

**Univerzita Karlova - Pedagogická fakulta**

**Katedra psychologie**



**Bakalářská práce**

**Zvíře a emocionální ladění seniorů**

Jméno a příjmení autorky: **Lenka Vlachová**

Jméno a příjmení vedoucího: **PhDr. Jana Procházková**

2010

„Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a pouze s využitím literatury, kterou cituji a uvádím v seznamu.“

Datum a místo odevzdání: 16.4. 2010, Praha

Jméno a příjmení autorky: Lenka Vlachová

Vlastnoruční podpis:

**Poděkování:**

Děkuji PhDr. Janě Procházkové za odborné vedení mé práce, za čas, který mi při konzultacích věnovala a za všechny připomínky a podněty, které mi poskytla. Také děkuji zaměstnancům v CSS Staroměstská v Českých Budějovicích a klientům, kteří mi poskytli rozhovor.

**Abstrakt:**

Bakalářská práce „Zvíře a emocionální ladění seniorů“ bude rozdělena do dvou částí. V rámci teoretické části bude prostudována literatura na toto téma. Bude použita jak literatura týkající se obecně seniorů a stáří, tak i literatura, která bude mapovat jednotlivé druhy zooterapií a jejich využití v praxi. V empirické části pak bude provedeno průzkumné šetření s cílem zjistit, zda-li má zvíře vliv na emocionální ladění seniorů. Metodou průzkumu bude polostrukturovaný rozhovor. Důležitou součástí bakalářské práce bude diskuze, kde dojde k porovnání poznatků a teorií, které dokumentuje současná literatura, např. Galajdová (1999), Nerandžič (2006) a další s výsledky průzkumného šetření. Závěr poté mimo jiné přinese další výzkumné otázky, kterými by se věda v souvislosti s tímto tématem mohla zabývat.

**Abstract:**

Bachelor study „Emotionality at Seniors and Animal“ will be divided into two parts. In the theoretical frame we will study literature on this topic. We will use literature concerning seniors and old age as well as literature which maps individual types of animal assisted therapies and their usage in practice. In the empirical part we will conduct fact-finding investigation with aim to determine whether an animal has any influence on the emotionality at seniors. The method employed in the research will be a semi-structured interview. Important component of the bachelor study will be discussion where the findings and theory documented in contemporary literature (i.e. Galajdová (1999), Nerandžič (2006) and others) will be compared with the results of the investigation. Closing part will bring among others further research questions which could be studied in future in connection with this topic.

# Obsah

Úvod .....	6
I. Teoretická část .....	7
1. Stáří a psychika .....	7
1.1 Emocionalita ve stáří .....	8
2. Poruchy afektivity ve stáří.....	9
2.1 Depresivní syndrom ve stáří.....	10
2.2 Úzkostné poruchy ve stáří .....	11
2.3 Poruchy dalších emocí ve stáří .....	11
3. Psychoterapie ve stáří.....	12
4. Zooterapie.....	13
4.1 Historie zooterapie .....	13
4.2 Zooterapie v ČR .....	16
4.3 Možnosti dělení zooterapie .....	17
5. Psychologické a fyziologické efekty působení zvířat na člověka .....	19
5.1 Fyziologické efekty působení zvířat na člověka .....	19
5.2 Psychologické efekty působení zvířete na člověka .....	20
6. Role zvířat v psychiatrii a psychoterapii .....	21
7. Význam zvířat pro starého člověka .....	22
8. Zooterapie u seniorů.....	24
8.1 Zooterapie u seniorů v zařízeních sociální péče.....	24
II. Empirická část .....	30
1. Cíl a výzkumné otázky .....	30
2. Metody sběru a zpracování dat.....	31
2.1 Metoda sběru dat .....	31
2.2 Metody zpracování dat .....	33
3. Výzkumný soubor .....	34
4. Prezentace výsledků .....	34
Diskuze.....	43
Závěr.....	46
Seznam použité literatury .....	47
Přílohy .....	49

## Úvod

Proč jsem si zvolila právě téma „Zvíře a emocionální ladění seniorů“? K problematice seniorů mám poměrně blízko. V rámci svého studia Sociální péče na Teologické fakultě Jihočeské univerzity jsem absolvovala několikaměsíční praxi v domově pro seniory v Českých Budějovicích. Zde jsem měla možnost pracovat s velice různorodou skupinou klientů – seniorů. Někteří zde byli pouze na určitou dobu v rámci tzv. odlehčovací péče, což bývali většinou klienti spokojení, upovídaní a poměrně vyrovnaní. Potom zde byli senioři, kteří žili v tzv. penzionu, ten už je nyní zrušen. Byli to klienti, kteří se o sebe ještě dokázali postarat úplně sami, většinou například ani nedocházeli do místní jídelny, ale vařili si sami. Dále tam byli senioři, jenž už žili přímo v domově pro seniory, ale byli mobilní a služeb sociální péče užívali podle svých individuálních přání.

Kupodivu se ale mým nejoblíbenějším oddělením stalo oddělení s celodenní péčí. Pomáhala jsem zde s úplně základními věcmi jako bylo krmení či oblékání klientů. Později jsem už dokázala i mytí ve sprše či převazování dekubitů. Vždy jsem odcházela z domova s dobrým pocitem, že konečně dělám něco opravdu užitečného. Studium Sociální péče jsem nakonec předčasně ukončila, protože bych ho současně se studiem Psychologie a Speciální pedagogiky nedokázala absolvovat tak, jak bych chtěla. Zájem o problematiku seniorů mi ale zůstal. Proto jsem uvítala možnost psát bakalářskou práci u paní PhDr. Procházkové na toto téma.

A proč jsem zvolila propojení tématu seniorů se zvířetem? Myslím, že zvíře má opravdu schopnost na člověka emocionálně působit. A toto se stalo i hlavním cílem mé bakalářské práce. Cílem je tedy zjistit, zda-li zvíře vyvolává u seniorů žijících v domově pro seniory emocionální reakce, popřípadě reakce jakého charakteru. Práce se bude také zabývat vhodností použití zooterapie v domovech pro seniory.

Bakalářská práce je dělena do dvou oddílů – na teoretickou a empirickou část. Teoretická část vznikla na základě zpracování literatury, která je na toto téma dostupná. Využita byla jak literatura týkající se přímo problematiky seniorů a stáří obecně, tak literatura zabývající se jednotlivými druhy zooterapií. Využito bylo i několik zahraničních zdrojů. V rámci empirické části pak bylo uskutečněno výzkumné šetření na základě metod kvalitativního výzkumu. Metodou výzkumu byl zvolen polostrukturovaný rozhovor. V rámci diskuze pak došlo k porovnání výsledků výzkumného šetření s údaji a teoriemi, se kterými se v současné literatuře můžeme setkat. Samozřejmě toto výzkumné šetření neumožňuje zobecnění na celou populaci.

# I. Teoretická část

## 1. Stáří a psychika

Moderní vývojová psychologie směřuje k zachycení celé životní dráhy člověka. Vyjádřením tohoto zaměření byla již monografie vídeňské psycholožky Bühlerové z roku 1933, v níž se chápe běh celého života (Lebenslauf) jako psychologický problém (Kalvach, 2004). Orientace na celou životní dráhu se v psychologii všeobecně prosadila až v polovině 20. století.

Fyziologické stárnutí a stáří je všeobecně charakterizováno postupným úbytkem tělesných a duševních sil. Dosažení integrity osobnosti ve vysokém věku lze chápat jako nejvyšší úroveň kvality života. Erikson ve svém pojetí osmi stádií života předpokládá, že vývojové krize znamenají rozhodující obrat ve vývoji. Polaritou nejvyššího osmého stádia je podle Eriksona „integrované já“ versus „beznaděj“. Naopak často uváděné, ale simplifikující srovnání stáří s dětstvím najdeme u Junga, který člení 360 stupňů životní dráhy do čtyř částí. V poslední čtvrtině, ve stáří, se podle Junga opět ponořujeme do nevědomí a zase se stáváme spíše problémem pro druhé (Kalvach, 2004).

Během stárnutí dochází ke změnám na úrovni kognitivních funkcí i v oblasti emoční. V rámci kognitivních změn dochází ke zhoršení na úrovni smyslového vnímání. Asi u 90 % osob lze po 60. roce jejich věku zjistit výrazné zhoršení zrakové percepce a asi u 30 % je výrazně zhoršen sluch. To s sebou ovšem přináší nejen pokles výkonu při některých pracovních činnostech, ale omezují se často i možnosti regenerace. Kromě toho poruchy sensorické percepce často významně ztěžují dostupnost komunikace s druhými lidmi, což může být provázeno podezíravostí, nejistotou, úzkostí nebo hněvivostí. Zhoršení zrakového a sluchového vnímání však znamená rovněž vyšší riziko úrazů, zejména pokud člověk nepřizpůsobuje činnost svým aktuálním možnostem (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Další kognitivní změnou ve stáří je zhoršení paměti. Již od 5. decenia si i při fyziologickém stárnutí začínají někteří lidé stěžovat, že si nevybavují např. jména známých lidí, jména měst apod. Mají tedy potíže se vstřípivostí a vybaveností (Gruberová, 1998). Naopak minulé zážitky (např. z dětství) zůstávají většinou v paměti dobře uchovány. Kromě toho však bývají vzpomínky i obsahově a emočně zkresleny.

Minulé je obecně hodnoceno spíše pozitivně a starý člověk lpí často až pro okolí nepochopitelně na tom, čím byl a co měl, ať už je to postavení, majetek, zvyklosti nebo získané výsady (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Inteligence měřená běžnými inteligenčními testy klesá. Je to zejména proto, že běžné testy nejsou vhodné pro osoby vyššího věku. S věkem klesá psychomotorické tempo, starší lidé proto podávají horší výkon v časově limitovaných úkolech. Schopnost práce s čísly se může udržet bez známek deficitu. Vzestup intelektových schopností je možný ještě v období stárnutí, ale záleží na povaze práce a společenské angažovanosti jedince (Dušek, Minibergerová, 2006).

## 1.1 Emocionalita ve stáří

Afektivní prožívání nabývá ve stáří zřejmě poněkud jiné kvality. Zde se ovšem názory odborníků rozcházejí. Podle Stuarda-Hamiltona (1999) se citové prožívání většinou stává méně bezprostředním a snižuje se intenzita emocí – člověk se již tak snadno nenadchne pro nové, ale současně řadu situací dokáže hodnotit klidněji a racionálněji. S věkem klesá „neuroticismus“, člověk se stává emočně stabilnějším, ale často i lhostejnějším vůči vnějšímu světu. To může znamenat větší klid a trpělivost, ale někdy také nezájem až apatii (Stuart-Hamilton, 1999). Naopak Gruberová uvádí, že pro stáří je typická emoční labilita. Staří lidé snadno podléhají dojetí. Uvádí, že časté je i střídání nálad a sklony k úzkosti. Zmiňuje v této souvislosti i spastický pláč, což je patologicky vystupňovaná emoční labilita po iktech (Gruberová, 1998). Podobný názor uvádí i Kalvach (2004). Přikláním se spíše k názoru Gruberové a Kalvacha. Důležité je k tomuto ještě uvést, že velice záleží na hodnotové orientaci každého člověka – pro mnohé je delší život také příležitostí k tomu, aby přehodnotili svůj dosavadní život a dosáhli nového porozumění smyslu svých činů.

Osobnost starého člověka – tedy jeho jednota duševních vlastností, která je založena na jednotě tělesné konstituce a utváří se v jeho společenských vztazích – se jistě i ve stáří ještě dále vyvíjí. Empirické studie například ukazují, že se lidé s věkem stávají spíše introvertovanějšími; míra extroverze přitom zřejmě klesá výrazněji u mužů, kteří ovšem v mládí byli v průměru otevřenější a více zaměřeni navenek než ženy. Rozdíly pohlaví tedy mají tendenci se s věkem v tomto ohledu spíše vyrovnávat. Původní struktura osobnosti se však u většiny lidí příliš nemění (Langmeier, Krejčířová, 2006).



Naopak se v tomto životním období typicky mění povaha člověka. Zužování zájmů starého člověka a koncentrace na svoji osobu jsou spojeny mnohdy s projevy zvýšené potřeby stát v centru pozornosti okolí.

Obecně se negativní vlastnosti stářím akcentují, ale není to pravidlo v jednotlivých případech. Povahové změny ve stáří mohou vést na jedné straně k šetrnosti hraničící až s lakotou, na druhé straně k požitkářství spojeným s nadměrným utrácením peněz. Vzácností nejsou ani projevy nedůvěřivosti vůči okolí a svéhlavost. Zvýšená pozornost, kterou starý člověk mnohdy věnuje svým fyziologickým funkcím např. z oblasti zažívacího traktu, může nabýt až hypochondrického rázu (Baštecký, 1994).

Výše uvedené změny by mohly vést k dojmu, že ve vyšším věku dochází k celkovému ochuzení psychiky. V průběhu fyziologického stáří se však setkáváme i s pozitivními jevy v duševní sféře. Zlepšují se osobnostní rysy, které jsou podmíněny výbušností, dynamičností a ovládacími. S přibývajícím věkem se totiž obecně zvyšuje vytrvalost a trpělivost, rozvaha. Zvyšuje se tolerance k druhým lidem, může se rozvinout altruismus (Gruberová, 1998). Dochází ke zvýšení stálosti názorů a vztahů. Téměř nedotčena zůstává slovní zásoba. Proto bývají staří lidé dobrými řečníky a politiky (Baštecký, 2004).

## **2. Poruchy afektivity ve stáří**

Základním projevem afektivní poruchy je chorobná nálada, která neodpovídá reálné životní situaci (Vágnerová, 2004). Jedná se o změnu nálady nebo afektu ve smyslu snížení (deprese se současnou úzkostí nebo bez ní) nebo zvýšení (hypermánie, mánie). Tyto změny nálady jsou obvykle doprovázeny změnou všeobecné úrovně aktivity, a většina dalších příznaků je druhotných nebo snadno srozumitelných v kontextu změn nálady a aktivity (Smolík, 1996).

Afektivní poruchy jsou velmi četné obzvláště ve vyšším a vysokém věku a bohužel vedou k podstatnému snížení kvality života. Nejvíce se vyskytuje deprese, úzkost, častá je také dysforie. Afektivní symptomy mohou být primární, nebo se jedná o příznaky jiných psychických chorob (např. demencí), příčina ovšem může být také somatická (Kalvach, 2004).

Problémem se může stát to, že ve stáří jsou symptomy poruchy méně nápadné, mohou být schovány za fyziologickými změnami ve stáří. Zároveň častěji pozorujeme duševní poruchy

právě u seniorů v zařízeních, protože klesá jejich schopnost žít bez podpory okolí (Venglářová, 2007).

