu řeknu, že jdeme ven a on je strašně rád.“

„...já su umývanej každej den vod něho, já když přijdu on si vyskočí na židlu, nebo na postel, pak je vysokej a pak vyskočí, tady dostanu packy jednu, druhou, samozřejmě tvářičku olízne, no s su jeho no...“

Poslední kategorii jsem nazvala negativa vztahu, myšleno vztahu seniora a psa. Zajímavé je, že žádný z respondentů nedokázal najít žádný negativní dopad soužití se psem, po chvíli však něco malého dodal. Nikdy to však nenazval zápor, maximálně omezením či trápením apod.

C. Negativa vztahu

Zde v této kategorii uvedu smutné situace spojené se smrtí psa. Respondenti, kteří o tom vyprávěli, nechtěli, aby lékař jejich psům uměle prodlužoval život. Vždy se snažili své psy chránit od trápení a bolesti. Když už **smrt psa** nastala, byli to pro respondenty velmi tragické momenty, vzpomínky na ně je během rozhovoru ne jednou rozplakaly, dojaly.

„A on vlastně vydržel 2 roky a potom umřel teda, respektive umřel tak, že začal mít nějaký jednou v noci, jak byli ty vedra, tak začal mít nějaký dýchací potíže, začal chrčít o půlnoci a já jsem s ním jela na pohotovost a doktor říkal, že už má slabý srdce a že

i kdyby mu dal nějaký prášky, nebo antibiotika, že by stejně nevydržel dýl než tři měsíce jo a tak jsem to vyhodnotila, že by to bylo nějaký trápení spíš a souhlasila jsem s uspávačkou takže vlastně jsme o něj přišly.“

„...když odešel ten první pekinéz, ten odešel tragicky, mimo mě, zasáhlo mě to teda hodně, ale potom když jsem vyžral flašku rumu, tak jsem se z toho spravil nějak...Tak jsem mu nechal udělat památníček, pomníček a koupil hned během půl roku druhýho no a ten mě vydržel 18,5 roku, než jsem s ním odjel k veterinářovi. On řekl: „Já bych vám ho dal ještě na nějakou chvilku dohromady, ale já jsem říkal: „Ne, jestli to má být tak hned.“ Tak jsem tam byl samozřejmě s přepravní bednou s pejskem, zpátky už jela jenom přepravní bedna se mnou, já byl... do všeho kopal, naštvanej, ale přece jenom jsem ho držel za pacičku, dal jsem mu pusinku na čumáček, když umíral.“

Další součástí vztahu senior a pes, je podle některých **omezení**. Zejména omezení v tom, že celý psí život, je to právě jeho pán- senior, který se o něj musí starat a několikrát denně jej venčit. To s sebou nese jistá omezení, ne všichni respondenti však na toto upozorňovali, někteří se na to dívali, jako na něco zcela normálního, jako by to bylo součástí jejich života i bez psa.

„...nemám nikoho, kdo by mě zastoupil, když třeba s tím klubem seniorů se organizují, tak já nemohu všechno absolvovat, kvůli ní, musím si to odříkat.“

„Z druhé strany, ale je to i velký závazek a řekla bych, že i veliký odříkání, protože nemůžu všelicos dělat, co bych teda mohla dělat, kdybych byla sama, to je jako druhá strana, ale tím, ale říkám základ je to, že je to obrovská láska oboustranná, takže to jako nejde. Pryč bych ho nebyla mohla dat, to ne.“

„Největší problém je když chceme jet na dovolenou....takže v tu chvíli chodí do psího hotelu, ale tam to stojí 200kč na den. Takže když vybíráme levnou dovolenou, tak já ju tam musím dat tak, aby tam byla minimálně těch 10nocí což je 2 000kč.“

To co je nedílnou součástí vztahu pes a člověk, jsou **procházky**. Senioři, kteří jsou sami a nemají nikoho, kdo by jim jejich pejška vyvenčil, **když jsou nemocní**, musí i přes fyzické obtíže se psem ven.

„...takže několikrát za ten den doopravdy musíte, ať člověkovi je tak, nebo tak, musí překonat i třeba nemocná i s horečkami jsem musela jít ven...“

„No a ještě horší to je, když člověk onemocní,... takže, když člověk onemocní má třeba jenom rýmu, kašel tak je hrozně náročný jít s tím psem byt' na těch 15min dvakrát denně, když máte ležet v posteli, aby to co nejrychleji odeznělo, a teď jdete do jakýhokoliv počasí, musíte jít s ní ven.“

Ve výzkumu jsem se respondentů také ptala na to, jak by to bylo, **kdyby museli jít do nějakého pobytového zařízení**. Jak by to podle nich mohlo ideálně vypadat s jejich psem.

„Kamkoliv bych si ji mohl vzít s sebou, tak bych si ji sebou vzal a těžko bych nesl takovou situaci, když bych si ji už nemohl vzít, toho se bojím a toho bych se nerad dočkal...Nerad bych se jako dožil toho, že bychom se jako měli rozloučit“

„...když by tato situace nastala, tak bych volila toto zařízení (myšleno dům s pečovatelskou službou) a tam jako zvířata jsou povolený“

Často si respondenti kvůli svému stáří už dalšího psa nechtějí pořizovat a to i přes to, že ví, že jim bude bez psa smutno, že bude jejich byt opuštěný. Ti, kteří by si psa kvůli svému věku už nepořizovali, vypověděli, že **kdyby měli někoho, kdo by jim popřípadě pomohl**, se o psa starat, tak by si psa nakonec ještě vzali.

„No tak určitě bych si nevzala dalšího pejska, protože už jsem stará a dat potom pejska...Takhle kdybych měla někoho, kdo by se o ni postaral, že kdyby se mnou něco se stalo tak jo, ale když nikoho nemám, tak by asi bylo těžko i pro mě kdybych musela ležet, nebo někam do ústavu, tak pro mě by to bylo těžký a pro ni taky, kdyby musela jít třeba do útulku...nepořizovala bych si ho, ne kvůli tomu závazku, ale kvůli tomu, že už jsou stará. Mladýho psa bych už nedochovala a starýho nepřevychovala.“

„To ani náhodou, proto říkám já mám těch 70 a dalšího už ne. Protože to už není zodpovědný.“

„Vím, že je to velkej závazek vůči psovi teda, pes a důchodce je to problém, pokud je důchodce zdravěj, není problém, ale pokud je trošku nějak nemocnej, nemůže chodit, nebo má vážnou nemoc,...tak to je asi těžký na psa, ale myslím i v tomto v této věci je pes opravdu velice dobrý kamarád a já si myslím, že psa mít to je...“

Někteří respondenti by ocenili, jak to nazval jeden respondent „psa na půl“. Což by v praxi znamenalo, že pes by žil se seniorem, ale venčil by ho někdo jiný, pokud by senior z nějakého důvodu nemohl.

„...tak jak včera v tom filmu „pes na půl“...Pes na půl, přinde ten ho vezme, pochodí s ním všechno, pak ho zas dovede. Já říkám tady nejde o ty peníze, tady jde o tu jak to říct lásku ke zvířeti, soucit je to živej tvor.“

Někteří respondenti však ani takto psa nechtějí. Když by neměli psa, tak budou rádi za návštěvy, ale vlastního už by si nepořizovali, proto, aby ho uchránili před tím, že by musel jít někam jinam.

