



PŘEHLED ZASEDÁNÍ

Mezinárodní odborné zasedání Zahradní terapie 2013
Adresa: DIE GARTEN TULLN, Am Wasserpark 1, 3430 Tulln
(Zahrady v Tullnu)



EUROPEAN UNION
European Regional
Development Fund



EUROPEAN TERRITORIAL CO-OPERATION
AUSTRIA-CZECH REPUBLIC 2007-2013
Gemeinsam mehr erreichen. Společně dosáhneme více.



Kontakty



Média: Umweltschutzverein Bürger und Umwelt (Ekologický spolek Občan a životní prostředí),
odvětví „Natur im Garten“ (příroda v zahradě), A-3100 St. Pölten
www.naturimgarten.at

Fotky: k dispozici na „Natur im Garten“,
Juno Hollyhock, Barbara Kreski, Susan Tabor

Grafika: www.scharkdesign.at

© únor 2014 v průběhu projektu „Gartentherapie“ (zahradní terapie)



Rejstřík (obsah)

Dolnorakouská cesta k podpoře terapeutických zahrad	04
Vážení účastníci odborného zasedání zahradní terapie	06
Learning through Landscapes	08
Program Zahradní terapie v České republice	13
AZD Ausbildungs Zentrum Dorothea Vzdělávací centrum Dorothea pro mládež se specifickými potřebami ve věku 16 – 24 let	15
Zahradní terapie: výzkum a praxe ve Švýcarsku	17
Zahradní terapie a výzkum institutu Rusk Institute New York University-Langone Medical Center	19
Shrnutí zahajovací řeči: Zahradní terapie v botanické zahradě v Chicagu: Vývoj, trénink a programy	23
„Thrive“ zahradní projekt v Trunkwellu květen 2013	27
Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody – šance a výzvy	31



Dolnorakouská cesta k podpoře terapeutických zahrad

V roce 2003 začala spolková země Dolní Rakousko pomocí akce „Natur im Garten“ (Příroda v zahradě) začleňovat terapeutické využití zahrad na klinikách a pečovatelských zařízeních. Záběr je široký, od integrace „terapeutických zahrad“ ve veřejných konzakázkách, přes výzkumné práce k danému tématu resp. příručky pro venkovní prostory pečovatelských ústavů, studie k zahradám klinik až po začlenění významu poradenství v rámci akce zahradního telefonu. ETZ projekt zahradní terapie je dosavadním vrcholem. Trvale udržitelné rozšiřování získaných vědomostí je zajištěno pomocí Akademie Natur im Garten mimo jiné podle založených vzorových zahrad v areálu GARTEN TULLN.

Propojení

Od roku 2009 „návštěvní den se zahradní terapií“ Hochschule Agrar/Umweltpädagogik (vysoká škola pro zemědělskou a ekologickou pedagogiku).

Pravidelná účast každé dva měsíce. Zastoupena je celá rakouská scéna (terapeuti, lékaři, ošetřovatelé, absolventi kurzů, RZS, zástupci ministerstev, svaz vídeňských léčebných ústavů, ...) velmi často také mezinárodní experti;

Zakotvení

Spolupráce v pracovní skupině expertů přinesla „Standard zahradní terapie v Rakousku“. V dokumentu o zásadách byly shrnuty požadavky na zahradní terapii a zahradní terapeuti. Momentálně se vyvíjí definice povolání zahradního terapeuta v souladu s IGGT – Internationale Gesellschaft GartenTherapie (mezinárodní společnost zahradní terapie).

<http://www.greencare.at/index.php/greencare-international/iggt>

Odborné poradenství se provádí od roku

2003 ve formě třífázového poradenství na téma terapeutických zahrad (asi 75 různých zařízení). Podíl na režijních nákladech hrazený institucí v Dolním Rakousku je € 210,-- Přihlášení pomocí zahradního telefonu Dolního Rakouska +43 2742 74333, garten-telefon@naturimgarten.at.