## 2.1 Depresivní syndrom ve stáří

Depresivní epizoda je chorobný stav projevující se depresivními rysy. Podle intenzity a množství příznaků můžeme depresi specifikovat jako mírnou, střední nebo těžkou. Může být se somatickým syndromem nebo bez somatického syndromu. Těžkou formu lze dále dělit podle přítomnosti psychotických příznaků, které odpovídají nebo neodpovídají náladě. Depresivní epizoda by měla trvat nejméně dva týdny (Smolík, 1996).

Většina badatelů v oblasti afektivních poruch vyššího věku dospěla k závěrům, že klinický obraz má ve stáří některé specifické rysy a odlišnosti od fenomenologie klasických depresí středního věku. Tak např. genetická predispozice k afektivním poruchám je méně častá. Symptomatologie je mnohdy atypická, příznaky jsou projikovány častěji do tělesných oblastí, průběh bývá obvykle závažnější a tendence k relapsům a k chronicitě je výraznější (Baštecký, 1994). Mezi výrazné symptomy syndromu deprese kromě patické nálady patří: změny psychomotorického tempa směřující většinou ke zpomalení – bradypsychismu, poruchy subjektivního hodnocení, poruchy spánku, porucha chuti k jídlu či přímo nechutenství a porucha soustředění. Závažnou komplikací depresí je suicidalita. Vyšší věk a osamělé žití jsou rizikovými faktory sebevražedného jednání (Kalvach, 2004).

Cílem léčby deprese je odstranění nebo alespoň zmírnění symptomů. Léčba psychofarmaky je nutná zejména u střední a těžké formy deprese. Je efektivní, zmírňuje až odstraňuje příznaky onemocnění. Psychoterapie se zaměřuje na hledání a odstraňování spouštěcích faktorů. Je vhodná u lehčích forem onemocnění. U závažnějších depresí je vhodná psychoterapeutická podpora klienta, motivace k farmakoterapii (Venglářová, 2007).

Výskyt častějších depresí ve stáří bývá lépe pochopitelný než ve věku středním a mladším. Stárnoucí a starý člověk postupně ztrácí řadu zdrojů radosti a uspokojení ze života. Nemá již tolik úspěchů ve své profesi, dostává se mu méně společenského uznání a také ubývá počet jeho důležitých osobních vztahů.

## 2.2 Úzkostné poruchy ve stáří

Úzkostná nálada je spolu se smutnou náladou nejčastěji se vyskytující patická nálada ve vyšším věku. Analogicky jako u deprese je vyšší výskyt těchto poruch u seniorů institucionalizovaných. Některé úzkostné poruchy přecházejí z mladšího a středního věku, jiné vznikají až ve stáří. Z těchto nově vzniklých příznaků úzkosti jsou některé projevem somatických onemocnění, některé mohou být i vedlejšími účinky farmakoterapie. Vyskytují-li se úzkostné poruchy v rámci demence, řadí se mezi tzv. behaviorální a psychologické příznaky deprese. Výrazné je anxiogenní působení sociálních faktorů ve stáří (Kalvach, 2004).

Co se týče terapií úzkostných poruch ve stáří, stejně jako v mladším věku jsou používány metody psychologické i biologické. Mezi psychologické metody patří především kognitivně-behaviorální psychoterapie, různé druhy desenzitizační psychoterapie atd. Kognitivně-behaviorální přístupy k úzkosti a strachu spojují základní předpoklad, že kognitivní faktory podstatně ovlivňují emoční reakci a chování člověka (Vymětal, 2007). Nápomocná může být jistě i zooterapie, o které bude pojednáno dále. Např. canisterapie dokáže zmírňovat úzkostné stavy a zároveň potlačovat negativní emoce vznikající např. vlivem nečinnosti právě v zařízeních pro seniory a vyvolává v klientech emoce kladné.

## 2.3 Poruchy dalších emocí ve stáří

Mezi další poruchy emocí patří například bipolární afektivní porucha. Tato porucha se vyznačuje dvěma nebo více epizodami, při nichž je úroveň nálady a aktivity pacienta zřetelně narušena. Je charakterizována především epizodami mánie nebo hypománie, kterým předcházejí nebo po nich následují depresivní epizody (Smolík, 1996). Lidé prožívající epizody mánie se chovají způsobem, který se navenek jeví jako protikladný k depresi. Během mírných manických epizod je jedinec energický, nadšený a sebevědomý (Atkinson, 2003). Bipolární afektivní porucha přechází do senia ze středního věku. Také se však může vyskytnout v rámci organicky podmíněné afektivní poruchy. Někdy se vyskytuje manická nálada, většinou krátkodobě, v rámci syndromu demence (Kalvach, 2004).

Další poruchy, se kterými se v oblasti emocí můžeme ve stáří setkat je dysforická nálada, neproduktivní euforie, moriatická nálada a emoční oploštělost. Neproduktivní euforie se vyskytuje u některých demencí, může být např. příznakem Alzheimerovy choroby.

Moriatická nálada se vyskytuje u profrontálního syndromu a vyskytuje se tedy např. také v rámci demencí.

### **3. Psychoterapie ve stáří**

Psychoterapie je především léčbou (sekundární prevencí), ale i profylaxí (primární prevencí) a rehabilitací (terciární prevencí) poruch zdraví, která se uskutečňuje výhradně psychologickými prostředky, tedy prostředky komunikační a vztahové povahy (Vymětal, 2004).

Jednou z podstatných zvláštností psychoterapie ve stáří je to, že se jí většina lékařů a psychoterapeutů až do zcela nedávné doby vyhýbala. V povědomí přetrvává obecně tradovaná skepse Freudova, snad částečně oprávněná na přelomu 19. a 20. století, která zakořenila dogma o limitu padesáti let věku pro indikaci psychoterapie. Řada významných badatelů z doby pozdější sice posunula věkovou hranici nad 70 let, ale jejich postuláty nepronikly do myšlení praktikujících psychoterapeutů ani u nás a ani jinde ve světě (Baštecký, 1994). Horní věková hranice užití psychoterapie je výhradně dána schopností kvalitní komunikace a ochotou spolupracovat ze strany staršího pacienta, což je záležitostí zcela individuální a související i s jeho celkovým tělesným stavem (Vymětal, 2004).

Mezi reálná omezení psychoterapie ve stáří patří např. pokles fluidní inteligence. To znamená, že senioři jsou v rozhovorech méně pružní, málo přizpůsobiví a hůře chápou souvislosti. Verbální kontakt omezuje pokračující senzorický úbytek – nedoslýchavost postihuje více než polovinu mužů a třetinu žen (Kalvach, 2004). Mezi další omezení pak mohou patřit poruchy hybnosti, které omezují docházku do ambulancí. Obtíží může být i zhoršení paměti.

Hlavní indikační oblastí individuální a skupinové psychoterapie ve stáří jsou neurózy, především úzkostné a depresivní, a resocializace lehčích forem psychóz a demencí. Urgentními kandidáty pro individuální psychoterapii ve stáří jsou osoby osaměle žijící, nedávno ovdovělí, všichni depresivní se sebevražednými tendencemi, osoby přemístěné do institucí pro seniory, a starší lidé s opakovanými hospitalizacemi (Baštecký, 1994).

U nemocných vyšší věkové kategorie se obvykle spokojujeme s podpůrnou psychoterapií, tzn. např. s individuálními či skupinovými rozhovory (Vymětal, 2004). Aktivační terapie pohybem, zpěvem, hudbou, společenskými zábavami, praktikování realitní orientace, léčba pomocí kontaktu s malými zvířaty a kognitivní trénink se osvědčují především v průběhu

hospitalizace nebo institucionalizace v LDN, domově důchodců či v psychiatrické léčebně (Kalvach, 2004).

Zooterapie - léčba kontaktem se živými zvířaty se cílevědomě pěstuje v institucích pro seniory v USA a Kanadě, kde se o ní píše pod termínem „pet therapy“, v současné době už začíná být velice populární i v institucionalizovaných zařízeních v ČR. Psi, kočky, králíci, ale i morčata, kanárci, andulky či papoušci, obohacují jednotvárné prostředí těchto zařízení.

## **4. Zooterapie**

Velmi zjednodušeně řečeno, pojmem zooterapie rozumíme pozitivní až léčebné působení zvířete na člověka. Ať už nám jde o zlepšení paměti, motoriky, komunikace nebo zmírnění stresu, je zde zvíře vždy v roli prostředníka, tzv. koterapeuta (Velemínský, 2007). Zooterapie je novým oborem, ve kterém jsou činnosti se zvířaty využívány při práci s cílovými klienty z řad zdravotně znevýhodněných osob, s handicapem fyzickým nebo duševním (Svobodová, 2009). Obor tedy nachází uplatnění v podstatě ve všech věkových kategoriích lidské populace od dětí až po seniory.

### **4.1 Historie zooterapie**

Ve světě je v současné době zcela běžná terapie domácím zvířátkem, zároveň se tyto druhy terapií stávají čím dál oblíbenějšími i u nás a dokonce už se s nimi můžeme setkat i v menších městech České republiky. Ovšem využívání zvířat pro nejrůznější druhy pomoci je staré téměř jako lidstvo samo. Asi nejznámější v tomto ohledu je využívání psa. Jasným důkazem pro toto je nález 12 tisíc let starého paleolitického hrobu na území severního Izraele, kde byly nalezeny kosterní pozůstatky člověka a psa pohřbeného společně (Galajdová, 1999). Pes se spojil s člověkem dobrovolně a postupně trvale zdomácněl. Předpokládá se, že se jednalo o ochočeného vlka, který se zdržoval v blízkosti lidských sídlišť, kde nacházel dostatek potravy. Pes i člověk měli ze soužití oboustranné výhody. Pes člověku pomáhal při lovu a dělení kořisti, byl hospodářským zvířetem a partnerem. Člověk mu zase poskytoval potravu a ochranu před silnějšími nepřáteli. Pes tak postupně začal být na člověku závislým a včlenil se do běžného života lidské společnosti (Nerandžič, 2006). Ve starověku se pes stal dokonce uctívaným zvířetem. Egypťané ho uctívali jako strážce podsvětí a průvodce do

království smrti. Dokonce založili v Kase v Horním Egyptě nové město zasvěcené Anubovi: Kynopolis – Město psů.

V tomto městě byli psi chráněni a uctíváni. Když obyvatelé sousedních měst zhanobili toto město tím, že některého psího obyvatele zabili a snědli, vypukly krvavé bitky. V domě, kde uhynul pes, jak píše řecký historik Hérodot, panoval smutek, obyvatelé si oholili hlavy a drželi půst. Tělo mrtvého psa bylo pečlivě nabalzamováno a za zvláštních pohřebních obřadů uloženo do země na speciálním psím pohřebišti (Galajdová, 1999). Tato pohřebišť měla všechna egyptská města. Znamé je ale také uctívání koček. Kočka byla ve své době uznána jako převtělené božstvo. I kočky tedy byly po smrti mumifikovány a pohřbívány s poctami, za usmrcení kočky byli provinilci trestáni smrtí. Stejně tak pradávne je i soužití člověka a koně. Většinou se udává, že první kůň byl pro potřeby člověka zkrocen asi před pěti nebo šesti tisíci lety, v mladší době kamenné (Nerandžič, 2006). Ne tak dávno je chování jako domácích mazlíčků např. různých druhů pavouků, hadů, ale i hlodavců. Můžeme tedy říci, že přesto, že se zvířata v počátku nevyužívala k léčebným účelům a ani dodnes se k léčbě většina z nich nevyužívá, lidé vždy vyhledávali jejich přítomnost a jejich pomoc. Není také divu, protože zvířata u nás mimo jiné dokáží vyvolávat pozitivní emoce, uklidnit nás, dokáží nás vybudit k aktivitě atd.

Co se týče historie zooterapie jako takové, historicky zaznamenáno je terapeutické nasazování zvířecích pomocníků v řadě léčebných zařízení: už v 9. století byl v Geelu (Belgie) založen program občanské péče hendikepovaným osobám s využitím zvířat jako „therapie naturele“ (Svobodová, 2009). V Anglii od 18. století fungoval quakery založený ústav pro duševně nemocné (klinika York Retreat v Yorkshiru), kde pacienti obstarávali zahrádku a malá zvířata. Před 200 lety doporučovali mniši z kláštera v Yorku, že „nemocnému na těle i na duchu pomáhá modlitba a zvíře“. V 19. století vzniklo v německém Bethelu centrum pro epileptiky, které od svého počátku využívalo léčebných sil psů, koček, ovcí a koz, později i ptáků a koní. Jedním z cílů bylo poskytnout pacientům příležitost, naučit se sebekontroly pomocí péče o zvířata. Toto zařízení v moderní podobě funguje dodnes (Velemínský, 2007). V roce 1944 byla zvířata terapeuticky využívána v USA v nemocnici armádních leteckých sborů. Byla zde zřízena jakási nemocniční farma, která sloužila k tomu, aby se pacienti zbavili svých traumatických zážitků z války. Na farmě byla hlavně drůbež a dobytek, ale také koně (Lindquist, Snyder, 2006).

Za skutečného průkopníka oboru psychoterapie za asistence zvířat je považován Boris Levinson. Psychiatr Levinson navrhoval používání zvířat jako koterapeutů k tradiční psychoterapii. Levinson sám měl ve své ordinaci psa jménem Jingle, používal ho zejména jako pomocníka při navazování kontaktu mezi dítětem a jím a to obzvláště v případech, kdy dítě odmítalo mluvit (King, 2007). Zároveň jako první stanovil zásady a metodiku tohoto druhu terapie, a to roku 1982.

Ve světě se poté postupně tento druh terapie stal velice uznávaným a doporučovaným alespoň jako podpůrná možnost léčby.

Co se týče organizačního začlenění zooterapie, v roce 1990 vznikla mezinárodní organizace IAHAIO (International Association of Human-Animal Interaction Organizations), která sdružuje jednotlivé národní organizace pracující v oblasti výzkumu i praktické aplikace terapeutických programů se zvířaty, koordinuje jejich aktivity, usnadňuje výměnu nejnovějších poznatků a zkušenosti mezi nimi, vypracovává mezinárodní standardy, zlepšuje informovanost laické i odborné veřejnosti o dané problematice a udílí ceny jednotlivcům i institucím za zvláštní přínos oboru (Galajdová, 1999). ČR je členem této organizace od roku 1995 a to prostřednictvím národní asociace AOVZ (Asociace zastánců odpovědného vztahu k malým zvířatům. V roce 1998 se v Praze konala 8. konference IAHAIO na téma „Jak se mění úloha zvířete ve společnosti“. Tato konference se stala vůbec nejúspěšnější v historii, neboť se jí zúčastnil rekordní počet delegátů ze 42 zemí světa, kteří vyslechli celkem 63 přednášek a 43 prezentací ([www.aovz.cz](http://www.aovz.cz)).