„...tak su s ňou tak šťastná, spokojená, že opravdu, nedala bych ju ani za nic...a syn mě říká: Ale mami viš, ale Kikna začíná už stárnout, že?“...„No to bude pro tebe těžký, když ona tě odende.“ No já říkám: „No to bude katastrofa, nevím, jak to přežiju všechno“, ale jsem říkala: „Život jde dál, tak byste ju u vás na zahradě pochovali“.... No a on mi říká:“ My bysme ti pořídili dalšího psa.“ Já říkám: „Ne. Už bych si nepořádila psa, protože když roky mám a dost, já už bych toho psa nedochovala a abyste si ju vzali, tak vždycky budete dávat přednost svému vlastnímu psu, aj když ju máte rádi, ale ten pes vždycky bude na prvním místě“ a je to ale pravda. Já vím, že ju neodstrčí, že jí dá to, co on dostane, ale vždycky víc té lásky dostane ten jeho pes než ona, a to ne, to ne.“

Na druhou stranu jsou i tací, kteří by si dalšího psa klidně pořídili, ti byli však ve velmi dobré fyzické kondici a bez zdravotních problémů.

„...tak jak to vypadá ty paní, co jsou starší než já, a co jim loni/ předloni odešel pejsek, co chodíme spolu kolem baráku, tak přesto, že jim bylo už přes 70, tak si pořídili dalšího psa. Pořádila bych si asi taky, teď už jsu tak zvyklá na to, že už bych nevydržela sama, přišlo by mi to strašně prázdný ten byt, tak už by mě to netěšilo.“

„...jedině nějakýho malýho...to by musel být nějakej gaučovej, nějakej, co nepotřebuje pohyb...občas by s ním šel někdo na procházku...když tak nějakýho gaučovýho, abych měla koho pohládit a tak...“

5.2 Shrnutí výsledků výzkumu mezi seniory

Zjištěných dat a zejména pozitiv bylo nespočet. Někteří respondenti v průběhu rozhovoru, nebo až na závěr hezky shrnuli svůj vztah se psem. Myslím, že tyto úryvky odpovídají celkovým zjištěným datům.

„Takže vite, je to prakticky naplnění toho života, dává smysl života, prostě je to partner, to zvířátko nemůže nahradit v žádném případě manželku, to nepřipadá vůbec v úvahu, ale vyplní ten čas, jak říkám, když třeba mi je nějak nedobře nebo tak,...takže to naplnění po té stránce duševní to je k nezaplacení.“

„Pro lidi je to velká pomoc, ale z druhé strany říkám obrovský závazek, ale neberu to přes peníze, ale ten závazek jiný, takový ten citový a ten závazek se o něho starat, že člověk jako proto říkám v tom pozdějším věku...jako pomohlo by to hrozně moc, ale zas aby se to nehodilo potom do útulku, jak se to tady na tom sídlišti hodně stává, jo že ti lidi jsou už třeba nemocní, ví to a vezmou si psa z útulku a za dva tři roky, ten pes tam skončí zas, takže to ne. Ono je to zvíře, ale je to...nějaký jiný zvíře (smích) blízký člověku.“

„Takže tak je to, ale tak to je smutné loučení, ale jinak pes nadělá radosti. Já vím, že je to hodně starostí, ale taky radosti. Já sám osobně si myslím, že každé důchodce by měl mít možnost opravdu nějak bud' v nějakých klubech se dostat k pejskovi, protože ho pohladíte, za pacičku chytnete...“

„Takže je to tak je to opravdu pro toho důchodce, pes je opravdu dobrý kamarád, dobrý kamarád... a to zvíře opravdu k němu pocítí nějaké ten vztah a budou si jako kamarádi rozumět, já si myslím, že je to pěkná věc prostě mít nějakýho pejska, ale plno lidí mi říká, já bych psa nemohl mít, protože je kolem toho hodně starostí, je ale příjemných.“

Ze získaných dat vyplývá, že z pohledu seniorů jim pes přináší pozitiva zejména v psychické oblasti. Je jim společníkem a partnerem, nemůže však nikdy nahradit člověka. Toto respondenti zdůrazňovali nejčastěji. Žádný z nich nepřipouštěl, že by pes dokázal zaplnit prázdné místo po partnerovi, někom blízkém, což je v rozporu s výsledkem výzkumu, který realizovala Salajková, která uvádí: „Psi...mohou dokonce nahrazovat lidské jedince v sociálních skupinách.“ Zároveň však se Salajkovou musím souhlasit v tom, co vyplývá z obou našich výzkumů: „V rozhovorech převládá pohled na psa jako na privilegovaného člena rodiny bez vlastních povinností, přičemž byla zdůrazňována jeho emocionální funkce.“ (Salajková, 2017, s. 27).

Získaná data z mého výzkumu bych ještě chtěla porovnat s výsledky výzkumu, který byl realizován Gottnarovou, která uvádí, že všech jejích 20 respondentů (seniorů) uvedlo pozitivní ovlivnění psychiky zvířetem. 19 z nich uvedlo, že pes jim pomáhá lépe zvládat osamělost, 17 respondentů uvedlo, že jim pes pomáhá dodržovat denní režim. Se vším bych mohla jediné souhlasit, kromě toho, co autorka uvádí dále a to, že z jejího výzkumu vyplynulo, že pes pozitivně ovlivňuje vztahy respondentů s rodinou a přáteli. (Gattnarová, 2016, s 47- 53). Samozřejmě věřím tomu, že to autorce z výzkumu vyšlo, pouze chci konstatovat, že v mém výzkumu toto neřekl ani jeden z respondentů.

Přestože, dle mých respondentů nedokáže pes nahradit chybějícího člověka, ani pozitivně ovlivnit vztahy v rodině je pro seniory velkým přínosem, jak už jsem zmínila zejména v psychické oblasti. Proto jsem psychickou oblast určila jako centrální kategorii. Dá se předpokládat, že jestliže v psychické oblasti převažují klady, senior má pozitivní vztah k svému psovi, pak s ním chodí ven a tím si udržuje svou fyzickou aktivitu a zároveň se stává členem komunity „pejskařů“. Dalším předpokladem je, že ten kdo si získá pozitivní vztah ke psovi, má pak tendenci si jej pak pořídit na důchod- všichni respondenti až na jednoho měli se psi už dřívější pozitivní zkušenosti. Zároveň čím větší bylo souznění se psem, tím větší pak nastává trápení, když pes umírá. Zároveň však pozitiva vztahu se psem naprosto převažují nad případnými záporů. Podle seniorů se vyskytují pouze jistá omezení, odříkání, která nedílně patří ke každému vztahu a tato omezení nikdy nepřeváží všechno to dobré, co jim jejich pes dává.

Z odpovědí seniorů vychází zajímavý nápad a to ustanovit nějakou osobu, která by byla v kontaktu jak se seniorem, tak jeho psem a která by se zároveň v případě nutnosti mohla o psa postarat. Tento pracovník by se staral o seniora a zároveň o jeho psa. Psa by vyvenčil, dal mu jíst apod. Takto by senior mohl se svým psem žít, i když by se o něj nemohl fakticky postarat. Tuto myšlenku potvrzuje i následující úryvek z rozhovoru.

„Paní měla 90let dostala psa z útulku, spadla. Pes je v tom věku pomoc pro toho člověka, ale potom když je potřeba, tak je potřeba, aby tady byl někdo, kdo pomůže oběma. Není něco, co se jenom tak vrátí, to nejde vrátit.“

Před tím než přejdu k vyhodnocení dalšího výzkumu je ještě potřeba zabývat se vyhodnocením výzkumné otázky a výzkumných cílů. Výzkumná otázka zněla: Jaký psychosociální význam má pes pro seniora v rámci neformální zooterapie? Odpověď je následující. Pes pro seniora znamená velmi mnoho, je to jeho kamarád, který s ním tráví

všechn svůj čas, dává mu pocit potřebnosti, smyslu života, když je mu špatně, je s ním, když je mu smutno podrží ho. Díky psovi je senior více zapojen do komunity, je fyzicky aktivnější, pes mu dává kus své radosti do života.