V poradně jsou k dispozici 4 konzultanti s příslušnou odborností:

Stefan Streicher – akademický expert na zahradní terapii

DI Brigitta Hemmelmeier-Händel +

DI Karin Schauer obě z Technische Büro für Landschaftsplanung, GT-Fortbildungen, <http://www.lebensorte.at>

Robert Lhotka – vedoucí akademie Natur im Garten

Naposledy projekt zemská klinika Mostviertel Waidhofen /Ybbs.

www.naturimgarten.at

Podpora

Pro zemské pečovatelské ústavy jsou z rozpočtu úřadu zemské vlády Dolního Rakouska ze zákona při novostavbách a rekonstrukcích rezervovány prostředky pro terapeutické zahrady. I zemské kliniky mají podobný postup.

Další sociálně angažovaná zařízení a spolky mají možnost si zažádat o podporu: Natur im Garten

http://www.noel.gv.at/Umwelt/Umweltschutz/Natur-im-Garten/Natur_im_Garten.html

Věda

2008 studie Freiräume für Pflegeheime (venkovní prostory pro pečovatelské ústavy) 2010 brožura „Freiräume für Pflegeheime“ (prostory pro pečovatelské ústavy) autoři lebensorte + DI Fauler vydalo Natur im Garten, bylo objednáno pro Rakousko, Švýcarsko, Německo, USA..

2010/11 studie „Zdraví prospěšné prožívání a konání ve venkovních prostorách a zelených plochách lékařských zařízení v



Dolnorakouská cesta k podpoře terapeutických zahrad

Dolním Rakousku - vypracování seznamu pro analýzu, posouzení a optimalizaci; " financování NÖGUS, autoři lékařská univerzita + lebensorte, poradní kooperační partner Natur im Garten

Terapeutická zahrada; zahrad GARTEN TULLN

Byla založena v roce 2006 společností Österreichische Gartenbau Gesellschaft (prezident P. Fischer-Colbrie). V roce 2013 byla terapeutická zahrada obnovena a rekonstruována v rámci projektu ETZ po dohodě s rakouskou zahradnickou společností Österreichische Gartenbaugesellschaft. I druhá terapeutická zahrada vznikla v rámci projektu zahradní terapie ETZ v areálu zahrad GARTEN TULLN.

ETZ terapeutická zahrada 2012-2014

Doplnění, reorganizace a obnovení původní ukázkové „terapeutické zahrady“ a jedné z dalších zahradních ploch. Nové uspořádání doplnění a zahradně terapeutického zařízení se provede v rámci externě doprovázeného workshopu expertů. Hlavní partner z České republiky

Workshop na požádání

„Naše terapeutická zahrada“ z pečovatelských je určena pro malé skupiny zařízení, které mají o workshop zájem. Provádí se v areálu zahrad GARTEN TULLN a v příslušném dolnorakouském zařízení.

Workshop

„Příroda v zahradě kliniky“ je nabídka v katalogu vzdělávacích akcí dolnorakouského holdingu zemských klinik. Seminář Příroda v zahradě kliniky se konal na klinice LK Tulln.

Můžeme doporučit následující sociální zařízení v Dolní Rakousku se zaměřením na zahradní terapii

Reha Klinik Bad Pirawarth
www.klinik-pirawarth.at

Rehabilitationszentrum Weißer Hof
www.auva.at/rzweisserhof

Pflegeheim Senecura Grafenwörth
www.senecura.at

Therapiezentrum Ybbs
www.wienkav.at/tzy

Interkultureller Garten ÖJAB Greifenstein
<http://greifenstein.oejab.at>

Emmaus City Farm St. Pölten
www.emmaus.at

Psychosoziales Zentrum Schiltern
www.schloss-schiltern.at

Landespflegeheim Wilhelmsburg
www.lph-wilhelmsburg.at



Vážení účastníci odborného zasedání zahradní terapie

Pravděpodobně i vy máte zkušenost, že některá místa ve vašich obytných prostorách, ve vaší soukromé nebo také terapeutické zahradě jsou příjemná a zvou k delšímu prodloužení, jiná naproti tomu okamžitě nebo po nějaké době vyvolávají nepříjemný pocit a proto je člověk opouští. Obecně známé je toto chování u zvířat, která se instinktivně orientují podle kvality příslušného místa-jako například kočky s oblibou vyhledávají negativní zóny, psi se naopak rádi dobrovolně zdržují na místech s neutrální energií. Také rostliny reagují jako živočichové a to nejen na zahradnické kvality svého místa.