Další mezinárodní organizací je Delta Society, která vypracovala v roce 1990 praktické standardy pro asistované a léčebné aktivity prostřednictvím zvířat s cílem propagovat a prosazovat pozitivní výsledky působení zvířat na lidské zdraví, odstraňovat překážky, které brání zapojení zvířat do běžného života, a podporovat nové role zvířat v léčebném a rehabilitačním procesu a ve službách pro zdravotně postižené (Nerandžič, 2006).

Můžeme zde zmínit ještě např. European Society for Animal Assisted Therapy, IEMT, AFIRAC...

## 4.2 Zooterapie v ČR

Přestože léčebné využití zvířat má v České republice zatím velice krátkou historii, prudký rozvoj byl zaznamenán až po roce 1990 – jsou české odborné společnosti začleněny do mezinárodních organizací a rovněž se podílejí na mezinárodních vědeckých výzkumech v této oblasti (Nerandžič, 2006). Ústředními postavami ve vývoji tohoto druhu terapie u nás byla Dr. Lacinová, prof. Velemínský, prof. Matějček a prof. Veselovský. Jedním z prvních míst, kde byla zooterapie v ČR použita byl Ústav sociální péče Kociánka v Brně a Psychiatrická léčebna v Bohnicích v Praze.

V ČR není podpůrné a léčebné využívání zvířat v rámci zooterapie dosud samostatně legislativně řešeno. Neznamená to však, že se může provádět „živelně“ a bez jakýchkoli omezení a pravidel. Existují normy (na různé legislativní úrovni) přímo se zooterapií nezabývající, ale upravující např. chování lidí ke zvířatům a zajišťující welfare a ochranu zvířat, normy upravující vstup zvířat do prostor, kde je zooterapie praktikována a nároky na hygienu, zákony zaměřené na zdraví zvířat a veterinární péči o ně, chov zvířat, jejich volný pohyb ve veřejných prostorech atd. Jedná se např. o zákon č. 246/1992 Sb. na ochranu zvířat proti týrání, zákon č. 166/1999 Sb. o veterinární péči, zákon č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných.

Praktickými specifickými dopady pro zooterapii vyplývající ze současně platné legislativy je to, že vstup a pobyt zvířete v prostorech zařízení je upraven na úrovni provozních řádů, které sestavuje zřizovatel konkrétního zařízení (Velemínský, 2007). Je zde tedy prostor pro vytvoření podmínek pro praktikování zooterapie, ale také např. pro zákaz vstupu zvířat – vždy záleží na lidech, jejich zájmu, motivaci, důvěře apod. Např. v případě rezidentní formy zooterapie (zvíře žije v zařízení nastálo) je potřeba nastolit taková pravidla, aby byla zajištěna péče o zvíře ve všech směrech, zdraví osob, předcházení rizik, bezpečný kontakt klientů zařízení se zvířetem i to, aby osoby nepřející si kontakt se zvířetem měly možnost se zvířatům vyhnout. Na to že v některých případech je třeba klást větší důraz také na přání klientů ukázalo i mé výzkumné šetření, které je blíže popsáno v empirické části.



Nejznámější českou organizací zabývající se zooterapií je AOVZ, jedná se o Asociaci zastánců odpovědného vztahu ke zvířatům. Byla založena roku 1995 v Praze s účelem šířit a prohlubovat myšlenky pozitivních vlivů soužití lidí se zvířaty. Mezi zakládající členy patřili mimo jiných prof. PhDr. Zdeněk Matějček, Csc., doc. MUDr. PhDr. Miloš Vojtěchovský.

Dále v ČR existují organizace, které se zaměřují na jeden konkrétní druh zooterapie. Jedná se např. o Českou canisterapeutickou asociaci, která byla založena v roce 2003. V současné době pracuje asociace na vytváření normativů v canisterapii a uznání canisterapie jako léčebně podpůrné rehabilitační metody. Předtím zde existovala od roku 1997 Canisterapeutická asociace, ale ta bohužel zanikla. Co se týče koček, v České republice pracuje od roku 1997 organizovaně s kočkami pouze Nezávislý chovatelský klub se sídlem v Mladé Boleslavi. V roce 2001 vydal plemennou knihu koček a zkušební řád pro týmy v návštěvní terapeutické službě. Součástí zkušebního úřadu je čtyřstupňový systém způsobilosti koček v různých zátěžových situacích.

Obecně tedy platí, že v České republice jsou zatím využívány spíše typické druhy zvířat pro zooterapii, tzn. psi, kočky, koně, popř. některá malá zvířata – morčata, králíci atd. Zooterapie je u nás ještě stále spíše oborem, který si hledá svou cestu, své širší uplatnění a také oficiální a společenské uplatnění.

### **4.3 Možnosti dělení zooterapie**

Zooterapii můžeme dále dělit dle nejrůznějších kritérií. Asi nejznámější je dělení zooterapie podle příslušného zvířecího druhu. Můžeme tedy hovořit o hiporehabilitaci (kůň), canisterapii (pes), felinoterapii (kočka), delfinoterapii (delfín), ornitoterapie (papoušek)...Možná by stálo za zmínku, že s kočkami se začalo pracovat na mezinárodní úrovni přibližně ve stejné době jako se psy, jen se o tom příliš nemluvalo. Delfinoterapie byla původně využívána např. k léčbě dětí trpících autismem, u nás zatím používána není. Ostatní druhy terapií se ale směle rozvíjejí a stávají se čím dál tím populárnějšími.

Další možné dělení zooterapie vychází přímo z metod, které jsou v rámci terapie použity. Existuje metoda aktivizace za pomoci zvířat, která je označována jako AAA, což je odvozeno z anglického Animal Assisted Activities. Jedná se o přirozený kontakt člověka a zvířete zaměřený na zlepšení kvality života klienta nebo přirozený vývoj jeho sociálních dovedností (Velemínský, 2007). Nejčastějšími klienty tohoto druhu zooterapie jsou obyvatelé různých zařízení sociálních služeb, mimo jiné právě i domovů pro seniory.

Další metodou zooterapie je terapie za pomoci zvířat, která je označována jako AAT, z anglického Animal Assisted Therapy. Léčebné programy AAT podporují rozvoj tělesných, psychických, emocionálních či kognitivních schopností. Na rozdíl od programu AAA je možné program AAT objektivně zhodnotit nebo změřit (Nerandžič, 2006). Aktivita AAT zacílená na rozvoj tělesných schopností v domovech pro seniory mohou být např. procházení se se psem po chodbě, kartáčování kočky a samozřejmě různé další aktivity spojené se zvýšením svalové síly a kontroly klienta (Chandler, 2005).

Existují ještě dvě další metody terapie, které už ale nejsou používány tak často a to je vzdělávání za pomoci zvířat, neboli AAE – Animal Assisted Education a krizová intervence za pomoci zvířat, neboli AACR – Animal Assisted Crisis Response. AACR je přirozený kontakt zvířete a člověka, který se ocitl v krizovém prostředí, zaměřený na odbourávání stresu a celkové zlepšení psychického nebo i fyzického stavu klienta (Velemínský, 2007).

Poslední dělení, které bych zde chtěla uvést, je dělení zooterapie do různých forem. Může se jednat o návštěvní programy, což jsou pravidelné návštěvy zooterapeutického týmu v příslušném zařízení, popř. v domácnosti klienta, který si přeje provozovat zooterapeutickou činnost. Tato forma zooterapie je nejrozšířenější. Pak existují různé jednorázové aktivity. Ty mohou být určeny jak pro širokou veřejnost, tak pro uzavřený okruh klientů. Zooterapeutický tým se může podílet na různých setkáních, přednáškách či veřejných prezentacích. Další možností je pobytový program. Jedná se zejména o různé tábory či farmy, kde je zooterapie provozována. A poslední možností je tzv. rezidentní program, čímž se rozumí převzetí zvířete klientem, ať už zařízením, nebo jednotlivcem, který si přeje provozovat zooterapeutickou činnost. Je to tedy jakési „umístění natrvalo.“

## **5. Psychologické a fyziologické efekty působení zvířat na člověka**

Nejčastějším motivem k rozhodnutí pořídit si domácí zvíře je v moderní západní společnosti touha získat přítele a společníka. Ačkoliv vlastnictví některých zvířat může poskytovat také praktické a ekonomické výhody, hlavním cílem a odměnou je přátelství samo (Galajdová, 1999). Protože zvířata vyžadují dodržování pravidelného denního rytmu, nutí majitele, klienty, pacienty nebo osoby s handicapem k cílenému a soustředěnému chování, a to bez ohledu na věk. Až donedávna se předpokládalo, že výhody vztahu člověka ke zvířeti se omezují pouze na naplnění citových a společenských potřeb, výzkumy ale prokázaly, že zahrnují i zlepšení celkového psychického a fyzického zdraví.

### **5.1 Fyziologické efekty působení zvířat na člověka**

Jednotlivá tvrzení, že noví vlastníci zvířat se stávají klidnějšími, uvolněnějšími, ochotnějšími riskovat a zahajovat kontakt s druhými lidmi, podnítila seriózní výzkumy zaměřené na otázku, jaký objektivně vyhodnotitelný a srovnatelný prospěch lidé ze svých zvířecích společníků mají. Současný koncept zdraví jako bio-psycho-sociální jednoty, komplexní přístup k pacientovi a objev, jak mnoho může stres a psychika člověka ovlivňovat jeho fyzické zdraví, poskytly ideální rámec pro výzkum vlivu domácích zvířat na celkový zdravotní stav člověka. Psychosociální faktory se významně podílejí na vzniku například astmatu, onemocnění věnčitých srdečních tepen, bolestí hlavy, vysokého krevního tlaku, nádorových onemocnění, vředových chorobách žaludku a dalších (Galajdová, 1999). Nejatraktivnější oblastí výzkumu se tedy stala oblast fyziologických funkcí člověka v interakci se zvířetem.

Například vzájemná interakce psa a člověka má za důsledek některé biochemické změny a neuroendokrinní účinky – mimo jiné zvyšování koncentrace fenyletylaminu v krevní plazmě, jak u člověka, tak i u psa, a to vesměs na statisticky vysoce významných úrovních, také zvýšení hladiny endorfinů a dopaminu. Tyto látky dále způsobují např. snížení bolesti, zklidnění a euforizující efekty při pozitivním prožitku interakce (Velemínský, 2007). Existuje řada experimentů, které dokumentují, že přítomnost psa může mít vliv na snížení krevního tlaku u lidí v jeho okolí. Byl uskutečněn například experiment, kterého se zúčastnilo 26 chlapců a dívek ve věku dvanácti let. Krevní tlak těchto dětí byl vždy statisticky významně nižší, když byl v jejich přítomnosti pes a to přesto, že děti během daného výzkumu se psem nijak neinteragovaly. Jedním z vysvětlení tohoto výzkumu může být, že se u dětí snížila míra úzkosti a stresu, pokud byl ve výzkumné místnosti přítomen i pes (Coulter, Pichot, 2007).

Odborníci v současné době doporučují chování domácích zvířat, obzvláště pak psů jako možnost do jisté míry právě předejít srdečně - cévním onemocněním jako je srdeční infarkt nebo ateroskleróza. Důvod je jednoduchý, pes nás nutí k pohybové aktivitě. Při rychlejší chůzi se rozšiřují krevní cévy, krev proudí lépe a výkonnost organismu stoupá (Galajdová, 1999). Samozřejmě, že přítomnost psa nemá za následek jen naši větší pohybovou aktivitu, ale jeho účinky jsou i psychické, pomáhá nám mimo jiné při překonávání stresových situací. V souvislosti s ovlivňováním vnímání stresu a výše krevního tlaku jsou zajímavé i studie s akváriem. Pozorování akvarijních rybek může také vést ke snižování úzkosti a krevního tlaku (Coulter, Pichot, 2007).

Obecně tedy můžeme říci, že přítomnost zvířete snižuje fyziologickou i psychologickou reakci člověka na stresové faktory. Zároveň např. pokud zvíře hladíme, zvyšuje se nám hladina endorfinů v těle. Toto vše ale samozřejmě může fungovat pouze tehdy, když člověk zastává ke zvířatům kladné postoje. Není tedy dobré následně aplikovat zooterapii všem, ale je třeba vždy brát v úvahu konkrétního klienta a jeho přání.

## **5.2 Psychologické efekty působení zvířete na člověka**

Fakt, že přítomnost zvířat navozuje změněné vnímání situace a ostatních lidí je dávno znám. Důkazem jsou například umělci, publicisté a pracovníci v reklamě, kteří již tradičně s úspěchem využívají zvířat k ovlivnění naší nálady a postojů.

Jak už je uvedeno výše, přítomnost zvířete nám velice napomáhá ve snížení úzkosti a ve zbavení se stresu. Přítomnost zvířete může mít tedy krátkodobý protiúzkostní a rovněž protistresový účinek, aktivuje v nás také pozitivní přístup k životu. Zvířata mohou dále pomáhat například jako opora při odloučení od rodiny u lidí žijících v zařízeních sociální péče, mohou snižovat časté změny nálad, mohou v nás vzbuzovat emočně libé prožitky a emoční jistotu, posílit naše sebevědomí a sebedůvěru a v neposlední řadě pak zvířata pomáhají při aktivizaci člověka. Všechny tyto účinky zvířat již byly podpořeny příslušnými výzkumy.

Zvířecí společníci nejsou všelékem na moderní choroby, nevyléčí rakovinu ani vysoký krevní tlak a nejsou ani pilulkou, kterou lze užít při bolestech hlavy. Mají svoje nároky na péči a výživu a majitel za ně musí převzít určitou zodpovědnost. Dokáží však podstatným způsobem obohatit svému majiteli život, změnit jeho životní styl a zvýšit kvalitu jeho života (Galajdová, 1999).

## **6. Role zvířat v psychiatrii a psychoterapii**

Jak je uvedeno výše, cílem psychoterapie je odstranění nebo zmírnění potíží, případně i odstranění příčin, které je vyvolaly. Zvířata jsou v rámci psychoterapie využívána již poměrně dlouhou dobu. Zajímavostí například je, že i známí psychoanalytici jako je Freud či Sullivan měli vždy ve své ordinaci psy, i když se o tomto moc nemluví a není známo, jakou roli přesně sehrávali v jejich terapeutickém procesu. Ovšem základní terapeutické možnosti psů se ukázaly například při léčení neurotických symptomů, při konfliktech mezi rodiči a dětmi, při komunikačních konfliktech a při nedostatku komunikačních dovedností.