Odpovědi na cíle výzkumu uvedu jen velmi stručně. Prvním cílem bylo: Zjistit, jestli má pes seniora vliv na jeho sociální kontakty, fyzickou aktivitu a psychickou pohodu. Pes má vliv na sociální kontakty seniora, těchto kontaktů je víc a je snazší je navázat. Pes svými potřebami ovlivňuje i fyzickou aktivitu seniora, nutí ho k pohybu. Pes seniora velmi ovlivňuje i po stránce psychické, udržuje ho v lepší náladě, senior má pro koho žít.

Dalším cílem bylo zjistit, jaká jsou pozitiva a negativa jejich vztahu se psem. Pozitiva jsou zahrnuta do předchozího cíle, jedná se o pozitivní vliv v oblasti fyzické, sociální a psychické. Negativa jsou spojena zejména se smrtí psa, s omezeními, a nutností nepřetržité péče, pokud senior nemá nikoho, kdo by ho zastoupil v péči o psa.

Předposlední cíl se zaměřoval na to, jak by si senioři přáli, aby to bylo, až se o psa nebudou moci starat. Žádný z nich by se toho nechtěl dožít, a kdyby, tak aby byl někdo, kdo jim se psem pomůže, kdo mu zajistí nejlepší péči. Kvůli strachu, že by se o psa později nemohli starat, si už žádného dalšího nechtějí pořizovat. Ale byli by rádi, kdyby je se psem někdo navštěvoval, mohli mít psa tzv. na půl, nebo byli se psem v kontaktu jinak.

Poslední cíl se týkal toho, jestli seniorům pes po smrti partnera nějak pomohl. Pes jim nevášně pomohl, bez něj by nechodili ven, neměli by podnět, který by je nutil žít dál.

5.3 Analýza a komentář výsledků výzkumu realizovaného mezi pobytoými zařízeními pro seniory

V tomto výzkumném šetření jsem se zaměřovala na několik oblastí. Otázky byly směřovány na využívání canisterapie, na možnost vzít si vlastního psa do zařízení, na to, zda chová zařízení svého vlastního psa, jestli mají zájem o neformální zooterapii a jestli je možnost, že jejich pracovník může pomoci klientovi s péčí o psa v jeho přirozeném domácím prostředí. Zjištěná data jsem opět sjednotila do kategorií a ty pak dávala do vzájemných vztahů. Nyní opět uvedu přehled kategorií a subkategorií, poté se opět budu věnovat jejich popisu.

Pobytová zařízení sociálních služeb a jejich vztah k zooterapii

A. Využívání canisterapie

A. 1 Možnost vzít si vlastního psa do zařízení

A. 2 Samotné zařízení chová zvíře

B. Neformální zooterapie

B. 1 Návštěvy psa v zařízení

C. Možnost terénní péče o klienta i jeho psa

A. Využívání canisterapie

Z 16- ti zařízení využívá canisterapii 12 z nich, 4 zařízení ji buď nevyužívají vůbec, nebo jen přechodně ne. 14 zařízení uvedlo, že jejich klienti o canisterapii mají zájem, odpovědi se z většiny nesly v tom smyslu, že zájem o canisterapii je velký a canisterapeut do zařízení chodí 2 krát za měsíc. Jedno zařízení vypovědělo, že u nich zájem o canisterapii upadá, a jedno zařízení neví, jestli je mezi klienty o canisterapii zájem. Některá z těch zařízení, která odpověděla, že u nich canisterapie probíhá, dokonce za jistých podmínek umožní klientovi vzít si vlastního psa do zařízení.

A. 1 Možnost vzít si vlastního psa do zařízení

Těch **zařízení, která alespoň teoreticky připouští, že je možné, aby si senior s sebou do domova vzal svého psa**, je pouze 5. Každé z těchto zařízení má stanoveny své podmínky, které je potřeba splnit, aby si senior mohl vzít psa s sebou.

„Naši klienti nemohou mít u nás v Domově psa, jen v mimořádných událostech, a to povoluje vedení Domova.“

„Zatím takový požadavek nebyl, musel by se individuálně posoudit – i z hlediska soužití klientů na dvoulůžkovém pokoji.“

„Mohou, ale za předpokladu, že se o něj dokáží alespoň v menší míře postarat.“

Některá zařízení jsou zase proti tomu a jako **problém** v této situaci by vnímaly následující.

„V zařízení nejsou uzpůsobeny podmínky pro chování psů (hygienu). Dalšími problémy by mohla být neschopnost klientů starat se dlouhodobě o zvíře či nedostatečné finanční prostředky klientů k zajištění zvířete.“

„Pes vyžaduje péči, veterinární ošetření, je to finanční zátěž. Jde také o soužití a rozdílné potřeby klientů.“

„Otázka venčení, když klient již nemůže, štěkání psů, rušení klidu, zachování hygieny.“

„Jediný problém je pravidelné venčení z nedostatku času personálu.“

„Ohledně hygienických předpisů, osobně se navíc domnívám, že dalším problémem je počet pracovníků... Když to řeknu tak jak to je, nedokážu si představit, jak by pracovníci při tak náročné péči a práci o uživatele, zajišťovali ještě péči o jejich zvířata.“

„...pobyt psa nedovolují hygienické předpisy, čas pracovníků a samozřejmě mnohdy zdravotní omezení uživatelů (např. spousta uživatelů je na vozíku a venčit psa několikrát denně by mohli pouze s pomocí personálu, ale bohužel na toto by personálu nezbýval čas).“

Zároveň však i ta zařízení, která nepřipouští, aby si klient vzal svého psa s sebou do domova, vnímají, že **by pro seniora bylo prospěšné**, kdyby se nemusel se svým psem loučit. (Některá zařízení na tuto otázku neodpověděla, doufám, že to není znak toho, že by si myslela, že by to pro seniora nebylo důležité).

„Pes je milující, němý společník pro naše klienty. Přítomnost psa by mohla pomoci dodat pocit bezpečí a jistoty pro klienty, zároveň by mohl pomoci zjednodušit adaptaci klientů, kteří nově přijdou do zařízení.“

„Řada klientů byla na život se psem zvyklá a chybí jim to. Pes je pro všechny klienty příjemný společník, rozptýlení během dne.“

„Senior by byl klidnější, spokojenější, měl by u sebe svou spřízněnou duši.“

„...často věrný společník po mnoho let v přirozeném domácím prostředí uživatele, snadnější adaptace na nové prostředí, lepší psychická i fyzická kondice.“

„Mezi pozitiva patří určitě samotný psychický stav uživatele služeb – zachování pocitu důležitosti, že ho někdo potřebuje, že se může o někoho starat, láska, radost, pocity bezpečí atd., pokud by měl v zařízení vlastního psa. Dále se tím podporuje i model, aby uživatel služeb žil co nejvíce podobnému domácímu prostředí, jako dříve, než začal využívat pobytových služeb. Vlastní pes by měl určitě velký přínos pro samotnou adaptaci uživatele na pobytové služby, mohlo by tímto dojít k minimalizaci negativní adaptace uživatele. Velký význam by to mělo i pro samotnou práci s uživatelem.“

A. 2 Samotné zařízení chová zvíře

Některá z těch zařízení, která odpověděla, že u nich canisterapie probíhá, dokonce mají **zkušenosti s chovem** drobných **zvířat** (kočka, králík, rybičky), některá dokonce měla v minulosti vlastního psa, žádné zařízení však v tuto chvíli psa nechová.