Tyto fenomény lze často vysvětlit pomocí působení jemněhmotných energií ze země – takzvaného „zemního záření“. Příčina zemního záření může být v podzemních tocích, deformacích, štěrbinách a takzvaných geologických anomáliích, jako jsou rudné a křišťálové žíly, změna horniny nebo globální mřížkové sítě. Dráždivé nebo rušivé zóny, které jsou jimi způsobovány, ovlivňují veškerý život na naší planetě.

Vliv na člověka

Člověk v zásadě „utíká před zářením“. Neutrální místa a místa bez rušivých vlivů působí na něj kompenzačně, relaxačně a jsou proto ideálními místy pro delší dobu pobytu jako například místa na spaní a odpočinek. Ale i na místech s velmi silnou intenzitou záření se může omezený pobyt projevit pozitivně, když na místech přivádějících energii („pravotočivých“) dochází k povzbuzujícím účinkům na tělo a duši levotočivých se na místech ubírajících energii („ubírajících“) tělo a duše zklidňuje. Stejně jako u všech ostatních vlivů okolí závisí reakce lidského těla i u zemského záření na jeho druhu, intenzitě a době působení a samozřejmě na vlastní fyzické a psychické senzibilitě. Nelze proto obecně vycházet ze škodlivosti zemského záření na člověka, ale mělo by se raději mluvit o dráždivých zónách. A pouze v takových

obytných a zahradních prostorách, tam hovoříme o rušivých resp. geopatogenních zónách. kde jsou lidé z důvodů dlouhé doby pobytu a vysoké intenzity záření v nebezpečí, kdy může dojít k poškození jejich zdraví.

Právě lidé, kteří se z důvodu již stávajících deficitů nacházejí v zahradě – terapeutickém ošetřování, ukazují podle zkušeností zvláštní vnímavost na různé kvality míst určených pro práci a pobyt. Proto by se tato místa měla vědomě vybírat a cíleně začlenit do terapeutické práce.

Vliv na rostliny

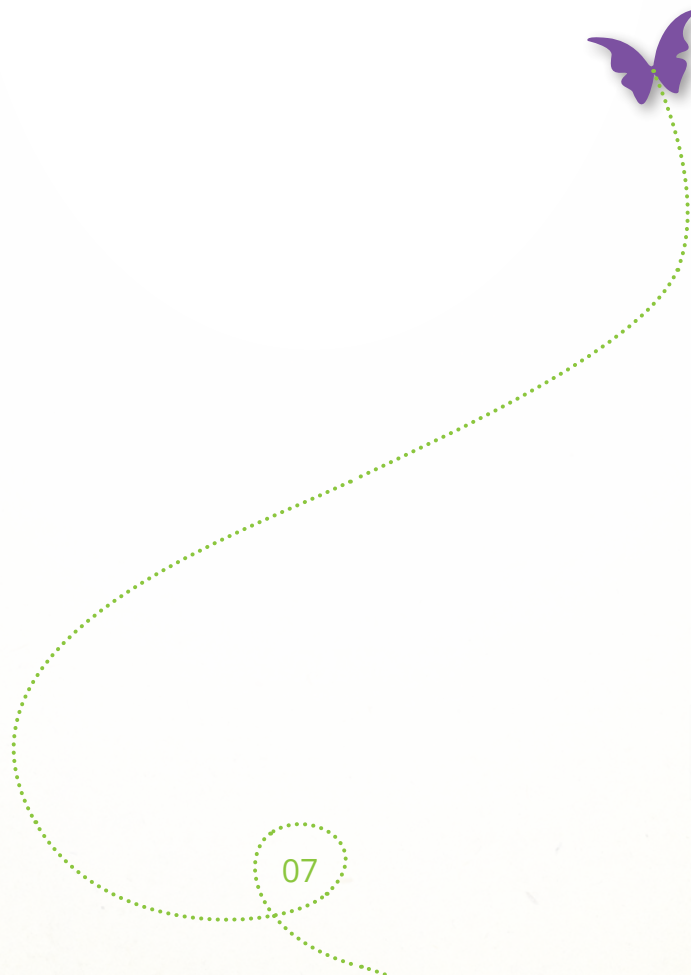
Stejně jako lidé a zvířata reagují i rostliny na vlivy záření v místě jejich růstu.. V závislosti na tom, jestli patří k „rostlinám utíkajícím před zářením“ (intolerantním k záření) nebo „rostlinám vyhledávajícím záření“ (tolerantním k záření), je pro ně kvalita příslušného místa jako pro nepohyblivé živé organismy obzvlášť důležitá. Na neutrálních místech mají většinou normální a pravidelný růst. Na místech silně přivádějících energii s účinky podporujícími růst, se najdou většinou monumentální stromy, na místech odčerpávajících energii může naopak dojít především u „rostlin utíkajících před zářením“ k poruchám růstu, květu a výnosu, zvýšené náchylnosti k chorobám a napadení škůdci a v extrémním případě k silným anomáliím růstu (např. rozsochatost, točivost nebo křivý růst apod.) nebo k odumírání. Také záhonové a hrnkové rostliny používané v zahradní terapii reagují na různé kvality místa, v závislosti na tom, zda patří k „rostlinám vyhledávajícím záření“ nebo „rostlinám utíkajících před zářením“. Protože má úspěch nebo neúspěch růstu rostlin na průběh terapie podstatný význam, měl by se i výběr rostlin řídit podle dané kvality místa. Je přiložen seznam „rostlin vyhledávajících záření“ a „rostlin utíkajících před zářením“ sestavený na základě