Druhová pestrost živočichů využívaných pro podpůrné, rehabilitační a koterapeutické aktivity je značná. V rozsáhlé dotazníkové akci v německy mluvících zemích zjistil Claus (2003), že ve 20 % nemocnic byla chována zvířata s určitým terapeutickým záměrem, přičemž nejvíce a to 68 % jich bylo chováno na psychiatrických klinikách, se značným odstupem následovala geriatric, a to s 12 %. Nejčastějšími chovanci z živočišné říše byly akvarijní rybky, následovali okrasní ptáci, kočky, králíci, morčata, ovce, kozy a psi. Jako zcela exotičtí koterapeuti byli zaznamenáni pštrosi a klokani. Celkově se jednalo o 30 živočišných druhů nebo skupin druhů. To jasně naznačuje, jak se na základě rozdílných vlastností zvířat otevírají bohaté a diferencované terapeutické možnosti (Mahelka in Velemínský, 2007).

Bohužel u nás zatím podobný průzkum realizován nebyl. Naopak hodně výzkumů bylo provedeno v USA. Např. Levinson udává, že 33 % klinických psychologů ve Spojených státech používá zvířata jako pomocných terapeutů a zdá se, že psi jsou nejoblíbenějším druhem. Specifické znaky, které činí psy tak oblíbenými v terapii, byly definovány manželky Corsonovými (in Galajdová, 1999). Je to jejich schopnost poskytovat kladné emoce a dotykový kontakt v každé době a za každé situace spolu s dětsky naivní důvěrou, kterou psi vůči lidem chovají. Corsonovi publikovali sérii studií zaměřených na využití psů v terapii v různých psychiatrických institucích. Autoři zdůrazňují, že terapii pomocí zvířat – PFP (Pet Facilitated Psychotherapy) má být podporou a ne nahrazením jiných forem psychoterapie. Úspěch terapie je podpořen faktem, že pacienti přijímají lásku psa mnohem snadněji než náklonnost lidí. Corsonovi dále zdůrazňují, že výběr terapeutických zvířat podléhá povaze duševní poruchy a dílčím okolnostem pacientova onemocnění a je výrazem terapeutického zázemí terapeuta a jeho schopností.

## 7. Význam zvířat pro starého člověka

Pozitivní úloha společenství se zvířaty v lidském stáří tkví především v ojedinělé variantě bezproblémového kamarádství, zvířata dávají člověku určitou jistotu – chovají se stále stejně a nejsou náladová. Zejména pes je důvěrník, který má vždy čas, vždy vše trpělivě vyslechne až do konce, nekritizuje, neodsuzuje a umí se vcítit. Zvíře také spontánně a nenuceně kdykoli poskytuje možnost prožitků v zanedbávané hmatové stimulaci, tedy možnost pomazlit se a vzájemně se přitulit.

Základem léčby se stal poznatek, že nejspolehlivějším a často jediným přítelem člověka v osamění a v nemoci je právě zvíře. Vlastnit doma zvíře nebo mít alespoň možnost se s ním například v domově důchodců občas setkávat, je prospěšné především pro udržení rovnováhy citového, společenského a duševního života. Pozitivní vliv na život starého člověka potvrzuje z vlastní praxe přední český psychiatr a psychoterapeut, autor mnoha knih, MUDr. Radkin Honzák, CSc: *„Moje babička trávila celé dny, co jsme byli v práci nebo ve škole, s naší kočkou a psem. Kdyby byla sama, zcela jistě by stále myslela na své obtíže a nemoci a nanejvýš by si informace o nich vyměňovala se stejně starými a nemocnými sousedkami po telefonu. Ale v přítomnosti zvířat přišla na úplně jiné myšlenky, viděla, že i je může něco trápit a bolet. Upřímně se smála, když spolu dováděli, a mně se přitom zdálo, jako by najednou omládlá o několik let. A věřím tomu, že právě díky nim si prodloužila život alespoň o pár měsíců.“* (Honzák in Galajdová, 1999)

Zvířata dokáží lidem zcela nezištně a upřímně nabídnout přátelství, lásku, pocit vzájemné potřebnosti a respektování. Zvířata jsou totiž na člověku závislá a ten o ně musí pečovat. Starý člověk ve styku se zvířetem tak znovu přebírá zodpovědnost za jinou živou bytost. To může zvyšovat jeho sebevědomí, neboť tím získává důležitou náplň svého současného života (Galajdová, 1999).

To že zvířata přinášejí seniorům opravdu užitek zjistila na základě svých výzkumů například Siegelová (1990), která zaznamenala že staří lidé chodí k praktickému lékaři o 16 % méně často, pokud mají nějaké domácí zvíře, a o 21 % méně často, je-li tímto zvířetem pes. Pravděpodobně se cítí méně osamělí a depresivní a nevyhledávají návštěvu praktického lékaře pouze jako formu bezpečného a „rozumně zdůvodnitelného“ společenského kontaktu.

L. A. Hartová (in Galajdová, 1999) dále vymezuje čtyři hlavní oblasti pozitivních účinků domácích zvířat na seniory:

- socializující efekt zvířete jako společníka pro staré lidi, kteří přišli o přátele a rodinné příslušníky, zejména, nemají-li děti nebo zaměstnání, které by je vtahovalo do společenských aktivit. Role zprostředkovatele a urychlovače navazování nových přátelství,
- zvíře jako smysl života zejména pro ty, u kterých se celý život točil kolem role profesionální, manželské nebo rodičovské, a kteří tuto roli postupem času ztratili. Zvíře nemění svůj postoj k člověku jen pro ztrátu některé společenské role,
- snižování stresu „nárazníkový“ efekt zvířete-společníka a citová podpora se stávají zvláště významnými při klíčových životních ztrátách, jako je smrt partnera, které mohou i ohrožovat zdravotní stav zasaženého člověka,
- motivační role zvířecích společníků. Pomáhají starým lidem začlenit se do společnosti, dbát o sebe i o druhé. Podněcují ke hrám, uvolnění a tvořivosti.

Obecně tedy můžeme říci, že Hartová poukazuje na to, že domácí zvířata seniory povzbuzují ke zdravému životnímu stylu, k pravidelnému dennímu režimu a samozřejmě také k pocitům spokojenosti.

Na závěr této kapitoly bych chtěla uvést výrok profesora Konrada Lorenze, duchovního otce programu terapie pomocí zvířat v Rakousku: *„Potřeba a přání vlastnit zvíře přichází většinou z touhy po nalezení cesty zpět k přírodě. Přilnutí člověka ke zvířeti je obdobou lidské potřeby, vyjádřené pocity lásky a přátelství v nejčistším a nejušlechtlejším slova smyslu.“* (Lorenz in Nerandžič, 2006)

## 8. Zooterapie u seniorů

Zooterapie je pro seniory velice užitečná. Přispívá k tréninku kognitivních funkcí – například pozornosti nebo paměti, zlepšuje emocionální stránku člověka, pomáhá v tréninku hrubé a jemné motoriky. Právě z poznatku, že zooterapie má vliv na naše emocionální ladění vychází i mé výzkumné šetření provedené v rámci této bakalářské práce.

Že je zooterapie pro seniory skutečně přínosem, uvádí i tato kasuistika, která vznikla na základě canisterapeutické práce Mgr. Volšické ze Sdružení Senior Canisterapie, Praha: *„Lékařská zpráva uváděla, že klientka je léčena s pozdní formou Parkinsonovy nemoci a její ladění je stále depresivní. Nález konstatoval i poruchy pohybu a třes. Klientka se při chůzi po bytě přidržovala nábytku. Všechny tyto skutečnosti spolu s věkem klientky (85 let) nám nedávaly žádný důvod k optimismu. Jedinou nadějí byla informace, že klientka byla, jak sama označila, milovnicí pejsků a po celý život s manželem psy doma vlastnili. Prvním cílem bylo v tomto případě přivést se psem i tolik potřebnou psychickou pohodu. K návštěvám jsem zvolila testovanou a již velmi zkušenou stafordšírskou bulteriérku Elišku. Fena sama aktivně vyhledává kontakt s klienty... Už při první návštěvě bylo vidět, že si s klientkou i jejím manželem padli do oka. Zpočátku byla klientka velice depresivní a hovořila o smrti. Přítomnost feny ji však zjevně potěšila, a tak jsme si hned ujasnili, že spolu s návštěvami psa, je nezbytně nutná i rehabilitace, což znamená denně cvičit. Návštěvy se psem pouze doplňují kompletní léčbu a rehabilitaci. Již při druhé návštěvě manželé fenu nadšeně vítali, hladili a mazlili se s ní. Klientka sama líčila, jak se na návštěvu Elišky celý týden těšila...“* (Volšická in Mojžíšová, 2008)

Můžeme tedy konstatovat, že návštěvy se psem přispívají v tomto případě ke zkvalitnění života klientky. Pes je obrovským stimulem k aktivaci jejích vlastních sil při rehabilitaci a psychické pohodě.

### 8.1 Zooterapie u seniorů v zařízeních sociální péče

Nerandžič (2006) ve své knize Animoterapie shrnuje hlavní rozdíly mezi domovy pro seniory, kde je zooterapie uskutečňována a mezi těmi, kde se se zooterapií nesetkáme. Domovy pro seniory, ve kterých zooterapie není využívána, chápe jako přeorganizované zařízení s militantně ukázněným týmem zaměstnanců s tím, že klienti jsou zbaveni odpovědnosti sami za sebe. Zároveň tato zařízení podle Nerandžiče nenabízejí příliš možností



pro seberealizaci. Naopak v domovech pro seniory, které pracují s využitím zvířat má být snížena spotřeba léků a technických pomůcek. Zvířata v těchto zařízeních dokáží i do jisté míry suplovat nedostatek lidské lásky, i když ji samozřejmě nikdy nemohou plně nahradit. Zároveň Nerandžič dodává, že zvířata zprostředkují lepší komunikaci mezi klienty a ošetřujícím personálem, navodí stav soukromí a respektu. Umírněnější názor prezentuje Volšická (2009), která zdůrazňuje, že je pochopitelné, že se v současné době ještě se zooterapií nesetkáme všude a že je třeba respektovat v první řadě potřeby klientů. Podle jejích praktických zkušeností je mnohem lepší, pokud si domovy pro seniory zvolí některou formu návštěvních programů nebo je pes ve vlastnictví zaměstnance a pro klienty je pak kontakt se psem vzácnější a těší se na něj. I v případě návštěvních programů ale musíme zamezit tomu, aby se se zvířetem nesetkal někdo, kdo účast na zooterapii odmítnul.

Obecně můžeme v každém případě říci, že přítomnost zvířat v domovech pro seniory zmírňuje potíže s adaptačním stresem nově přichozích klientů, a ty, kteří v těchto zařízeních žijí dlouhodobě, motivují zvířata k aktivnímu způsobu života. Můžeme tedy shledat, že sociální klima je v těchto sociálních zařízeních méně napjaté. Celkově se zlepšuje především komunikace uzavřené komunity klientů s vnějším světem. I imobilní senioři mají více přímých kontaktů s okolím, nejsou tak odkázáni pouze na televizi nebo rozhlas. Veškeré dění se odpoutává od minulosti do přítomnosti a orientuje se na budoucnost. Společné zážitky klientů a ošetřujícího personálu upevňují a polidšťují vztahy, vazby vedou ke zvýšení odpovědnosti klientů a odvádějí je od závislosti na druhých osobách. Získávají tím všichni – klienti i ošetřující personál. Velmi pozitivní je i skutečnost, že zvířata jsou využívána jako téma v arteterapii a při rozšiřování další zájmové činnosti, například při sportu, fotografování, modelování atd. (Nerandžič, 2006).

Do všech ústavů sociální péče a domovů pro seniory lze přivést zvíře v rámci návštěvních programů. To znamená, že se zařízení nemusí strachovat o to, kdo se bude o zvíře starat, jak zajistit hygienické požadavky atd. Řekla bych, že návštěvní programy jsou asi nejjednodušším řešením, pokud chce domov pro seniory zooterapii využívat. Pokud pes přichází do ústavu v rámci návštěvního programu, ústav většinou kontaktuje sdružení zabývající se aktivitou se zvířaty (bohužel se v dnešní době obvykle neustále jedná jen o canisterapii) a dohodne si termíny návštěv podle zájmu klientů. Někdy jsou tyto návštěvy individuální u konkrétních klientů, tam chodí pochopitelně jeden zoterapeut se zvířetem, jindy jsou klienti shromážděni ve společenské místnosti a setkání se zvířaty probíhá společně, v tomto případě by tedy mělo být zvířat více, aby se dostaly ke všem klientům.

Rovněž není na škodu písemné prohlášení klientů, že si tyto návštěvy přejí, jak už bylo řečeno výše, ne každý člověk vyhledává přítomnost zvířat a neměl by být tedy rozhodně k zooterapeutickým aktivitám nucen.

Ústavy mohou ale také samozřejmě rozhodnout o vlastním chovu některých druhů zvířat nebo vytvořit podmínky pro to, aby klienti mohli být přijati i se svým zvířátkem, které je součástí jejich života a na něž jsou vázáni. Já osobně vnímám přijetí klienta i s jeho zvířátkem jako poměrně velmi obtížné, obzvláště v situaci kdy i v dnešní době se v domovech pro seniory setkáváme hlavně s vícelůžkovými pokoji. Není totiž například nikde dáno, že spolubydlící má zvířata také natolik v oblibě, že by stál o jejich neustálou přítomnost. Ne vždy je asi také senior schopný se o své zvíře plně postarat. Zvíře může být tedy i ve vlastnictví ústavu, v tomto případě záleží na mnoha okolnostech a všechny musí být před pořízením psa zodpovědně posouzeny. Jsou to aspekty ekonomické, právní, organizační, zdravotní a jistě se vyskytnou mnohé další, vždy podle konkrétní situace. Při pořizování bychom si neměli dělat iluze, že budou všichni nápadem pořídit do ústavu zvíře nadšení. Prvním a základním předpokladem využívání zvířete v domovech pro seniory je bezpečnost klientů. Navzdory všem poznatkům o prospěšnosti zooterapie jsou zde zakořeněny představy o tom, že zvířata do ústavu prostě nepatří. Když se i přesto vedení ústavu rozhodně pořídit si zvíře, měl by být v každém ústavu člověk, který je za zvířata odpovědný, chrání je před týráním, zneužíváním nebo vyčerpáním, stará se o jejich výchovu, dbá na to, aby je klienti ústavu nepřekrmovali a nerozmazlovali. Také z hlediska právního a finančního musí být zvíře pro ústav únosné. Personál i klienti musí být seznámeni s tím, jaké mají zvířata potřeby, a s tím, jakým způsobem se k nim mají chovat. Každý vedoucí ústavu by měl vzít v úvahu, zda všichni, kdo pracují nebo žijí v zařízení, jsou schopni tolerovat a snášet zvířata, která mají být začleněna do sociálně léčebného procesu.