„...za dobu existence domova, tj. 20 let jsme měli 2 psy, jeden z nich žil v domově 14 let, dalšího jsme si vzali z útulku, ale nesnášel dobře pobyt v domově“

„Měli jsme, kterého jsme se ujali, ale byl problémový (byl agresivní vůči návštěvám, chránil si své teritorium). Vzala si ho domů jedna pracovnice.“

S chovem psa v zařízení se pojí těžkosti, ale i přínosy. Takto je vnímají samotná zařízení. Jako **těžkosti**, kdyby zařízení mělo vlastního psa, byly uváděny např.

„Těžkost vidím v tom, jak by se různé rasy snášely a samozřejmě by musel být někdo, kdo by měl starost o zvířata v náplni práce (tj. přibyla by mu další povinnost). Samozřejmě chov psa stojí i nemalé peníze za očkování a potravu.“

„Kdo by byl pánem, kdo by zajišťoval venčení, krmení, kde by pes spal, kdo by byl za něj zodpovědný...“

„...finanční, personální, právní a organizační náročnost, pes by měl mít jednoho majitele, pána, jakousi jistotu, což by v zařízení z hlediska výchovy psa nebylo možné vyřešit, štěkot psa by mohl některé uživatele rušit při spánku“

„Jediné negativum je to, že mladý pes, kterého bychom pořídili, potřebuje jednoho pána a to v domově nelze zajistit (pokud by si ho jeden nebral domů). Dále časové možnosti chození na vycházky vícekrát denně a zajištění výcviku.“

O přínosech a plusech, která pes může klientům zařízení poskytnout, respondenti psali mnohem méně, než o problémech a těžkostech s chovem zvířete (zejména psem) spojených. Jako pozitiva, **přínosy** zařízení uvadla například:

„...hlavně psychologický efekt na klienty a potažmo i pracovníky“

„Možnost klientů zapojit se do péče o psa dle jejich individuálních možností a schopností Smysluplná činnost, cítit se potřebným, mít úkol. Prostředek socializace s jinými klienty/ pracovníky. Důvod, proč jít ven/ mimo zařízení při procházce se psem. Jako pomůcka/ prostředek pracovníků pro navázání komunikace/ kontaktu s klientem. Terapeutická pomůcka pro samotné pracovníky (možnost odreagovat se v době přestávky během náročné práce s klienty).“

„Přínos je jednoznačný. Většina personálu má psa doma, takže známe pozitiva na člověka, tím více na starého člověka.“

B. Neformální zooterapie

Dvě zařízení se k neformální zooterapii dostala náhodou. Jedno zařízení se ujalo rybičky svého klienta, druhé psa.

„Měli jsme klienta, který k nám přišel se svým psem (pes byl již starý, 13 let, ale docela čilý). Pán měl psa ve svém pokoji, ale vzhledem ke své diagnóze – Alzheimerova demence, se postupně o psa neuměl postarat. Péči suplovali pečovatelé ve službě i my v kanceláři.“

„...přínosem pro nás bylo i to, že chov rybiček zavedl u sebe na pokoji jeden náš klient, a když se nezvládl starat o jednu svoji větší rybu, pořídili jsme akvárium i my pro celý domov a chov ryby převzali.“

Součástí výzkumu byly otázky zaměřené na to, jestli zařízení mají zájem zpřístupnit svým klientům neformální zooterapii, popřípadě co vnímají jako problém a co jako pozitivum. Neformální zooterapii by chtělo zpřístupnit 5 zařízení, v jednom zařízení je možné, aby se senior se psem věnoval zoorekreaci, ale i tak je tento pes speciálně vycvičen. V 6- ti zařízeních **neformální zooterapie už probíhá skrze drobná zvířata** např. skrze králíka, kočku, rybičky atd.

„Procházky klientů ve venkovních prostorách za doprovodu psa by mohly být realizovány. Klienti mají možnost se v aktivizační dílně – skleník setkat s drobnými zvířaty (ptáci, králíci, morčata, rybičky).“

„Vzhledem ke skladbě klientů, by byl vhodný pes, se kterým mohou „komunikovat“. Vhodný by byl návštěvní program. Máme v domově kočku (přítoulanou ze sousedství), i ta je pozitivně klienty vnímána.“

„Pro tyto účely máme v zařízení králíka, který je kdykoliv k dispozici, uživatelům, kteří o něj projeví zájem. Nepravidelně probíhá v našem zařízení terapie s africkým šnekem, podle zájmu je i možnost kontaktu s koněm. Králíka chováme přímo v zařízení. Oba tyto druhy jsou nenáročné na chov a vyžadují minimální starost (krmení, čištění klece).“

„V zařízení máme králíka. Někteří z uživatelů se na jeho péči podílejí, chodí mu např. v létě trhat trávu okolo Domova, pomáhají s krmením, nebo mu tam sami chodí „házet“ jídlo, pomáhají při čištění výběhu a domečku. Nebo se aktivně nezapojí, a jen pozorují, nejen při úklidu či krmení, ale chodí se na něj dívat i během dne...V Domově pracuje také kolegyně, které mají psy, a občas je berou sebou do práce. Jedná se o kolegyni, která pracuje v kanceláři. Když tu však svého psa má, vždy s ním uživatelé obejde. Nebo jej beru já, na aktivity s uživateli. Již delší dobu uvažujeme nad pořízením akvária s rybičkami.“

Zařízení jako **problémy** spojené s realizováním neformální zooterapie/ zoorekreace považuje např. zatížení personálu nebo jeho nedostatek, finanční náročnost, požadavky na hygienu atd. Tedy podobné, někdy i stejné prvky jako u toho, když by zařízení mělo psa, nebo když by si klient zval svého psa do zařízení. Zajímavé je, že ty zařízení, která již neformální zooterapii provozují s jiným zvířetem, uvádějí mnohem méně problémů, než ta, která ji svým klientům neposkytují.

„Co se týče současné praxe v našem Domově, ohledně neformální zooterapie, neshledávám potíže v ničem. Neformální zooterapii provozujeme...máme králíka v Domově celodenně. Co lze považovat za jediné úskalí, jsou kontroly z hygieny.“

Podle výpovědí by i neformální zooterapie/ zoorekreace mnoha zařízením přinesla pozitiva, jako jsou např.:

„Změna prostředí, nové možnosti vyžití volného času klientů, rozvoj hrubé motoriky, relaxační uvolnění, zklidnění, navození klidu a pohody, případně udržení těchto stavů, sociální kontakt se zooterapeutem.“

„Jednu z dalších forem aktivizace. Zlepšení psychické pohody klientů, návštěv i zaměstnanců (odbourání stresu, úzkosti, depresí, zklidnění...), stimulace hmatu i zraku u klientů, podnět ke komunikaci o vlastních zvířatech, vzpomínání apod. Odpoutání pozornosti od vlastních obtíží, narušení apatie klienta. U klientů v lepším zdravotním stavu lze i zapojit do péče o zvíře (společné krmení aj.)“

„Domnívám se, že by možnost trávení času se zvířaty a péče o ně pomohla ke zlepšení celkového psychického i fyzického stavu klientů. Mohlo by také dojít ke snížení potřebnosti péče, zlepšení komunikace a sociálních vazeb nejen mezi klienty Domova, ale i s pracovníky, s rodinou a blízkými osobami klientů. Celkově se domnívám, že by taková činnost přispěla k větší pohodě klientů, což by se odrazilo na větší pohodě pracovníků. Tedy k všestranné spokojenosti.“

B. 1 Návštěvy se psem v zařízení

Za neformální zooterapii, zoorekreaci se dají považovat i návštěvy příbuzných, známých u klienta v domově, když s sebou vezmou psa (jiné zvíře). Každé zařízení, které se účastnilo výzkumu, návštěvy se psem povoluje a ve většině případů dokonce vítá a hodnotí je velmi pozitivně.