Vážení účastníci odborného zasedání zahradní terapie

početných a dlouholetých zkušeností. Informace nad rámec tohoto workshopu o seriózních výzkumech kvalit místa ve vaší soukromé a pracovní sféře najdete na www.radiaesthesieverband.at.



**DI Dr. Peter
Fischer-Colbrie**



Learning through Landscapes

Budova školy může obsahovat všechno možné: Od úplně tradičních asfaltových dvorů pro hry a tělesný pohyb až po zvlášť vybavené prostory pro hry, učení venku, pěstování potravin, prostory pro fitness „Green Gym“, pozorování divokých zvířat a mnoho dalšího.

Některé školy mají ovocné sady, některé dokonce statky s dobytkem, obdělávané plochy a prostory pro zpracování potravin. Na druhé straně se používají běžné, pevně namontované herní prvky, sportovní travnaté plochy, víceúčelová sportoviště a lavičky k posezení.

Areál školy může rozhodující měrou přispívat ke zdraví a psychické pohodě našich dětí. Když poskytneme dětem podnětná a zajímavá místa venku, sami zažijeme, jaké to je, být venku.



To je příklad jedné zážitkové zahrady, která byla založena pro mladší děti. Poznáte přítomnost ovoce; (které mohou děti trhat a jíst), vonící keře levandule, které ční do cesty a kterých se mohou děti letmo dotýkat a vyvolat tak jejich vůni; a v neposlední řadě svítivé barvy květin, které představují vizuální stimulaci.

Navíc ke zdokumentovaným pozitivním účinkům tělesného pohybu na zdraví podporuje přirozené prostředí prokazatelně chování, motivaci, výkon, sociální schopnosti a životní postoj.

Děti, které jsou motivovány k tomu, aby se v jejich škole podílely na pěstování potravin, projevují větší zájem o svět kolem sebe a mají lepší porozumění pro trvalou udržitelnost. Jedí většinou zdravěji a snaží se nevytvářet zbytečný odpad. Učební látka se lépe zakotvuje přímou realizací vědeckých a ekologických témat učební osnovy.

„Learning through Landscapes“ podporuje nejrůznější programy pro školy v celé Velké Británii. Aktuálním příkladem je projekt, který objasňuje pozitivní účinky, výuky a hraní si dětí v přírodním prostředí. V rámci projektu se nejen vytvářejí dětská hřiště z živých materiálů jako je vrba a bambus; ukazuje se také, jak pozitivní pro děti je, když si vlastní okolí pro hru samy vytvářejí z připravených materiálů jako jsou větve, lana, plachty a cihly.



Learning through Landscapes

Principem programů „Learning through Landscapes“ je to, že každý učební předmět, nejen tělocvik a přírodovědné předměty, lze vyučovat venku. Prostor pro kreativní učení je venku mnohem větší. Inspiraci dětí neomezují čtyři stěny a omezené prostředí tříd. Vyučování matematiky a přírodních věd umožňuje napínavé projekty s mnoha výzvami, které by nebylo možné provést uvnitř ve třídě.

Základy zahradničení a zemědělství lze venku lépe zprostředkovat. Exkurze mohou být ale drahé a nesnadno proveditelné - vyučování ve venkovním areálu školy je možné přímo a nevyžaduje žádný další doprovodný personál.