Měli bychom také vzít v úvahu, že skutečně jinak je na tom ústav umístěný na vesnici s rozsáhlým pozemkem, hospodářskými budovami, velkou zahradou a možností venčit psa ve volné přírodě. Většinou je tam i malé hospodářství se zvířaty, které klienti běžně navštěvují a jsou proto zvyklí na běžný hluk kolem provozu hospodářství (kokrhání kohouta, kdákání slepic, bečení ovcí...). Tam umístění psa mimo objekt ústavu není žádný problém. Obyvatelé domova, kteří nemají o psa zájem, s ním jednoduše nepřijdou vůbec do styku, a naopak klienti, jenž toto vítají, projevují vlastní iniciativu k setkávání se psem. Dalším kladem pak je fakt, že na venkově se personál domova pro seniory mění jen zřídka, souvisí to například s vyšší mírou nezaměstnanosti než ve městě (Volšická, 2008).

Naprostu odlišná je situace ve městech, kde je prostor v domově značně omezený a vedení se snaží smysluplně využít doslova každý centimetr. Tam je trvalé umístění psa více problematické. Klienti městských domovů jsou také zvyklí spíše na hluk motorových vozidel z ulice než na štěkání psa a je jedno, že pes štěkne pouze výjimečně. Brzy se i tak mohou začít objevovat stížnosti, že je štěkot psa v noci ruší a oni nemohou spát. Na druhou stranu o efektivitě v procesu sociální rehabilitace v přítomnosti zvířat není dnes již žádných pochybností. Konečným důsledkem je zlevnění provozu domovu pro seniory i přes relativně vyšší vstupní finanční náklady a nároky na ošetřující personál. Tam, kde zavedli zvířata jako asistenty a spoluléčitele, jenom získali (Velemínský, 2007).

Neměli bychom ale zapomínat ani na to, že pobyt v ústavu není jednoduchý ani pro psa samotného. Pro psa je práce s klienty náročnou záležitostí a velkou psychickou zátěží. Nic na tom nemění, že si ho klienti pouze hladí a mazlí se s ním. Už po hodině strávené v ústavu, kdy pes vystřídá několik pokojů s klienty, jsou na něm vidět počátky únavy. Zpočátku aktivní přístup se mění v pasivní, odevzdaný až apatický. Psi, kteří jsou v ústavech přetěžováni, trpí stresem a nakonec kontakt s klienty odmítají, takový pes již nemůže dále v ústavu pracovat. Dlouhodobé využívání psa může mít vliv i na jeho častější nemocnost.

Podobnou zkušenost na toto téma má Mgr. Jiřina Volšická: *„Při mých osobních zkušenostech s canisterapií jsem na několik měsíců zapoměla na potřebu žití psího života pro mého tehdy rok a půl starého westíka. Čenda se mnou chodil na mé přednášky, vyučovat studenty, do knihoven i na fakultu. Jezdil se mnou hromadnou dopravou a dvakrát týdně jsme absolvovali canisterapii v domově pro seniory a v denním stacionáři pro děti s kombinovaným postižením. Při tom všem jsme zapomněli na les, dlouhé procházky v přírodě, na potřebnou psí smečku, dovádění, psí hry a vůbec na psí život. Vše jsme pak doháněli, když se o to Čenda sám přihlásil apatickým chováním, přetížením a nechutí kamkoli se mnou vyrazit do města nebo do školy. Čenda dostal skoro půlroční psí prázdniny, já ohromnou zkušenost do života a dnes již společně realizujeme pozitivní všestranně přínosnou canisterapii v domově pro seniory v Písku.“* (Volšická in Mojžíšová, 2008)

Canisterapie je v současné době vskutku nejrozšířenějším druhem zooterapie, je to i proto, že pes a především vztah pes – senior má přínos u klientů, kde hrozí nebo popřípadě už nastala deprivace, pocity samoty, nejistoty a malé zodpovědnosti. Velmi vhodné je využití canisterapie jako motivačního prvku k určité činnosti klienta (např. k pohybu, k léčbě, k pozornosti), ke zlepšení psychického stavu klienta díky emočně libým prožitkům, které kontakt se psem nabízí, ke zlepšení sociálních vazeb klienta, jako zpestření stereotypní náplně

dne v zařízení, nebo jako tmelící prvek při integraci zdravé a nemocné populace. Protože tato bakalářská práce je zaměřena hlavně psychickou oblast člověka, zejména na jeho emocionální stránku, uvádím zde, jak může být canisterapie využívána v rámci psychické podpory. Mimo jiné může být canisterapie využívána jako: zpestření všedního dne, opora při odloučení od rodiny, pozitivní naladění, snížení změn nálad, prevence nebo snížení deprese, emočně libé prožitky, radost, smích, úsměv, spokojenost, emoční jistota, pocit blaha, pohody, relaxace, odpoutání od problémů, posílení pocitu jistoty a bezpečí, přijetí stárí se všemi jeho aspekty, přijetí nemoci, zmírnění pocitu méněcennosti, podpora sebevědomí, sebedůvěry, poznání svých kvalit, možností, silných stránek, dovedností, reálné sebehodnocení, aktivizace, příjemné prožitky spojené s vlastní aktivitou, udržení smyslu života, umožnění prožitku být někomu užitečný, kontakt s běžným světem, umožnění vyjádření emocí, naplnění potřeby společensky přijatelného intimního tělesného kontaktu a jistě bychom našli ještě mnoho dalších možností jak canisterapie může v rámci psychické podpory pomáhat.

V praxi můžeme říci, že canisterapie funguje tak, že potlačuje negativní emoce vznikající vlivem nečinnosti a vyvolává v klientech emoce kladné. Je-li senior po celý den uzavřen ve svém pokoji, tak přemýšlí o nejrůznějších věcech, které ho trápí. Terapie přispívá k ovlivnění takového myšlení klientů, což je objektivně pozorovatelné ve změně chování. Klienti jsou více sdílní, mění se výraz jejich obličeje, mimika. Pohled se rozjasní, usmívají se, jako by starosti na chvíli zmizely a oni si užívali každé chvíle strávené se psem, který je má rád. Je jim umožněno prožívat bezprostřední bezprostřední radost z přítomnosti zvířete, které dokázalo upoutat pozornost a vzbudit jejich zájem. Klienti se obdivují psům, co všechno se dokázali naučit. Přicházejí do kontaktu se zvířetem, které je energické, plné sil a přichází potěšit je a dát jim velkou část této své energie a radosti ze života.

Na druhém místě co do častosti používání zvířat v domově pro seniory jsou kočky. Návštěvy koček a jejich majitelů v domovech pro seniory jsou příjemným zpestřením pro ty klienty, kteří pociťují nedostatek sociálních kontaktů ve svém novém prostředí či jim schází kontakt s živým tvorem. Seniorům kočky často prohřívají ruce a dotyk se srstí přináší hmatové stimuly, příjemné prožitky prohřátí, uvolnění i zklidnění. Přítomná zvířata evokují u seniorů vzpomínky na vlastní zvířata, která museli opustit či zemřela stářím, a jak již bývá v lidské povaze, lidé raději vzpomínají na hezké a veselé zážitky než na ty smutné. Zvláště senioři těmito vzpomínkami navazují kontinuitu se svou minulostí a dochází zároveň ke stimulaci paměťových funkcí.

Další možností jsou pak papoušci, ovšem ornitoterapeutická praxe není v českých domovech pro seniory příliš rozšířená, ovšem tam, kde mají například andulky vlnkované a starají se o ně různí lidé, přece jen ptačí miláči svůj význam mají. Menší papoušci si nevytvářejí tak silné pouto a fixaci na jednoho určitého člověka, takže ani pro papoušky nečiní problém zvyknout si na kolektiv lidí.

Přesto, že papoušci nejsou v domovech pro seniory příliš využívány, jejich největší přínos byl zaznamenán právě u klientů těchto zařízení. Papoušci mohou například pomoci pacientům s Alzheimerovou chorobou, přičemž je dostávají do současnosti. Papoušci jsou také jakýmsi přirozenými antidepresivy, protože život zkrátka nemůže být nudným, jelikož zvířata člověka stále zaměstnávají a stimulují pro další život. Mimo jiné pomáhají například papoušci i seniorům, kteří ztratili svou blízkou osobu. Papoušci jsou tedy ideálním druhem pro zlepšení duševní rovnováhy a zmírnění negativních emotivních pochodů.

A nakonec bych zde chtěla ještě zmínit malé hlodavce. Přesto, že se na tuto skupinu zvířat v souvislosti se zooterapií ještě často zapomíná, mají i hlodavci co nabídnout. Jednou z jejich výhod je určitě i snadnější finanční dostupnost. Působení králíků, zejména jejich miniaturních (zakrslých) forem, je všeobecně vysoce hodnoceno, ale celkově zatím nedoceněno. Projevuje se to mimo jiné i tím, že jsou sice relativně často popisovány jednotlivé případy pozitivního vlivu králíka ve vztahu k různým diagnózám, ale metodické nebo evaluační postupy zatím zcela absentují. Králík je vynikající terapeutický pomocník; je klidný, ale zvědavý, pohyblivý, může se dobře chovat na klíně, na ruce i na posteli, rád se nechá hladit, jeho srst má výbornou texturu pro pozitivní taktilní podněty. Králík je vhodný jak pro děti, tak i pro seniory, má zklidňující vliv na chovance, podporuje jemnou motoriku prstů, uplatňuje se u gerontopsychiatrických pacientů s demencí. V domovech pro seniory se úspěšně využívají aktivity s králíky (jak rezidenčními, tak návštěvními) pro zlepšení psychické pohody obyvatel vytvořením „pracovní náplně“ v jinak většinou málo inspirujícím prostředí. V terminální fázi života může tvořit králík často jediné pojítko mezi pacientem a vnějším světem při demenci, Alzheimerově chorobě a dalších gerontopsychiatrických onemocněních (Velemínský, 2007). Ještě poměrně časté bývá využití v domovech pro seniory pro morčata. Jejich oblasti využití se prakticky téměř kryjí s těmi, jež byly zaznamenány u králíka. Morčata ovšem sehrávají svou pozitivní roli i u pacientů ležících v kómatu či u osob po nejtěžších mozkových příhodách.

## II. Empirická část

### 1. Cíl a výzkumné otázky

Výzkumů v zooterapii byla provedena celá řada, obzvláště v zahraničí. Nejznámější jsou asi výzkumy zjišťující působení vlivu zvířete na člověka v rámci různých specifických druhů zooterapií, konkrétně psychologické a fyziologické působení zvířete na člověka. Nejvíce výzkumů existuje co se canisterapie týče. Některé z těchto výzkumů uvádím v teoretické části této práce.

Cílem mé bakalářské práce je zjistit vliv zvířete na emocionální ladění seniorů žijících v domově pro seniory. Hlavní sledovanou otázkou tedy je: Má přítomnost zvířete vliv na emocionální ladění seniorů? Další otázky pak jsou: Vyhledávají senioři žijící v zařízení, popř. vyhledávali by, kdyby měli možnost, kontakt domácích zvířat? Co se seniorům žijícím v domově pro seniory na domácích zvířatech líbí? Co se seniorům žijícím v domově pro seniory na domácích zvířatech nelíbí?

A protože probandy tvoří lidé, kteří ve svém zařízení zvířata nemají, ani za nimi zvířata nedocházejí, poslední výzkumnou otázkou je, zda-li by chtěli, aby s nimi v zařízení zvířata žila, popř. za nimi docházela?

Celý průzkum je tedy zaměřen hlavně na emoce, které zvířata v seniorech vzbuzují, jak napovídá už název bakalářské práce. Použit bude kvalitativní postup. Jak uvádí Hendl (2005), někteří metodologové chápou kvalitativní výzkum jako pouhý doplněk tradičních kvantitativních výzkumných strategií, jiní zase jako protipól nebo vyhraněnou výzkumnou pozici ve vztahu k jednotné, na přírodovědných základech postavené vědě. Mohli bychom ale říci, že i přesto se kvalitativní výzkum v současné době stává čím dál tím víc populárním.

Podstatou kvalitativního výzkumu je do široka rozprostřený sběr dat bez toho, že by na počátku byly stanoveny základní proměnné. Stejně tak nejsou předem stanoveny hypotézy a výzkumný projekt není závislý na teorii, kterou již předtím někdo vybudoval. Jde o to do hloubky a kontextuálně zakotveně prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací (Šed'ová, Švaříček, 2007). Samozřejmě, že stejně jako kvantitativní výzkum, má kvalitativní výzkum své výhody i nevýhody. Mezi ně patří, že získaná znalost nemusí být zobecnitelná na populaci a do jiného prostředí. Další nevýhodou je, že může být těžké provádět kvantitativní predikce, může být těžší testovat hypotézy a teorie. A konečně v kvalitativním výzkumu je důležitá i role výzkumníka.

Výsledky výzkumu jsou totiž snadněji výzkumníkem a jeho preferencemi ovlivnitelné. Z těchto poznatků o kvalitativním výzkumu budu v rámci svého šetření rovněž vycházet. Samozřejmě je například nutné brát v úvahu, že mé zdroje jsou omezené a mé výzkumné otázky by tedy měly být skromné. I proto například nelze zobecňovat získané závěry na všechny seniory, popřípadě na všechny seniory žijící v domovech pro seniory.

## **2. Metody sběru a zpracování dat**

### **2.1 Metoda sběru dat**

Metodou sběru dat, která byla zvolena, je polostrukturovaný rozhovor. Tato metoda byla zvolena jednak vzhledem k věku probandů a také vzhledem k tomu, že většina probandů, kteří se mého výzkumného šetření zúčastní, jsou již imobilní. Zároveň metoda rozhovoru poskytuje možnost poznat probandy více do hloubky, rozebrat více jednotlivé otázky šetření a zjistit více informací než bychom zjistili např. jen pomocí dotazníkové metody, což tedy znovu potvrdilo naši volbu zvolit kvalitativní metodologii výzkumu.

Došlo k vypracování jednotlivých okruhů otázek k rozhovoru. Nyní bych zde chtěla jednotlivé položky rozhovoru zdůvodnit.

- *Máte domácí zvířátko? Jaké? Proč?*

Tento okruh byl zvolen vzhledem jednak k tomu, aby došlo k co nejlepšímu navázání kontaktu s probandem, a také proto, abychom zjistili, zda-li i v současné době, kdy žijí v domově pro seniory nějaké domácí zvířátko vlastní. (Můžeme předpokládat, že třeba vzhledem k tomu, že v domově pro seniory, kde výzkumné šetření bude probíhat, nejsou domácí zvířata povolena, mohou i tak senioři domácí zvíře mít a mohou se o ně starat například jejich děti či přátelé, popř. se třeba právě kvůli přechodu do domova pro seniory museli svého zvířete vzdát a někomu ho darovat atd.)