„Zatím máme jen samé kladné ohlasy a nestalo se nám, že by s tím měl kdokoliv problém.“

„Je u nás běžné, že rodiny klientů chodí na návštěvy se psem. Ostatní klienti nemají problém, pokud se někdo takový najde, nemusí být se psem v kontaktu.“

„Pokud chce rodina přijít na návštěvu se zvířaty, je to dovoleno a není to problém. Rodina se zvířetem tu může strávit čas, který chce. Ve vnitřních pravidlech je uvedeno, aby dbaly bezpečnosti, a případné znečištění si uklidili...Co se týče reakce spolubydlících, či jiných uživatelů, nebyly negativní. Někteří z uživatelů, jejichž pes to nebyl, se s ním pomazlili, dali mu něco dobrého. Někteří si jej nevšimli... Prozatím jsme se s reakcí, že by někteří ze spolubydlících na pokoji, nechtěli, aby například do pokoje přišel pes od druhého spolubydlícího, neseskali.“

C. Možnost terénní péče o klienta i jeho psa

Ve výzkumu jsem se také ptala na to, zda zařízení poskytuje svým klientům terénní služby a pokud ano, jestli je možné, aby terénní pracovník klientům pomohl i s péčí o psa. Z 16- ti pobytových zařízení, poskytuje terénní pečovatelskou službu 6 z nich. Jednoznačně ano, na otázku zdali, je možné, aby se pracovník postaral jak o seniora, tak o jeho psa, odpovědělo jen jedno zařízení. (Pouze jedno zařízení z 6- ti takovouto pomoc seniorovi ani v malé míře neposkytuje.)

„Ano, avšak tuto činnost by musel mít klient předem dohodnutou s pracovníkem a uvedenou v individuálním plánu jako cíl/jeden z cílů poskytované služby. Pracovník by samozřejmě musel s takovým cílem souhlasit (nesměl by mít strach nebo jiný odmítavý postoj ke psům).“

Další to připustily, ale jen částečně. Zároveň také pracovníci tyto požadavky se svými klienty nikdy nemuseli řešit.

„Z části formou úklidu domácnosti, žádné další požadavky jsme zatím neřešili.“

„...ne, v oficiálních službách toto nenajdete, ale myslím, že při práci s klientem v terénu může být drobná péče o psa zajištěna (určitě ne venčení psa)“

„Se situací, že by chtěl někdo pomoc s péčí o své zvíře v domácím prostředí, jsme se ještě nikdy nesetkali. Navíc úkon si troufám říci, nepatří do rozsahu poskytovaných terénních služeb. Nicméně...pokud by se nejednalo o běžnou službu, a běžný úkon, ale pomoc a podpora při péči o domácí zvíře by vyšla ze situace, např. že by si uživatel zlomil nohu, a potřeboval každé ráno vyvenčit psa, službu by i z hlediska individuálního přístupu k uživatelům služeb, na potřebnou dobu zajistili.“

5.4 Shrnutí výsledků výzkumu mezi pobytovými sociálními zařízeními pro seniory

V rozhovorech se seniory byly zdůrazňovány zejména klady jejich vztahu se psem. Ve výpovědích pobytových sociálních zařízení jsou uváděny jak přínosy, tak problémy a těžkosti, které jsou spojené s chovem zvířete v zařízení. Jak už jsem uvedla výše zařízení, kde už neformální zooterapie probíhá s drobnými zvířaty, uváděla mnohem méně problémů s neformální zooterapií, než ta, která s touto formou terapie nemá žádné zkušenosti.

Jedno zařízení na otázku, jestli by mělo zájem zpřístupnit svým klientům neformální zooterapii/ zoorekreaci, odpovědělo: „*Ne, tato forma služby je dostačující*“ (myšleno canisterapie), tento jejich výrok je však v rozporu s tím, co uvedli jako odpověď na otázku: Co by neformální zooterapie/ zoorekreace mohla klientům přinést pozitivního? „*Domnívám se, že možnost zlepšení mezilidských vztahů či zdravotního stavu uživatelů.*“ Zdá se mi smutné, že přesto, že toto zařízení má povědomí o přínosech zooterapie/ zoorekreace, přesto se drží pouze canisterapie. Na druhou stranu musím ocenit, že alespoň tuto službu využívá, na rozdíl od jiného zařízení, které vypovědělo, že canisterapii nevyužívají a ani neví, jestli o ni jejich klienti mají zájem. Zároveň toto zařízení na otázku, zda vidí nějaké přínosy v tom, že by senior měl v zařízení psa, odpovědělo: „*Žádné, naši senioři by se o něj již nemohli starat, sami potřebují 24 hodinovou péči.*“ V podobném duchu na tuto otázku odpovědělo jiné zařízení, které řeklo: „*Kromě toho, že se senior musí rozloučit se svým psem a někomu ho dát, což je pro seniora velmi těžké, nevidím v jejich věku, kromě citového přínosu výhody mít v zařízení psa.*“ Oceňuji, že toto zařízení, alespoň chápe, že pro seniora je velmi těžké se rozloučit se svým psem. Zároveň, což je také v opozitu, toto zařízení má zájem zpřístupnit svým klientům canisterapii. Chápu, že je těžké starat se o seniory, kteří potřebují neustálou péči, ale rozhodně si myslím, že i pro imobilní seniory může pes přinést krásné chvíle, zvýšit jejich motivaci, chuť do života, pomoci mu s motorickým cvičením apod. (jak na to upozorňují výzkumy, články apod. uvedené v teoretické části).

Stejně tak, jako u analýzy výsledků výzkumu mezi seniory i nyní se pokusím zodpovědět výzkumnou otázku a cíle výzkumu. Výzkumná otázka zněla: Z jakého důvodu pobytová zařízení sociálních služeb nevyužívají pozitivního působení psa v rámci neformální zooterapie/ zoorekreace? Ze získaných dat se dá předpokládat, že je to kvůli obavám, které se s chovem zvířete pojí. V čem spočívají dané obavy, na to byl zaměřen první cíl výzkumu: Zjistit, co těmto zařízením brání v tom chovat vlastní zvíře, jestli s tím mají už nějaké zkušenosti. Zařízením dle jejich odpovědí v tomto brání zejména obava z hygienických kontrol, z personální, finanční a prostorové náročnosti. Dvě zařízení mají zkušenost s chovem psa, ale kvůli jeho povaze jej museli dát pryč. Šest zařízení neformální zooterapii provozuje, ale s jiným zvířetem než se psem. Druhým cílem bylo: Zjistit, jestli vnímají psa v životě klienta jako něco důležitého. Dá se říci, že i ta zařízení, která nevyužívají canisterapii, která nevidí žádný přínos v tom, že by měl senior v domově svého psa, tak i tato zařízení vnímají, že pes má na člověka pozitivní vliv. Drtivá většina zařízení

hodnotí psa v životě člověka, zejména seniora, jako něco velmi důležitého, co člověku dává vůli žít.