„Learning through Landscapes“ pomáhá školám pochopit, jak důležité je zapojit každého ve škole do plánovaných změn. Jak důležitá je další péče o objekty a spolupráce kolektivu. Podpora angažovanosti žáků v nich vytváří pravý pocit zodpovědnosti za „svůj“ projekt.

Je velmi důležité zapojit učitele do spoluutváření areálu. Když se jim areál nelíbí, nebudou ho využívat pro své vyučování.

Takový objekt by se nikdy neměl vnímat jako „hotový“. Měl by vždy poskytovat prostor pro růst a rozvoj. To platí také pro nové technologie, nové učební plány, novinky v oblasti trvalé udržitelnosti a nové generace dětí, které přicházejí do školy, aby se učily.

Při správné formě a organizaci mohou být všechny školní dvory rozmanité a krásné prostory, které přímo i nepřímo zprostředkovávají pozitivní zprávy. Místa, kde se děti rády učí a kde si neomezeně užívají svoji kreativitu.

Podívejme se na historii a funkci „Learning through Landscapes“ trochu podrobněji

Až do doby před 23 lety nebylo jasné, jak dobře se školní areály využívají.

Bylo to v době, kdy krajinářský architekt v Hampshire si začal podrobněji prohlížet školní areály. Jeho cílem bylo zjistit, jaké účinky mají areály na školáky a jejich zkušenosti s učením.

Zjistil, že školní dvůr je ve velké většině případů vyasfaltovaná plocha, na které se, kromě hry s míčem, nedá nic dělat. Zajímavé zjištění, když člověk uváží, že už v roce 1906 byly některé školy při utváření svých areálů velmi kreativní a snažily se, aby výuka dětí probíhala venku a děti mohly být v patřičném prostředí. V knize Mabel Brownové „Child Life in our Schools“ (Dětství v našich školách) je uváděno několik takových příkladů. Ale až do pozdních šedesátých let 20. století bylo mnoho školních areálů opět úplně monotónních a byly využívány pouze pro výuku tělocviků. Proč přestaly být školy kreativní při zacházení s venkovními prostranstvími, není známo.

V zimě chladno a v létě nesnesitelně horko, proto jsou tyto areály pro menší děti strašná místa. Větší děti využívají prostory pouze pro pobíhání okolo.



Learning through Landscapes

Pro děti s postižením, jako je omezená mobilita, sluchové či zrakové problémy, jsou tyto areály ještě hrozivější.

Podoba školního venkovního prostranství pokračuje také uvnitř budovy. Protože jedna z nejčastějších příčin přehřátých vnitřních prostor jsou velké asfaltové plochy, a krátce posekané trávníky a střešní krytina, jak lze dobře poznat na našem obrázku. To vede ke zvýšenému vyzařování tepla a to nejen na bezprostředně sousedící budovu, ale také do širokého okolí.

Jako důsledek mají školy v letních měsících často dodatečné výdaje za klimatizaci vnitřních prostor.

Je fascinující, když se člověk podívá na širokou paletu produktů, kterou nabízejí firmy prodávající drahé školní a učební pomůcky, aby se uměle vylepšila atmosféra ve vnitřních prostorách. K tomu patří:

- „přirozené“ osvětlení,
- klimatizace,
- pokojová vůně,
- přírodní tóny barevných nátěrů, které vytvářejí pozitivní okolí pro výuku, podporují koncentraci a projevují se příznivě na chování.

Bylo by ale mnohem jednodušší, kdyby děti prostě vyšly ven!

Před 23 lety byly vlivy a možnosti školních dvorů ještě sotva prozkoumané. K založení „Learning through Landscapes“ došlo původně pro přiblížení se tématu přírody. První výsledky výzkumu byly zveřejněny pod názvem „Learning through Landscapes – a report on the use, design, management and development of school grounds“ (učení se pomocí krajiny – zpráva o použití, utváření, správě a rozvoji školních areálů).

Ve zprávě, která vyšla v roce 1990, byly zk-

oumány školy v Anglii a Walesu. Byl to vrchol tříletého výzkumného projektu, který se od roku 1986 do roku 1989 zabýval utvářením, používáním a správou pozemku kolem škol.

Následně byla tato zpráva citována i v mnoha vládních dokumentech.