- *Měl(a) jste nějaké domácí zvířátko? Jaké? Kdy? Jak se jmenovalo?*

Okruh zacílen na vyprávění o probandech a jejich domácích zvířátkách (pokud nějaké ve svém životě měli). Zaměření také na to, zda-li si ještě vzpomenou na jméno daného zvířátka, na nějaké zážitky s ním spojené. Emoce, které prožívali v souvislosti se zvířátkem atd.

- *Jaké je Vaše nejoblíbenější domácí zvířátko?*

Zaměření na to, jaká zvířátka má proband nejraději, jaké je nejvíce spojeno s kladnými emocemi. Popř. proč právě volí toto domácí zvířátko, z jakého důvodu. V čem mu dané zvířátko pomáhá, v čem mu přináší radost, naopak v čem jsou jeho stinné stránky atd.

- *Co se Vám na domácích zvířátkách líbí?*

Tento okruh je zaměřen na to, co se jim vlastně konkrétně na domácích zvířátkách líbí, například jakou činnost v souvislosti s nimi vyhledávají. (Musím vycházet zároveň i z toho, že někteří lidé zvířata nevyhledávají vůbec.)

- *Co se Vám na domácích zvířátkách nelíbí?*

Cílem je zjistit, jaké záporné stránky vnímají v souvislosti s domácími zvířátky, co konkrétně jim například na nich vadí, co v nich vyvolává záporné emoce atd. (Musím vycházet zároveň i z toho, že někteří lidé zvířata nevyhledávají vůbec.)

- *Díváte se rád(a) na filmy či dokumenty o zvířatech?*

Okruh je zacílen na to, zda se zajímají, popř. nezajímají i o filmy a dokumenty o zvířatech. Proč se na filmy a dokumenty o zvířatech dívají/nedívají. Jestli si vzpomenou na jméno nějakého filmu, kde se zvířata vyskytují, jestli mají nějaký nejoblíbenější. Cílem je také zjištění, zda-li dávají raději přednost přímému kontaktu se zvířetem nebo raději sledují filmy a dokumenty o zvířatech.

- *Vyhledáváte přímý kontakt s domácími zvířátky?*

Cílem okruhu je zjistit, zda-li probandi vyhledávají kontakt s domácími zvířátky, popřípadě proč tento kontakt vyhledávají, co jim přináší. Na druhou stranu, proč například nevyhledávají kontakt domácích zvířátek, co negativního v nich vyvolává atd.

- *Uvítal(a) byste, kdyby sem do Domova za Vámi domácí zvířátko docházela, popřípadě kdyby tady s Vámi žila?*

Tento okruh je zaměřen na potvrzení toho, zda-li by probandi chtěli, aby se v jejich domově pro seniory různé formy a druhy zooterapií uskutečňovaly, zda-li jim zvířata pomáhají v jejich emočním uspokojení. Pokud ano, tak o jaká zvířátka by třeba stáli.



Pokud ne, tak například jaké důvody je vedou k tomu, že o přítomnost zvířat v domově pro seniory nestojí, proč o ně zájem nemají.

Další okruhy otázek jsou zaměřené spíše na celkové emoční ladění daného probanda. Zaměření například na to, jak je proband v současné době spokojený/nespokojený, do jaké míry je aktivní atd.

- *Co se Vám tady v Domově líbí? Co Vám tady schází, nelíbí se?*

Zjistit, do jaké míry je proband v domově pro seniory spokojený, do jaké míry mu schází samostatnost, kterou dříve měl. V jakém emočním rozpoložení se proband nachází apod.

- *Jakých aktivit se tu zúčastňujete?*

Okruh je zaměřený na zjištění, nakolik se proband aktivně zúčastňuje aktivit, které jsou mu nabízeny, nakolik aktivity chce využívat. Jaký typ aktivit si proband vybírá, které naopak v oblibě nemá, kterým aktivitám se vyhýbá.

- *Navštěvuje Vás tu rodina nebo přátelé?*

Cílem je zjistit, zda-li probanda v zařízení navštěvuje rodina a přátelé, nakolik je v domově pro seniory izolován. Tzn. do jaké míry má kontakt s vnějším prostředím, se svou rodinou a přáteli. Předpokladem je, že to může mít vztah k probandovu celkovému emočnímu naladění.

## **2.2 Metody zpracování dat**

Metodami sběru dat získáváme informační materiál o realitě. Dále se hledají možnosti, jak tyto materiály optimálně fixovat, upravit a zobrazit (Hendl, 2005).

Data budou zpracována na základě metod kvalitativního výzkumu. Získané polostrukturované rozhovory budou dekodovány a kvalitativně zpracovány. Poznatky budou poté porovnány s informacemi získanými z jiných výzkumů a s teoriemi, které v současnosti s touto problematikou existují. Je jasné, že musíme brát v úvahu kulturní hledisko, nemůže asi přímo srovnávat výzkumy vzniklé v ČR a například výzkumy vzniklé v USA.

Měli bychom brát v úvahu samozřejmě i rozsah vzorku, a to že data byla získána v Českých Budějovicích a ne třeba v Praze, kde by výsledky šetření mohly být úplně jiné, už jen proto, že v domovech pro seniory v Praze se už mnohem častěji se zooterapií setkáváme.

### **3. Výzkumný soubor**

Výzkumné šetření v rámci této bakalářské práce proběhlo v Centru sociálních služeb Staroměstská v Českých Budějovicích. Toto zařízení je složeno z jednotlivých oddělení: domova pro seniory, odlehčovací služby, pečovatelské služby a posledním oddělením je tísňová péče. Probandi účastníci se mého výzkumu jsou obyvateli Domova pro seniory. Posláním domova pro seniory je zajistit důstojné prostředí a zacházení s jeho obyvateli. Smyslem poskytovaných služeb je zabezpečit co největší psychickou, sociální a fyzickou pohodu uživatelů sociálních služeb a podporovat jejich schopnosti samostatného života. Domov pro seniory nabízí celou řadu aktivizačních programů – např. trénink paměti, cvičení, práci na počítači, muzikoterapii a další.

Zooterapie zde bohužel zatím uskutečňována není, čemuž byly přizpůsobeny i otázky polostrukturovaného rozhovoru. Výzkumného šetření se zúčastnilo celkem osm probandů. Probandi už dlouhodobě žijí v domově pro seniory, tzn. minimálně dva roky, podmínka, že senioři musejí žít v domově pro seniory, byla tedy dodržena. Všichni probandi účastníci se výzkumu jsou imobilní, odkázání na pomoc druhých fyzických osob. Průměrný věk probandů je 80 let.

### **4. Prezentace výsledků**

V tomto oddíle se zaměřím na uveřejnění výsledků mého výzkumného šetření. Všechny polostrukturované rozhovory byly získány v únoru 2010 v CSS Staroměstská v Českých Budějovicích.

Na základě prvního výzkumného okruhu bylo zjištěno, že v současné době prakticky nikdo domácí zvířátko nevlastní. Pokud probandi nějaká zvířata zmiňovala, jednalo se o zvířata jejich dětí, což dokládá tabulka č.1.

Tabulka č. 1:

Proband	Ne	Ano	Jaké
1.		I	Dcera má psa.
2.	I		
3.	I		
4.	I		
5.	I		
6.		I	Dcera má kočičku a pejska.
7.		I	Dcera má psa.
8.	I		

Protože jsem se dozvíдалa, že v současné době proband zvířátko nevlastní, přecházela jsem většinou přímo k otázce, zda-li někdy ve svém životě domácí zvířátko vlastnili. Na tuto otázku se již většina probandů velmi rozpovídala. V tabulce č. 2 pak uvádím, zda-li ve svém životě senioři zvířátko měli, popř. jaké zvířátko měli.

Tabulka č. 2:

Proband	Ne	Ano	Jaké
1.		I	Vlčák
2.		I	prase, slepice, králíci, kočky psi
3.		I	Pejsek
4.		I	Pejsek
5.	I		
6.		I	Kočky
7.	I		
8.		I	vlčák, papoušek

Probandi pak dále většinou vzpomínali a popisovali zážitky, které se zvířátkem prožili. Přesto, že všichni měli se zvířátky spojeny příjemné emoční prožitky, ne všichni si vzpomněli na jejich jména, což dokládá tabulka č.3. Na jméno si totiž vzpomněli jen 3 probandi. V jednom případě se jednalo o jméno psa, v jednom případě o jméno kočky a ve třetím případě šlo o jméno papouška. Na základě rozhovorů jsem se také dozvěděla, že ve většině případů platilo pravidlo, že pokud měli probandi zvíře jako dítě, měli ho poté většinou i v dospělosti.

Tabulka č.3:

Proband	Ne	Ano	Jméno
1.	I		
2.	I		
3.		I	Asta
4.	I		
6.		I	Pusina
8.		I	Lórinka

Další okruh se týkal toho, jaké zvířátko považují probandi za jejich nejoblíbenější. Zajímavostí je, že se nemusela nejoblíbenější zvířata shodovat nutně s druhem zvířete které v minulosti vlastnili. Můžeme to vidět v tabulce č. 4. Například proband č. 8, který vlastnil papouška Lórinku, odpověděl, že všechna zvířata jsou jeho nejoblíbenější. Co se týče dvou probandů, kteří nikdy zvíře nevlastnili, jeden odpověděl, že nemá rád žádné zvíře, čímž se tedy potvrdilo, že by o vlastnictví zvířete ani nestál. Druhý proband uvedl jako nejoblíbenějšího psa. Nejoblíbenějším zvířetem se podle mého výzkumného šetření stal tedy pes. Můžeme si všimnout, že další zvířata, která jsou v dnešní době poměrně populární jako třeba různé druhy hlodavců atd. (blíže o tomto píší v teoretické části), zde zmíněny nejsou.

Tabulka č.4:

Proband	Pes	Kočka	Žádné	Všechny
1.	I			
2.		I		
3.	I			
4.	I			
5.			I	
6.		I		
7.	I			
8.				I

Po získání informace, které domácí zvířátko mají nejraději, jsem se snažila zjistit, proč zvolili zrovna toto zvířátko. Někteří probandi mi odpovídali rovnou bez toho, že bych se jich musela přímo ptát. Při formulování odpovědi většinou vycházeli ze svých vlastních zkušeností (viz tabulka č.5).

Tabulka č.5:

Proband	Pes	Proč?
1.	I	Skáče po člověku; má radost, když přijde; sedne si vedle; může se hladit
3.	I	Kočku nesnáším
4.	I	Je na ně zvyklá, lidé kolem ní mají psy; kočky jsou bábovky, jen sedí...
7.	I	Jsou její miláčci (uvádí příklad psa své dcery).

Proband	Kočka	Proč?
2.	I	Kvůli mazlení.
6.	I	Je mazlivá, dá se hladit.

Proband	Žádné	Proč?
5.	I	-

Proband	Všechny	Proč?
8.	I	Má ráda, když jsou hodný, poslouchají...

Podíváme-li se tedy na výpovědi probandů, kteří si vybrali jako nejoblíbenější zvířátko kočku, důvodem jejich výběru byla hlavně možnost s kočkou se pomazlit a hladit si ji. Můžeme ještě konstatovat, že proband č.6 vždy kočky doma měl, dokonce si vzpomněl na jméno jedné z nich, zvolil ji jako své nejoblíbenější domácí zvíře a zároveň i dcera daného probanda kočku má. Obliba je tedy veliká. Naopak proband č.2 měl kočku pouze ve svém dětství, kdy měli kromě kočky ještě velké zemědělské hospodářství.

Co se týče probandů, kteří si zvolili jako své nejoblíbenější zvíře psa, volili hlavně proto, že se se psem dá nejen mazlit, ale dává najevo více svou radost a vítá člověka po příchodu. Objevilo se i vymezení, kdy proband zvolil psa z toho důvodu, že kočku nesnáší. Zajímavé je, že ani neuvažoval o tom, že by mohl zvolit i jiný druh zvířete než kočku a psa. Mohlo to být ale také snahou odpovědět mi co nejrychleji, protože tento proband předtím dlouho vyprávěl o svém psovi Astě, ke které měl velice kladný vztah.

U probanda č.8 pak vyplynulo, že má sice rád všechna zvířata, ale nejlépe je, když jsou hodná a poslouchají. Proband č.5, který řekl, že nemá žádná zvířata mi bohužel neodpověděl, proč tomu tak je.

Poté jsem v rámci rozhovorů přistoupila k tomu, co se probandům na domácích zvířátkách líbí, výsledky jsou vidět v tabulce č.6. Kupodivu odpovídat na tuto otázku bylo pro probandy poměrně obtížné.

Nejvíce se rozprávěl proband č. 2, který zavzpomínal na zemědělské hospodářství, které s rodinou ve svém dětství měl a vyprávěl mi o tom, k čemu jsou jednotlivá zvířata užitečná.

Ve dvou případech se vyskytla odpověď, že na zvířatech se probandům líbí všechno a ve dvou případech se jako nejdůležitější ukázala poslušnost zvířete.

Tabulka č. 6:

<b>Proband</b>	<b>Co?</b>
1.	Těžko Vám můžu odpovědět.
2.	Z prasete je maso, z krávy je mlíko a s kočkou je mazlení. Můžete si vybrat...
3.	Všecko.Hlazení, starání se o ně...
4.	Jsem na ně zvyklá, je to fajn.
5.	Nic se mi nelíbí.
6.	Všechno, domácí zvířátka mi nevadí.
7.	Zvířata jsou zvířata, záleží na pánovi a paničce, jak s nima zachází...
8.	Když poslouchají, když jsou hodný...

Následovaly otázky mířené na to, co se probandům na domácích zvířatech nelíbí. Tento druh otázek jim šel již zodpovědět mnohem snáze v tom smyslu, že o ni dlouho nepřemýšleli a rovnou mi odpovídali. Vše je vidět v tabulce č.7.

Tabulka č. 7:

<b>Proband</b>	<b>Co?</b>
1.	Jejich živost. Nemám žádný poměr ke zvířatům.
2.	Jsou špinavý. Kočka je přítulná, ale mlsná, má taky řádný drápky...
3.	Nic.
4.	Kočky nemám ráda. Jsou to domácí mazlíčkové a já tam přijdu a oni sedí na stole jako bábovky a nic.
5.	Nic.
6.	Nic.
7.	Když občas smrdí...
8.	Když dělají lumpárny...