Nyní po rozboru zjištění, které byla doložena výpověďmi respondentů z obou výzkumných šetření, se je pokusím dát do vzájemných souvislostí a upozornit na to nejdůležitější.

5.5 Celkové shrnutí výsledků

Z výzkumu mezi seniory vyplynulo, že si na psovi cení zejména jeho psychické pomoci, kterou jim poskytuje. Zároveň si uvědomují, že bez psa by neměli tolik pohybu a ani tolik známých. Často jim pes pomohl se vyrovnat se smrtí partnera/ partnerky a dal jim nový důvod proč žít. I přes vědomí všeho dobrého, co pes seniorům přináší, dalšího psa si většina respondentů už nechce pořizovat, aby se náhodou nestalo to, že by musel jít do útulku. Problémy, těžkosti v životě se psem senioři nevnímali, poukazovali pouze na nutná omezení, která se k tomu pojí, nikdo to však nevnímal negativně, pouze konstatovali, že tak to jednoduše je. Pes je pro ně radost, pozitivum ale i starost, nikdo by se však psa dobrovolně nevzdal.

Vzdát se psa je někdy nutností, když senior odchází do pobytového zařízení. Pouze 5 zařízení alespoň teoreticky připouští, že by bylo možné, aby si senior psa do domova zval. Pouze jedno z těch 5- ti to připouští jednoznačně. Z výzkumného šetření tedy vyplynulo, že senioři si psa preventivně nechtějí pořizovat, právě kvůli tomu, kdyby se s nimi něco stalo, že by pes musel k někomu cizímu. Zařízení tak nemusí řešit žádosti vzít si psa do zařízení, nebo žádosti o péči o seniora i jeho psa v jeho přirozeném domácím prostředí, protože senioři vyžadující pomoc druhé osoby, si jednoduše psa již nepořizují, nebo jdou bydlet do domova s pečovatelskou službou, kde je pobyt se psem povolen.

Během vyhodnocování získaných dat z výzkumných šetření se vynořovaly různé návrhy, jak by se dalo podpořit využívání neformální zooterapie mezi seniory. Návrhy na možná řešení nyní uvedu.

6 Návrhy možných řešení

V této části se zaměřím na popis nápadů zaměřených na podporu neformální canisterapie, jak mezi seniory žijícími v přirozeném domácím prostředí, tak i mezi seniory v pobytových sociálních službách. Jak už bylo výše řečeno, neformální canisterapie je

zejména pro seniora velmi přínosná. Senior je díky psovi aktivnější, v lepší psychické pohodě a je i lépe začleněn do komunity. Vliv psa na seniora a sociální práce zaměřená na seniory mohou být v praxi dobrými partnery- sociální práce by měla u seniora podporovat to, co seniorovi přináší jeho vztah se psem, tedy samostatnost a nezávislost, dále fyzickou, psychickou a sociální pohodu. Sociální práce skrze své sociální pracovníky, nebo pracovníky v sociálních službách může využívání neformální canisterapie velmi ovlivnit. Kupříkladu skrze koordinaci dobrovolníků, nebo doplněním terénní služby o péči o domácího mazlíčka seniora.

Sami senioři vypověděli, že pokud by měli někoho, kdo by jim s péčí o psa pomohl a popřípadě by si ho po jejich smrti i vzal, dalšího psa by si rádi pořídili. Otázkou tedy je, kdo by to měl být. Senioři vyjádřili požadavek, že by to neměl být někdo cizí, ale někdo kdo by byl se psem v kontaktu. Jako nejjednodušší řešení se nabízí někdo z rodiny, ale v případech, kdy nikdo takový není, to musí být osoba nepříbuzná. Mohli by to být například dobrovolníci, sousedé, pracovníci útulku nebo pracovníci v sociálních službách. Z rozhovorů se zařízeními vyplynulo, že z personálních důvodů péče o psa i seniora není možná a to ani v jeho domácím prostředí, ani v domově. Avšak do domova mohou chodit také dobrovolníci, kteří by zejména venčení a péči o psa mohli vykonávat. Nejjednodušší by zřejmě bylo, aby se vytvořila v domě s pečovatelskou službou (kde senioři psa mít mohou) služba, která by v sobě zahrnovala i péči o seniorova psa. (Toto téma může být dále zpracováno v jiném výzkumu např. jiným studentem).

Pokud by se v domovech vyřešila otázka bydlení seniora se psem, pak by jistě vyvstala otázka, co se psem, když by senior umřel. Domnívám se, že pokud by šlo o psa vhodného k dalšímu chovu v domově, mohl by si ho vzít nějaký jiný klient. Mohl by zůstat v domově, nebo jít do jiného domova k neformální zooterapii (samořejmě pokud by si ho nevzala rodina zemřelého). Pokud by se však jednalo o psa problémového, zřejmě by musel hledat jiného pána, tedy by s velkou pravděpodobností šel do útulku. Což ale senioři v žádném případě nechtějí a kvůli tomu si psa již nechtějí pořizovat. Díky této skutečnosti zařízení zřejmě nikdy nebudou muset ve větší míře řešit žádosti o pobyt seniora se psem.

Další poznatek z výzkumného šetření, ke kterému se chci vrátit, je ten, že dvě zařízení, která kdysi psa v zařízení chovala, se ho musela vzdát kvůli jeho povaze. Psa nikdy nenahradí jiné zvíře, nikdo jiný se neumí pomazlit tak jako pes, nikdo jiný tak nevíta apod. Proto si myslím, že i přes časové a finanční výhody třeba králík, nikdy nemůže co do vlivu

na člověka konkurovat psovi (avšak lepší králík než žádné zvíře). Domnívám se, že kdyby se vhodně vybrala rasa a povaha psa mohl by být v zařízení spokojený. Úplně nejideálnější se mi jeví situace, kdyby byl pes přes den v zařízení, venčil, krmil a staral se o něho jeden pracovník (např. údržbář, někdo v kanceláři). Tento jeden pracovník by si psa bral i přes noc domů. Pak by měl pes zajištěný pohyb, stravu i stálého pána a zároveň by přes den dělal společnost seniorům v domově.

Další dvě varianty řešení jsou zaměřeny (stejně jako využití dobrovolníků) na možnost, aby senior žijící v přirozeném domácím prostředí mohl být ve styku se psem. Prvním návrhem je dobrovolnictví v útulecích. I v Olomouci je útulek pro psy, který zapojení dobrovolníků podporuje. Každý dobrovolník v tomto útulku musí platit členský poplatek, myslím, že by bylo dobré, kdyby tento poplatek seniorům město odpustilo v rámci snahy o podpoření zapojení dobrovolníků v činnosti útulku a zvýšení aktivizace seniorů ve městě.

Poslední návrh se týká společné péče, kdy se o psa stará více seniorů např. 2 – 4 senioři se o psa starají dle svého aktuálního zdravotního stavu. V tomto modelu má pes jednoho majitele, ale s ostatními je v pravidelném kontaktu. Tento model by se dalo využít i v pobytových sociálních službách, kde by tak klienti měli „psa na půl“, měli by z jejich vztahu se psem různé přínosy, zároveň však by si mohli odpočinout, protože by péči o psa mohli přenechat někomu jinému a až by opět nabrali síly, psa by mohli mít opět u sebe. Počet seniorů, který by se staral o jednoho psa, by se odvíjel od jejich zdravotního stavu, množství volného času, zájmu, přání apod.