Obsahuje četná doporučení:

- **Školy by měly školní areál využívat nad rámec použití pro výuku tělocviku v rámci učebních osnov**
- **Projektanti, vedoucí pracovníci, správci, rodiče a politici by se měli zasadit o to, aby byly školní areály zapojeny do všech aspektů učební osnovy**
- **Měla by se vyvinout nová vize budoucí realizace školních areálů**
- **Školy by měly rozpoznat užitek z toho, když si děti hrají venku a proto své školní areály uzpůsobit tak, aby byly pro děti rozmanitějším a podnětnějším prostředím na hraní**
- **Měla by se uznat a patřičně realizovat funkce školních areálů jako důležitého sociálního a kulturního zařízení**

Na pozadí této studie se „Learning through Landscapes“ přihlásila jako dobročinné zařízení. Následný projekt zkoumal po dobu čtyř let podrobně, jak mohou školy realizovat doporučení pomocí vylepšených úprav, projektování a využití jejich školních areálů.

V další knize „Special Places, Special people“ (speciální místa, speciální lidé), tentokrát s Wendy Titmanovou jako autorkou, byla tematika školních areálů dále prohloubena a sledovala mimo jiné následující otázky:

- **Význam tajné učební osnovy pro školní areál**

Learning through Landscapes

- Vztah mezi realizací neformální učební osnovy a postojem a chováním dětí
- Souvislost mezi úpravou školního areálu a kvalitou dětské zkušenosti
- Rozhodující součástí procesu změny a vývoje školních areálů ohledně chování a postojů dětí

Případové studie obsažené ve zprávě představily celou řadu výhod navíc k využití pro učení a hru:

- Méně případů vandalismu
- Změna v sociálním chování a postojíc
Vývoj nového povědomí zodpovědnost za lidi i místa
- Zvýšený zájem o společné aktivity
Pokles absence při vyučování
Zvýšená disciplína

Učení venku je vhodné pro každého, přesto jsou chlapci ve Velké Británii pomalejší ve svém školním vývoji. Věnujme se trochu podrobněji této skutečnosti a podívejme se, jak se učí chlapci:

Statistiky o předškolních dětech podávají informaci o tom, že ve Velké Británii více dívek dosahuje brzkých cílů při učení a dokonce předstihne chlapce. Je známo, že mozek chlapců se vyvíjí jinak než u dívek. Prakticky nesporné je, že se chlapci a dívky učí odlišně. U chlapců se například spíše vytváří prostorové myšlení a motorické schopnosti. Pro přihlídnutí k této formě vývoje je smysluplné provádět vyučování v příslušném prostředí jako je venkovní areál.

Ve čtvrtém roce života se u chlapců zvyšuje vyplavování testosteronu, proto je pro ně těžké delší dobu sedět v klidu. Jedno z řešení spočívá v tom, že se jim nabídne prostředí pro učení, které oslovuje více smyslů a udržuje jejich pozornost, zatímco se mohou mírně pohybovat.



Chlapci jsou ze své přirozenosti častěji zapleteni do rvaček, což se vnímá jako rušivé chování. Z vědeckého pohledu lze přirozený zájem chlapců o hračky vhodné pro stavění a venkovní aktivity odvodit od podobného procesu, který se u dívek vyjadřuje jako empatie.

Chlapci se zajímají o pohyb, průzkum, akce a o vše, co je velké a působivé. To všechno se nachází venku a dá se to tam také snadněji zvládat než uvnitř ve třídě.

Je možné namítnout, že toto je příliš obecné tvrzení a existuje také hodně dívek, které se zajímají o mechanické objekty mají vynikající prostorové vnímání a mohou být i naprosto pravými neurvalci.

Nesporné ale je, že pro naprostou většinu je učení venku je snadnější, efektivnější a představuje řešení určitých těžkostí.

Práce se staršími lidmi

U „Learning through Landscapes“ existují přístupy, které přenášejí poznatky získané v práci s dětmi na starší osoby a zde obzvlášť na osoby nemocné demencí.

Možnost pravidelného vycházení ven, obzvlášť do přírodního prostředí se



osvědčila jako aktivita podporující zdraví, což bylo potvrzeno i z vědecké strany.