Ve třech případech, tedy u probanda č.3., 5, 6 jsem se setkala s tím, že rozhodně tvrdili, že na zvířátkách jim nevadí vůbec nic. Naopak nejvíce mě zarazil proband č.1, který označil za negativní to, že zvířata jsou živá. A to přesto, že předtím uvedl, že má nejraději psa a dokázal také říci proč. Na otázku co se mu na domácích zvířátkách líbí, už ale tento proband neodpověděl. Proband č.2, jehož nejoblíbenějším domácím zvířátkem je kočka, dokázal uvést i to, co v něm vzbuzuje negativní emoční prožitky tedy to, co mu na kočce vadí.

Proband č.3, který mi poměrně dlouho vyprávěl, co se mu na domácích zvířátkách líbí, mi žádný důvod, proč se mu zvířátka nelíbí, uvést nedokázal. Proband č.4 se viditelně zaměřil pouze na to, co mu vadí na konkrétním druhu zvířete – na kočce. Proband č.7 si postěžoval na případný zápach zvířete. Proband č.8 kladl nadále největší důraz na poslušnost zvířat.

Probandi se, co se jejich přítomného života týče, nejvíce rozpovídali o dokumentech a filmech, které o zvířatech sledují, což pro mne bylo trochu nečekané. Všichni probandi totiž dokumenty o zvířatech v televizi pravidelně sledují (viz tabulka č.8). A jak jsem se dozvěděla dále, někteří z nich v současné době chtějí sledovat zvířata v televizi, ale reálnému kontaktu s nimi by se již bránili. Ani polovina z probandů si sice nevzpomněla na jméno konkrétního dokumentu či filmu o zvířatech, ale všichni mi vyprávěli o znalostech o zvířatech, které díky dokumentům získali. Celkově mohu asi říci, že probandi dávají spíše přednost dokumentům o exotických zvířatech než dokumentům o zvířatech ze střední Evropy. V každém případě je toto jediná otázka mého rozhovoru na kterou všichni odpověděli bez rozdílu „ano“.

Tabulka č. 8:

Proband	Ne	Ano	Jaké?
1.		I	-
2.		I	-
3.		I	-
4.		I	Lvice Elsa a dokumenty také (dívá se na ně radši než na lidi)
5.		I	-
6.		I	-
7.		I	Dívám se na krokodýly, lvy, klokany...
8.		I	Na všechny, hlavně na ty s mořskými živočichy, člověk se poučí...

Moje domněnky, že někteří probandi dávají přednost dokumentům o zvířatech před přímým kontaktem s nimi, se potvrdila při mé přímé otázce, zda-li probandi vyhledávají přímý kontakt se zvířaty? Odpověď na tuto otázku je vidět v tabulce č.9.

Tabulka č.9:

Proband	Ne	Ano	Jaký? Proč?
1.	I		Nemám poměr ke zvířatům.
2.	I		
3.		I	
4.	I		Už chci svůj klid.
5.	I		
6.		I	Ale nedokážu si představit, že by docházela sem...
7.		I	Nemá ale ráda jejich nevděčnost a neposlušnost...
8.		I	Člověk z nich má radost...

U probanda č. 1 se dostavila celkem očekávaná odpověď, že přímý kontakt se zvířaty rozhodně nevyhledává. Tento proband mi dokonce několikrát opakoval, že rozhodně nemá žádný poměr ke zvířatům. Začal zdůrazňovat, že se mnou budu mít špatný rozhovor, protože on opravdu žádný poměr ke zvířatům nemá.

Další odpověď „ne“ se objevila u probanda č. 4, s tím, že teď už chce mít v domově pro seniory svůj klid, ale že na dokumenty o zvířatech se dívá moc rád. Odpověď „ne“ se ještě objevila u probanda č. 2 a 5 s tím, že mi nedokázali odpovědět, proč reálný kontakt se zvířetem nevyhledávají. Čtyři zbývající probandi, tedy přesně polovina, mi sdělila, že kontakt se zvířetem vyhledává. Proband č. 3 souhlasil, ale nedokázal uvést proč. Její odpověď mi ale přišla velice věrohodná, protože už se předtím o zvířatech poměrně rozpovídala a vzpomněla si např. i na jméno svého bývalého pejska. V každém případě v ní tato představa vyvolala emočně kladné prožitky. Proband č. 6 se na tuto otázku zaměřil z pohledu zvířat a již dopředu jich litoval a celou situaci si nedokázal představit. Proband č. 7 se stejně jako v jedné z minulých otázek zaměřil na poslušnost zvířete. Naopak proband č. 8, který kladl takový důraz na poslušnost před tím, projevil radost při představě, že má přímý kontakt se zvířetem a to i přesto, že on sám nikdy zvíře nevlastnil a dalo by se tedy třeba očekávat, že zvířata nevyhledává.

Následovaly otázky zaměřené na to, zda-li by chtěli, aby zvířata docházela za nimi do domova pro seniory, popř. tam s nimi žila. Vše je opět vidět v tabulce č. 10.

Tabulka č. 10:

<b>Proband</b>	<b>Ne</b>	<b>Ano</b>	
<b>1.</b>	I		Ani by to nebylo povolený kvůli nemocem a tak...
<b>2.</b>	I		Zvířata do nemocnice nepatří, nanejvýš psi a kočky.
<b>3.</b>		I	Mně by to nevadilo.
<b>4.</b>	I		Tady už chci mít svůj klid. Kdo je na to zvyklej od začátku tak jo, ale teď už ne...
<b>5.</b>	I		Nemám ráda zvířata.
<b>6.</b>	I		Nedokážu si to představit.
<b>7.</b>	I		Ne, kvůli nepořádku.
<b>8.</b>		I	Ano, ale jen docházela, jinak by tu asi nevydržely, je tu hodně lidí a oni by nevěděli, koho si mají vybrat...

Výsledek je jasný, jen dva probandi by chtěli, aby zvířata do domova pro seniory docházela, zbylých šest probandů proti tomu má své výhrady a zooterapii by neuvítali. V některých případech si probandi vůbec nedokázali celou situaci představit, že by bylo vůbec možné, aby zvířata do domova pro seniory docházela. Proband č. 4 znovu opakoval, že teď už chce opravdu svůj klid a o zvířata by nestál.



Proband č. 5 uvedl, že nemá zvířata rád, což odpovídá tomu, že se mu na zvířatech nic nelíbí apod. Proband č. 7, který už dříve kladl veliký důraz na poslušnost zvířat a řekl, že na zvířatech se mu nelíbí, že občas smrdí, uvedl, že by přítomnost zvířat také nechtěl s tím, že by byl v zařízení nepořádek.

Další okruhy otázek již byly zaměřené na to, v jakém rozpoložení se proband nachází, do jaké míry má kontakt se světem mimo domov pro seniory apod.

První typ otázek byl zaměřen na to, co se jim v daném domově pro seniory líbí a co se jim naopak nelíbí. Odpovědi na tuto otázku byly poměrně stejné, i když nevím nakolik byly upřímně, v každém případě velká většina probandů uváděla, že se jim v domově se jim líbí a jsou zde spokojení. Jen probandi č. 2 a 3 přiznali, že jim schází jejich pravý domov. Vše ilustruje tabulka č. 11.

Tabulka č. 11:

<b>Proband</b>	
<b>1.</b>	Mně se tady líbí všechno, jsou tady velmi ochotný jak sestřičky, tak ten pomocnej personál, všichni tak ochotní...Tady jsou tak hodný lidi, já jsem tu nepotkala jednoho, kterej by ke mně byl nějak odměřenej.
<b>2.</b>	Schází mi domov.
<b>3.</b>	Heleďte domov je domov a doma je tam doma. To je rozdíl...
<b>4.</b>	Líbí, chodím tady cvičit a pak, kam mě pozvou.
<b>5.</b>	Líbí se mi všechno...Jsem spokojená.
<b>6.</b>	Já jsem tu celkově spokojená.
<b>7.</b>	Na to Vám neodpovím.
<b>8.</b>	No, já jsem spokojená.

Další typy otázek směřovaly ke zjištění, jak moc jsou v domově pro seniory aktivní a jak moc se zúčastňují aktivit, které jsou jim nabízeny. Shrnující výsledek je vidět v tabulce č. 12.

Tabulka č.12:

<b>Proband</b>	
<b>1.</b>	Chodí za mnou dobrovolnice trénovat paměť, ale jinak jako nic nevyužívám.
<b>2.</b>	Tréninku paměti.
<b>3.</b>	Cvičím, chodím na aktivity do jídelny. Teď byl masopust...
<b>4.</b>	Chodím cvičit, pak občas kam mě pozvou...A ráda si čtu sama...
<b>5.</b>	Cvičím, kroužky máme, masopust byl krásnej...
<b>6.</b>	Akorát na cvičení a jinak chci svůj klid.
<b>7.</b>	Když se mi chce, tak chodím hodně, když se mi nechce, tak nechodím.
<b>8.</b>	Tak co se tady děje, tak na to...Cvičení hlavně, to člověk potřebuje.

Z tabulky je vidět, že nejoblíbenější aktivizační činností je cvičení, kdy probandi většinou odpovídali, že pohyb je nesmírně důležitý. Poměrně oblíbeným se stal i trénink paměti. Celkově můžeme říci, že každý proband se alespoň jedné aktivity zúčastňuje.

Poslední okruh pak směřoval k tomu, kdo je v domově pro seniory navštěvuje. Většinou jsou probandi navštěvováni svou rodinou, protože většina jejich přátel již zemřela (viz tabulka č.13)

Tabulka č.13:

<b>Proband</b>	<b>Ano</b>	<b>Ne</b>	
<b>1.</b>	I		Dobrovolnice za mnou chodí, potom...No, na návštěvy nemám náladu.
<b>2.</b>	I		Navštěvují mě tu děti i vnoučata.
<b>3.</b>	I		Rodina.
<b>4.</b>	I		Přátelé už všichni umřeli a rodina mě tu navštěvuje.
<b>5.</b>	I		Kamarádi žádný, děti jednou za čas, jsou daleko...
<b>6.</b>		I	Já jsem spíš samotářka.
<b>7.</b>	I		No, tak Evička sem chodí a navštěvují mě děti a kamarády a kamarádky nemám, to všechno umřelo, jenom já zůstávám na ocet.
<b>8.</b>	I		Dcera sem chodí.

## Diskuze

Diskuze umožnila srovnat poznatky ze získaného výzkumného šetření s poznatky získanými ze čtení a rozboru odborné literatury. Samozřejmě jsem musela vycházet i z toho, že mé výzkumné šetření má celou řadu nedostatků, které bylo třeba vzít v úvahu. Jedním z důvodů byl například rozsah výzkumného vzorku, který neumožňoval zobecnění na celou populaci seniorů žijících v domově pro seniory. Probandi daného průzkumného šetření byli klienty pouze jednoho výše jmenovaného domova pro seniory. Další důvodem mohlo být to, že rozhovory byly získány v domově, kde zooterapie využívána není a nebyla získána data ze zařízení, kde zooterapie využívána je a nemohlo tedy dojít ke srovnání těchto dvou alternativ.

V dostupné literatuře např. Nerandžič (2006) se setkáme hlavně s tím, že zooterapie je vhodná pro využívání v zařízeních sociální péče, v našem případě tedy v domovech pro seniory. Jen v několika publikacích jako např. v Galajdové (1999) jsem se ale setkala s tím, že by zooterapie byla kritizována či byly popisovány její negativní stránky. Na základě mého výzkumného šetření ale vyplynulo, že kritický pohled na zooterapii je v některých případech nutný.

Na základě mé praxe v domově pro seniory v Českých Budějovicích jsem se dozvěděla, že ne všichni senioři vyhledávají přítomnost zvířat a zdaleka ne u všech by bylo přijato s radostí, kdyby určitý druh zooterapie byl zařízením využíván a to ať už v případě, že by zvířata se seniory v domově přímo žila nebo v případě, že by zvířata za nimi do zařízení pouze docházela. Samozřejmě je třeba se na to také podívat tak, že senioři v daném domově si třeba ani nedokáží představit, že by kontakt se zvířaty v rámci zařízení mít mohli. Někteří senioři mi totiž popisovali jejich domov pro seniory jako nemocniční zařízení, kam zvířata nepatří. Jedním z důvodů dosažených výsledků může být i to, že jedinci, kteří během svého života žádné domácí zvířátko neměli, o něj prostě a jednoduše nestojí ani v domově pro seniory.

Můžeme se také zamyslet nad tím jak to, že jako oblíbené zvíře byl označen jen pes či kočka a další živočišné druhy zastoupeny nebyly. Může to být dáno věkem probandů? Osobně si myslím, že zčásti ano. Věk probandů byl totiž v průměru 80 let a jak mi sami vyprávěli, v době jejich dětství ještě např. hlodavci, obojživelníci a další druhy domácích zvířátek, se kterými se v rodinách setkáme dnes, nebyla. A pokud už v rodině bylo např. morče, žilo s králíky, takže rozhodně nebylo ochočené tak, jak jsme zvyklí v dnešní době. V literatuře se setkáme s tím, že zvířata vhodná pro využití v domovech pro seniory jsou psi, kočky, papoušci či hlodavci. Dle mých zkušeností může ale právě s hlodavci nastat problém kvůli

tomu, že z nich senioři mají obavu a vzbuzují v nich, samozřejmě jen v některých případech, i odpor a nechuť, natož aby dokázali si dané morče alespoň pohladit. Dle literatury i dle mého výzkumného šetření vyplynulo, že nejvhodnějším zvířetem pro zooterapii v domově pro seniory je tedy neustále pes. V literatuře zabývající se zooterapií je také nejvíce kapitol věnováno canisterapii, což dokazují např. publikace od Narandžiče (2006) nebo Galajdové (1999). Snažila jsem se zjistit, jak je to s využíváním zvířat pro zooterapii právě v Českých Budějovicích a zjistila jsem, že nejčastěji je využíván právě pes a to prostřednictvím docházení dobrovolníků se psy do zařízení. Ukázalo se, že zooterapie se i v rámci Českých Budějovic velmi rozvíjí. Důkazem může být to, že ve většině zařízení pro seniory v Českých Budějovicích se již se zooterapií, konkrétně tedy s canisterapií setkáváme. Další druhy zooterapie zde bohužel zatím využívány nejsou, což ale na jednu stranu chápu právě i vzhledem k tomu, že jsem během svého výzkumného šetření zjistila, že např. hlodavci ještě plně seniory přijímány nejsou.