Stejně tak, jako mě během vyhodnocování získaných dat napadaly různé formy, jak podpořit neformální canisterapii mezi seniory, podobně mě napadaly limity realizovaných výzkumných šetření. V následujícím textu se je pokusím popsat.

7 Diskuze nad limity výzkumů

Jsem si vědoma, že jelikož kvalitativní výzkum dělám po druhé v životě, mohla jsem se při jeho realizaci dopustit chyb, stejně tak jsem se mohla zapomenout respondentů zeptat na něco důležitého, toho si však nejsem vědoma. Nyní uvedu limity výzkumu, o kterých vím.

Jsem si vědoma, že ve výzkumném šetření zaměřeném na seniory, jsem měla poměrně málo respondentů, navíc to byly převážně ženy. Hlavním limitem v tomto výzkumu vnímám to, že jsem respondenty až na jednoho měla takové, kteří chodí do klubů pro seniory. Jsem si vědoma, že senioři, kteří navštěvují tyto kluby, se zřejmě v něčem odlišují od seniorů, kteří tam nechodí. Pro mě však cesta kontaktovat seniory přes S kluby byla nejschůdnější, proto jsem ji nakonec využila. Dále si uvědomuji, že pes může pro seniora žijícího v páru znamenat něco jiného než pro seniora žijícího bez partnera/ partnerky. Proto jako poslední limit uvádím to, že se mého výzkumu bohužel nezúčastnil nikdo, kdo by žil v páru.

Ve výzkumu mezi pobytovými zařízeními sociálních služeb si jsem vědoma také některých limitů. Jako limit tohoto výzkumu vnímám to, že ne všechna mnou kontaktovaná zařízení se do výzkumu zapojila. Ta, která se výzkumu zúčastnila, se jistě odlišují od těch, co to odmítly. Dalším limitem je to, že získaná data od zařízení vyhodnocuji tak, že je to odpověď celého tohoto zařízení, což nemusí být pravda. Za každé zařízení odpovídal jeden konkrétní člověk (sociální pracovník), který byl jistě ve svých odpovědích ovlivněn vlastními zkušenostmi, hodnotami, přístupem ke psům a celkově zvířatům. Posledním limitem, který v tomto výzkumu vidím je způsob komunikace se zařízeními, která probíhala přes e-mail, nikoliv osobně. Takto si respondenti sice mohli odpovědi promyslet a lépe se na ně připravit, avšak měli snahu být v odpovědích stručnější a na některé otázky neodpovídali. Bylo také obtížnější si ověřit, zda jsou otázky chápány tak, jak byly myšleny. To vše mohlo mj. mít vliv na celkové výsledky výzkumu.

Závěr

V této diplomové práci jsem se snažila o přiblížení problematiky psychosociálního významu psa pro seniora a neformální zooterapie v pobytových zařízeních sociálních služeb pro seniory. Na začátku jsem se věnovala procesu stárnutí a stáří, poté sociální práci, pak jsem se zaměřila na zooterapii. Poté následovala empirická část, kde jsem se věnovala analýze výsledků obou výzkumů, jejich vzájemnému vztahu, návrhům na řešení a limitům výzkumných šetření.

Z této kvalitativně zaměřené práce vyšlo najevo několik zajímavých výsledků. Pro mě snad nejzajímavější bylo zjištění, že senioři si na pozdní věk psa již pořizovat nechtějí z toho důvodu, že by ho nemuseli dochovat a on by tak mohl skončit v útulku. Proto také pobytová zařízení pro seniory nemusí téměř řešit žádosti seniorů o ubytování se psem (samozřejmě je to dáno také tím, že domy s pečovatelskou službou v Olomouci, povolují pobyt seniora se zvířetem). Senioři vědí o příznivém vlivu psa na člověka, přesto si stojí za svým a dalšího psa by si už nepořizovali. Možná právě proto také terénní pracovníci nemusí ve větší míře řešit žádosti jak o péči o seniora, tak o jejich psa. Z toho vyplývá otázka, kterou jsem si bohužel ve výzkumu nepoložila: Co by se změnilo, kdyby sociální služby/ pracovníci podporovali seniory v pořizování psů s tím, že kdyby potřebovali s péčí o ně pomoci, tak by jim pracovníci pomohli (přímo nebo zprostředkováním). Toto téma by mohlo být předmětem výzkumu někoho dalšího. Vhodné by bylo spolupracovat se seniory žijícími v jejich domácím prostředí a s pečovatelskými službami, nebo zařízeními, která jsou nakloněna neformální zooterapii. Využití této práce vidím v tom, že by mohla sloužit jako odrazový můstek pro další výzkum. Nebo by mohla být zdrojem informací a nápadů pro vedoucí sociálních služeb a pro jejich zaměstnance.

Seznam použité literatury a zdrojů

Seznam použité literatury

- 1) Bajer, P. 2004. *K domovu důchodců neexistuje alternativa*. Sociální práce/ Sociální práce č. 2 s. 2-6. ISSN: 1213-624.
- 2) Bunc, V., Štilec, M. 2006. *Bio-psycho-sociální problematika stárnutí- 10. Pražské gerontologické dny*. Praha: Univerzita Karlova. ISBN: 80-86541-17-7.
- 3) Černá, M. 2015. *Aktivní senior*. Liberec: ProWel. ISBN: 978-80-260-7601-8.
- 4) Čevela, R., Čeledová, L., Kalvach, Z., Holčík, J., Kubů P. 2014. *Sociální gerontologie Východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-4544-2.
- 5) Dessaintová, M. 1999. *Nezačínajte stárnout*. Praha: Portál. ISBN: 80-7178-255-6
- 6) Disman, M. 2002. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha: Karolinum. ISBN: 80-246-0139-7.
- 7) Galajdová, L. 2011. *Canisterapie: pes lékařem lidské duše*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-7367-879-1.
- 8) Galajdová, L. 1999. *Pes lékařem lidské duše aneb canisterapie*. Praha: Grada Publishing. ISBN: 80-7169-789-3.
- 9) Gattnarová, Z. 2016. *Vliv zvířat na kvalitu života seniorů*. Olomouc (diplomová práce). Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.
- 10) Haškovcová, H. 2010. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN: 978-80-87109-19-9.
- 11) Haškovcová, H. 2012. *Sociální gerontologie aneb Seniori mezi námi*. Praha: Galén. ISBN: 978-80-7262-900-8.
- 12) Holczerová, V., Dvořáčková, D. 2013. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada Publishing. ISBN: 978-80-247-4697-5.
- 13) Janiš, K., Skopalová, J. 2016. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-5535-9.