Co se týče emocionálního působení zvířat na seniory tak v mimo jiné Vágnerová (2004) uvádí, že zvířata mají v seniorech vzbuzovat kladné emoce, mají zlepšovat jejich náladu, působit proti úzkosti a stresu... Když jsem během mého výzkumného šetření seniorům pokládala otázku, co že se jim na zvířátkách líbí (viz kapitola Presentace výsledků) nezmiňovali většinou přímo to, že v nich zvířata vzbuzují radost atd., ale zmiňovali spíše činnosti se zvířaty, které mají v oblibě a jenž v nich tedy v důsledku kladné emoce vyvolávají. Otázka, co se jim na zvířátkách nelíbí, byla obvykle spojována s činnostmi, které v nich vyvolávají určitý negativní pocit – častou byla odpověď, že se nelíbí, když zvířata zapáchají či jsou neposlušné.

Určitě největším překvapením mého výzkumného šetření bylo, že co se četnosti týče, probandí vyhledávají více dokumenty a filmy o zvířatech než přímý kontakt se zvířaty. Všichni probandí mi opravdu souhlasně odpovídali, že mají rádi dokumenty o zvířatech a že je s velikou oblibou a pravidelně sledují. Zajímavé je, že tato problematika ještě v literatuře, kterou jsem měla k dispozici, zmiňovaná není. Možná by stálo za to se problematikou dokumentů o zvířatech více zabývat, podle mého výzkumného šetření totiž vyplynulo, že i právě ony kladné emoce u seniorů vzbuzují.

Nakonec bych zde chtěla ještě jednou zdůraznit, že z mého výzkumného šetření vyplynulo, že zdaleka ne všichni senioři stojí o přímý kontakt se zvířetem. V mém případě šest probandů z osmi odpověděla, že by kontakt nevyhledávala a někteří z nich se přímo „zděsilo“, když jsem jim tuto otázku položila. Myslím, že vzhledem k tomuto je velice užitečné, když domov pro seniory nabízí více aktivizačních činností a klient si tak může

vybrat tu, která je mu nejbližší. Chtěla bych tedy říci, že se bohužel v současné době ještě s dostatečným množstvím literatury v ČR týkající se zooterapie neseťkáváme a část z literatury, kterou k dispozici máme je bohužel příliš jednostranná či nedostatečně odborná. Můžeme tedy doufat, že se se zooterapií budeme v budoucnosti v zařízeních setkávat čím dál častěji, a že se stejně tak bude v rámci naší republiky vznikat i více výzkumů a odborné literatury.

## Závěr

Bakalářská práce „Zvíře a emocionální ladění seniorů“ je tvořena ze dvou základních oddílů – teoretické a empirické části. První část teoretického oddílu se týkala hlavně problematiky stáří a emocionálních poruch, se kterými se můžeme ve stáří setkat. Následovala kapitola týkající se psychoterapie. Opět jsem se pokusila problematiku psychoterapie aplikovat na etapu stáří. Pokračovala jsem kapitolami, které se týkaly zooterapie – její historie a formami. V další etapě bakalářské práce jsem se již snažila obě tato témata propojit, což dokazuje jednak kapitola „Psychologické a fyziologické působení zvířat na člověka“ a „Význam zvířat pro starého člověka“. Zaobírala jsem se i problematikou zvířete v rámci psychoterapie. Použití přítomnosti zvířete v psychoterapii má už poměrně dlouhou tradici. Teoretický oddíl byl poté završen přímo problematikou využití zooterapie u seniorů, přičemž větší důraz byl i vzhledem k výzkumnému šetření dán na seniory žijící v zařízeních sociální péče, tedy v domovech pro seniory.

V empirickém oddílu bakalářské práce byl pak popsán průběh výzkumného šetření, které probíhalo v CSS Staroměstská v Českých Budějovicích. Získány zde byly polostrukturované rozhovory, které byly následně dekodovány. Použity byly metody a postupy kvalitativní metodologie výzkumu. V empirické části jsou dále popsány výzkumné otázky, které stály u zrodu této bakalářské práce, jsou zde vysvětleny i důvody, které mě ke zvolení těchto výzkumných otázek vedly. V rámci prezentace výsledků jsou pak představeny výsledky výzkumného šetření, ke kterým jsem dospěla.

Diskuze umožnila srovnat poznatky ze získaného průzkumného šetření s poznatky získanými z odborné literatury. Touto prací jsem ověřila, že zdaleka ne všichni klienti žijící v současné době v domovech pro seniory, stojí o možnost využití přítomnosti zvířete v zařízení sociální péče. Domnívám se, že zooterapie je rozhodně výbornou terapeutickou metodou, na prvním místě by ale mělo být vždy přání klienta. Klient by měl být ve svých přáních plně respektován a když tedy nechce být v kontaktu se zvířetem přesto, že zooterapie je v daném zařízení používána a využívána, mělo by mu být umožněno, aby se pokud možno se zvířetem setkat nemusel. Jsou ale naopak senioři, kterým přítomnost zvířat v domovech pro seniory chybí, a tam by tedy možnost mít v zařízení nějaké zvíře měla být využita. Znovu se tedy potvrzuje, že bychom na prvním místě, pokud je to samozřejmě možné, měli zohlednit klienta.

## Seznam použité literatury

- Atkinson, R. a kol. *Psychologie*. Praha : Portál, 2003.
- Baštecký, J. a kol. *Gerontopsychiatrie*. Praha : Grada, 1994.
- Coulter, M., Pichot, T. *Animal – Assisted Brief Therapy : A Solution Focused Approach*. New York : The Haworth Press, 2007.
- Dušek, J.; Minibergová, L. *Vybrané kapitoly z psychologie a medicíny pro zdravotníky pracující se seniory*. Brno : Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2006.
- Galajdová, L. *Pes lékařem lidské duše aneb Canisterapie*. Praha : Grada, 1999.
- Gruberová, B. *Gerontologie*. České Budějovice : Jihočeská univerzita, 1998.
- Hendl, J. *Kvalitativní výzkum : Základy metody a aplikace*. Praha : Portál, 2005.
- Chandler, C. *Animal Assisted Therapy in Counseling*. New York : Routledge, 2005.
- Kalvach, Z. a kol. *Geriatric a gerontologie*. Praha : Grada, 2004.
- King, L. *Animal – Assisted Therapy*. Bloomington : AuthorHouse, 2007.
- Langmaier, J.; Krejčířová, D. *Vývojová psychologie*. Praha : Grada, 2006.
- Lindquist, R.; Snyder, M. *Complementary/alternative Therapies in Nursing*. New York : Springer Publishing Company, 2006.
- Mojžíšová, A. a kol. *Pravda o zooterapii. Sborník příspěvků z celostátní konferencí pořádaných v letech 2004 – 2007 v Hluboké nad Vltavou*. České Budějovice : Jihočeská univerzita, 2008.
- Nerandžič, Z. *Animoterapie aneb Jak nás zvířata umí léčit*. Praha : Albatros, 2006.
- Smolík, P. *Duševní a behaviorální poruchy*. Praha : MAXDORF, 1996.
- Stuart – Hamilton, I. *Psychologie stárnutí*. Praha : Portál, 1999.
- Svobodová, I. *Zoorehabilitace a aktivity se zvířaty pro rozvoj osobnosti*. Praha : Česká zemědělská univerzita, 2009.
- Vágnerová, M. *Psychologie pro pomáhající profese*. Praha : Portál, 2004.
- Velemínský, M. a kol. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice : DONA, 2007.
- Venglářová, M. *Problematické situace v péči o seniory*. Praha : Grada, 2007.

Vymětal, J a kol. *Obecná psychoterapie*. Praha : Grada, 2004.

Vymětal, J a kol. *Speciální psychoterapie*. Praha : Grada, 2007.



# Přílohy

## Příloha č. 1: Vybrané rozhovory s probandy výzkumného šetření.

Rozhovor č. 1 byl poskytnut 19.2.2010 klientkou z oddělení s celodenní péčí. (82 let)

- **Měla jste někdy domácí zvířátko?**  
Doma jsme měli prase.
- **Prase...a to jste pak snědli...(smích)**  
To bylo ještě za války a to se koukalo na to, aby jsme měli doma maso a sádlo a tak...
- **A pejska jste třeba měli? Kočky?**  
Kočky i pejska jsme měli...
- **A králíky a slepice?**  
Slepice jsme měli, králíky jsme měli...
- **Takže jste měli velkou zahradu, v domě jste bydleli se zahradou...**  
Neměli jsme tak velkou zahradu, akorát zahradu na zeleninu.
- **Hm.**  
Slepice to běhalo volně venku, protože ty se zavírají jenom na noc.
- **A pak když jste byla starší, tak jste měli doma nějaký domácí zvířátko?**  
Já jsem byla doma jenom do...já nevím...musím počítat...jenom jenom jenom do sedmnácti.
- **A pak jste byla někde na škole nebo jste šla už pracovat?**  
Ne, pak jsem byla u známých.
- **Hm.**  
Protože matka si přivedla přítele a já jsem si s ním, víte, nerozuměla.
- **Omlouvám se, to jsem Vás nechtěla takhle...Tak se zeptám jaké zvířátko máte nejradší?Jaké je nejoblíbenější?**  
Kočka je nejmilejší.
- **Kočka. A co se Vám na domácích zvířátkách líbí? Co Vám na nich přijde dobrý?**  
Víte, to máte tak s domácím zvířátkem. Z prasete je maso, z krávy je mlíko a s kočkou je mazlení. No, tak si můžete vybrat.
- **To je krásná odpověď...(smích) A co Vám na nich naopak nelíbí? Co Vám na nich vadí?**  
Je to špinavý. A kočka...kočka je taková mrcha, to je kočičí mrcha. Je přítulná, to jo, ale je taky mlsná. Ta je mlsná. Vždyť ono se to zbytečně neříká je mlsná jako kočka. A škrábe. Ta má dráčky řádný dráčky. Ta když se zatne, to stojí za to.
- **A díváte nebo dívala jste se na nějaké filmy či dokumenty o zvířatech?**  
Jo,to dívala. Ale nevzpomínám si na žádnéj konkrétní. To jo, ale nepamatuju se už.
- **A co si myslíte o lidech, který zvířata týrají?**  
To je nenávidím.
- **Proč si myslíte, že to dělají?**  
Já to počítám tak, jako co kdyby to zvíře trápilo jeho. Ne?
- **A dokážete si představit svět bez zvířat?**  
Ne, to ne...chyběli by...
- **A byla byste ráda i kdyby sem docházela nějaká domácí zvířátka?**  
No, tak to do nemocnice nepatří...
- **Tím myslíte, že ani sem?**  
Do nemocnice ne a tohleto je takovej, já nevím, je to ústav čeho...
- **V názvu má Domov pro seniory...**  
Ale, myslím si, že tak nanejvýš kočky a psi.

- **A máte třeba ráda morčata a myši a nějaký další hlodavce?**  
Myši jo, to určitě. (*ironicky*)
- **Tak někdo je teď chová a má je doma jako mazlíčky...**  
Určite, ale jaký myši?
- **Takový ty bílý, s dlouhýma ocáskama...**  
Jo ty, ty domácí myši, ne to ne...myši nemám ráda.
- **A hady třeba?**  
No, tak to už vůbec ne.
- **A pavouky...**  
To nemusím. Je to příroda, tak to bych jim jako nebránila. Ale že bych je měla doma a s nima se mazlila, to ne, s nima kamarádka nejsem.
- **A jaký aktivity tady využíváte? Jste říkala, že si trénujete paměť a co ještě?**  
Čtu si sama. Takový ale lehčí ne tvrdáky.
- **Romantický spíš...**  
Spíš zvířata nebo příroda, ty tvrdáky ne, jestli víte, co tím myslím...
- **Co se Vám tady v Domově líbí a co Vám tu schází?**  
Tak schází mi domov, ne...
- **A navštěvuje Vás tu rodina nebo přátelé?**  
Navštěvují mě tu děti i vnoučata. Mám čtyři děti i čtyři vnoučata.

Rozhovor č. 2 byl poskytnut klientkou z oddělení s celodenní péčí. (81 let)

- **Máte nebo měla jste někdy domácí zvířátko?**  
My jsme mívali garáž, takhle u baráku, tak jsme tam mívali vlačáka. No, tak tam byla veliká plocha, tak jsme ho vždycky nechali proběhnout a ... No, a pak jsme ho museli dát pryč, protože jsme se přestěhovali.
- **Jste potom neměli zahradu?**  
Jo a pak doma jsem měla papouška, ten mi seděl furt tady na rameni, furt mi povídal do ucha. No, ten...(*odmlčení*)
- **A jak se jmenoval papoušek?**  
Jo, tak to nevím ani. Lórinka, Lórinka. A to se nám stalo, že nám na Lipně uletěl, já ho krmila a von mi dole prolez tou a teďkon tam pořád lítal a my jsme byli na takovém kuse, kde je furt všude kolem voda a jenom my jako...takovej poloostrov. Tak von furt hledal, kam by si sednul a do vody se mu nechtělo, tak sem si vzala klec takhle na klín a otevřela dvířka a říkám: „Pojď, ještě si nepapal.“ To byl fofr.
- **Takže se papoušek vrátil.**  
Jo.
- **A jaké domácí zvířátko máte nejradši?**  
No, já mám ráda všechny.
- **A co se Vám teda na domácích zvířátkách líbí?**  
No, když poslouchají, když jsou hodný. Nedovedu pochopit ty lidi co je vraždí a co je nechají vyhubnout a...(odmlčela se)
- **A co se Vám na nich naopak nelíbí, co Vám na nich vadí?**  
Každej je svým pánem, tak nedělat žádný lumpárny třeba.
- **Díváte se na filmy o zvířatech nebo třeba na dokumenty o nich?**  
Jo, to se vždycky dívám.
- **A na jaké třeba?**  
Na všechny co vysílají, protože...a na ty mořský, protože k nim člověk nepříjde, no, tak se poučí.

- **A byla jste někdy v zoologické zahradě?**  
Jo, tady na Hlubokej a v Praze jsme taky byli.
- **Máte ráda, vyhledáváte kontakt se zvířaty?**  
Jo, z těch má člověk radost.
- **Dokážete si představit svět bez zvířat?**  
Svět ne, to opravdu ne, z těch má člověk radost a pohled a už to stačí...
- **A byla byste ráda kdyby i tady v Domově s Vámi zvířátka žila nebo sem docházela?**  
No, docházeli jo, ale takhle by tu nevydrželi asi...
- **Myslíte, že by se jim tu nelíbilo?**  
To ne, protože je tu hodně lidí a oni by nevěděli, koho si mají vybrat.
- **A na jaké kroužky tady docházíte, na jaké aktivity?**  
No, co se tady děje, tak na to...Cvičení hlavně, to člověk potřebuje.
- **Co se Vám tady v Domově líbí a co Vám schází?**  
No, já jsem spokojená.
- **Navštěvují Vás tady kamarádi nebo rodina?**  
No, dcera sem chodí...

**Příloha č. 2: Ukázky zooterapie prováděné v domovech pro seniory v Českých Budějovicích.**