- 14) Karásková, V., Dohnal, T. 2011. *Zoorekreace*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN: 978-80-244-2881-9.
- 15) Kolektiv autorů. 2000. *Povídání o canisterapii*. Vyškov: Piafa. ISBN: 80-238-6089-5.
- 16) Krajská správa Českého statistického úřadu v Olomouci. 2015. *Senioři v olomouckém kraji 2015*. Olomouc: Český statistický úřad. ISBN: 978-80-250-2665-6.
- 17) Leser, M. 2012. *Vztah člověka a zvířat Využití zvířat ve švýcarských pobytových zařízeních sociálních služeb*. Tábor: Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky. ISBN: 978-80-904668-4-5.
- 18) Matouš, M., Matoušová, M., Kalvach, Z., Radvanský, J. 2000. *Pohyb ve stáří je šancí*. Praha: Grada Publishing a.s. ISBN: 80-247-0331-9.
- 19) Matoušek, O., Kodymová, P., Koláčková, J. 2010. *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-7367-818-0.
- 20) Miovský, M. 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada: Publishing. ISBN: 80-247-1362-4
- 21) Mühlpachr, P. 2017. *Kvalita života seniorů*. Brno: MSD. ISBN: 978-80-7392-260 3.
- 22) Navrátil, P. 2001. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman. ISBN: 80-903070-0-0.
- 23) Příbyl, H. 2015. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf s.r.o. ISBN: 978-80-7345-437-1.
- 24) Roslawski, A. 2005. *Jak zůstat fit ve stáří*. Brno: Computer Press. ISBN: 80-251-0774-4.
- 25) Vágnerová, M. 2008. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. ISBN: 978-80-246-1318-5.
- 26) Vojtěchovská, M. Vojtěchovský, M. 1999. *Zvířata v domovech nejen pro seniory*. Praha: Hestia. ISBN: 80-239-1973-3.
- 27) Salajková, V. 2017. *Význam, role a funkce psa ve společnosti a v rodině*. Praha (bakalářská práce). Univerzita Karlova, Fakulta sociálních studií.

- 28) Skopalová, J. 2010. *O smrti a umírání*. Sociální práce/ Sociálna práca č. 2 s. 64-70. ISSN: 1213-6204.
- 29) Skorunová, R. 2013. *Základy vývojové psychologie*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN: 978-80-7435-253-9.
- 30) Strauss, A., Corbinová, J. 1999. *Základy kvalitativního výzkumu*. Boskovice: Albert. ISBN: 80-85834-60-X.
- 31) Štílec, M. 2003. *Pohybově-relaxační programy pro starší občany*. Praha: Karolinum. ISBN: 80-246-0788-3.

Seznam použitých elektronických zdrojů

- 1) Česká asociace ergoterapeutů. *Koncepce oboru ergoterapie*. Ergoterapie.cz [on-line]. © 2007. [cit. 18-10-2017]. Dostupné z: http://www.ergoterapie.cz/files/koncepce_oboru_ergoterapie.pdf
- 2) Fialová, R., Hess, L. *Vliv zvířat na psychiku člověka*. Časopis.vesmir.cz [on-line]. © Nedatováno. [cit. 16-10-2017]. Dostupné z: <http://casopis.vesmir.cz/clanek/vliv-zvirat-na-psychiku-cloveka>
- 3) Gajdošová, J. *Zooterapie*. Helpnet.cz [on-line]. © 2014. [cit. 13-10-2017]. Dostupné z: <http://www.helpnet.cz/aktualne/zooterapie>
- 4) Kachlík, P. *Role psa (nejen) v humánní medicíně in Výchova ke zdraví: mezinárodní zkušenosti*. Ped.muni.cz [on-line]. © 2010. [cit. 2-10-2017]. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/z21/knihy/2010/35/35/texty/sh21_2010_czech.pdf
- 5) Lehovcová, V. *Průzkum: Polovina seniorů je v domovech zbytečně*. Zpravy.aktualne.cz [on-line]. © 2008. [cit. 10-11-2017]. Dostupné 9.10.2017 z: <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/pruzkum-polovina-senioru-je-v-domovech-zbytecne/r~i:article:523675/>
- 6) Neuvedeno. *Canisterapie*. Animoterapie.cz [on-line]. © 2009. [cit. 10-11-2017]. Dostupné z: <http://www.animoterapie.cz/canisterapie.htm>
- 7) Neuvedeno. *Definice sociální práce*. Socialnirevue.cz [on-line]. © 2005. [cit. 10-11-2017]. Dostupné z: <http://socialnirevue.cz/item/definice-socialni-prace>
- 8) Neuvedeno. *Dělení animoterapie na AAA, AAT, AAE a AACR*. Animoterapie.cz [on-line]. © 2009. [cit. 10-11-2017]. Dostupné z: <http://www.animoterapie.cz/aaa-aat-aae-aacr.htm>

- 9) Neuvedeno. *Informace o projektu Pes-Asistent*. Pes-asistent.dudaone.com [on-line]. © Nedatováno. [cit. 16-10-2017]. Dostupné z: <http://pes-asistent.dudaone.com/o-projektu>

- 10) Neuvedeno. Olomouc: *Cena vody 2017, poplatky za odpad a za psa*. Skrblik.cz [on-line]. © Nedatováno. [cit. 18-12-2017]. Dostupné z: <https://www.skrblik.cz/radce/mesto/olomouc/>

- 11) Neuvedeno. *Trénink zvířat*. Elvahelp.cz [on-line]. © 2015. [cit. 16-10-2017]. Dostupné z: <http://elvahelp.cz/trenink-zvirat/>

- 12) Prokešová, R. *Reminiscenční terapie*. Grandpark.cz [on-line]. © 2016. [cit. 12-10-2017]. Dostupné z: <http://www.grandpark.cz/remiscencni-terapie/>

- 13) Rodová, Z. *Co je ergoterapie*. Ergoterapie.cz [on-line]. © 2015. [cit. 12-10-2017]. Dostupné z: <http://www.ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

- 14) Tým Elva help z.s. (1) *Dotazník, zjištění poptávky po odborné službě PET-TERAPIE v sociálních službách*. Elvahelp.cz [on-line]. © 2016. [cit. 13-10-2017]. Dostupné z: http://elvahelp.cz/wp-content/uploads/2016/05/Analyza_vysledku_dotaznik_setreni_pet_terapie_v_soc_s_l_klienti.pdf

- 15) Tým Elva help z.s. (2) *Dotazník, zjištění poptávky po odborné službě PET-TERAPIE v sociálních službách*. Elvahelp.cz [on-line]. © 2016. [cit. 13-10-2017]. Dostupné z: http://elvahelp.cz/wp-content/uploads/2016/05/Analyza_vysledku_dotaznik_setreni_pet_terapie_v_soc_s_l_poskytovatele.pdf

- 16) Zákon č. 108/2006 Sb. ze dne 14.3.2006 o sociálních službách (*zákon o sociálních službách*). Zakonyprolidi.cz [on-line]. © 2006. [cit. 12-10-2017]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108#cast3>

Seznam cizojazyčných zdrojů

- 1) Barbara Trainin Blank. *Animal-Assisted Therapy, Veterinary Social Work, & Social Work With People & Pets in Crisis*. Socialworker.com [on-line]. © 2015. [cit. 18-10-2017]. Dostupné z: <http://www.socialworker.com/feature-articles/practice/animal-assisted-therapy-veterinary-social-work-social-work-with-people-pets-in-crisis/>

- 2) Fediaf. *Facts and figures 2016*. Fediaf.org [on-line]. © nedatováno. [cit. 18-12-2017]. Dostupné z: <http://www.fediaf.org/who-we-are/facts-and-figures.html>
- 3) Loyola University Health System. *Pet therapy: Recovering with four-legged friends requires less pain medication*. Sciencedaily.com [on-line]. © 2009. [cit. 10-11-2017]. Dostupné z: <https://www.sciencedaily.com/releases/2009/11/091116131824.htm>
- 4) Meyer, T. *Fediaf new facts and figures*. Fediaf.org [on-line]. © 2017. [cit. 18-12-2017]. Dostupné z: <http://www.fediaf.org/press-area/news/7:fediaf-new-facts-figures.html>
- 5) Neuvedeno. *Healthy Lifestyle : A guide to Elderly Care*. Medic8.com [on-line]. © neuvedeno. [cit. 18-12-2017]. Dostupné z: <http://www.medic8.com/healthguide/elderly-care/healthy-lifestyle.html>