Z nedávných prací s demenčními pacienty máme doloženo, jaké pozitivní účinky lze očekávat právě u této skupiny osob:

- **Vzrůstá uvolnění, mírní se neklid**
- **Zlepšuje se pozornost, tím dochází ke zlepšování koncentrace a krátkodobé paměti**
- **Pocit orientace v prostoru a času**
- **Zlepšená psychická pohoda**
- **Posílení zdraví a pohyblivosti**

I rodiny a ošetřující personál profitují z toho, když mohou navštěvovat své rodinné příslušníky v klidném a příjemném zahradním prostředí.

Vzorové příklady ukazují, že práce na zahradě a venkovní aktivity mohou u jednotlivých osob probudit dřímající schopnosti a zájmy. Pocit vlastní hodnoty vzroste, když mohou osoby vzít ze zahrady do pečovatelského ústavu květiny a zeleninu, aby z toho všichni něco měli.

Osoby nemocné demencí mají často naprosto charakteristickou reakci na uspořádání a barevné řešení interiérových prostor. Britská King's Fund se proto koncentruje na výzkum otázky, jak lze tyto prostory upravit bezpečněji a příjemněji.

Přenesou-li se tyto principy také na venkovní prostředí, zajistí se, že osoby nemocné demencí budou optimálním způsobem profitovat i z využití venkovních prostor.

Provádění kampaní

Důležitá dílčí oblast naší práce jsou kampaně. Jednou ročně pořádáme Národní týden školních areálů (National School Grounds Week), které má vždy nějaké moto a obsahuje řadu programů, které ukazují, co mohou školy dělat se svými areály.

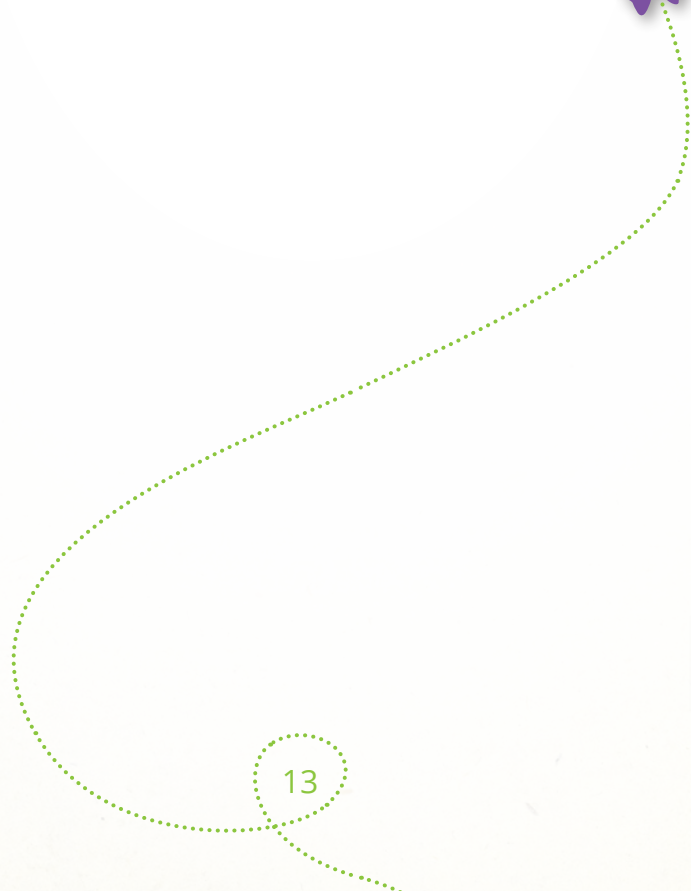
Národní týden školních areálů má ukázat, jak snadné a výhodné je přenesení vyučování ven z budov. Každý den se objasní jiný druh plýtvání zdroji a školy dostanou možnost navrhnout kreativní nápady pro recyklaci.



Mezinárodní týden školních areálů dozrál a obešel zeměkouli. Školy ze zemí jako je Pákistán, Švédsko, Japonsko a USA vyšly ven, aby slavily ve svém školním areálu a všem ukázaly, jak důležité jsou pro ně jejich žáci. Školy, které se chtějí zúčastnit, se mohou přihlásit na webové stránce International School Grounds Alliance. Tam lze najít návrhy pro školní areály.



Juno Hollyhok



Program Zahradní terapie v České republice

Do doby zahájení projektu v roce 2011 nebyl pojem „zahradní terapie“ v České republice znám jako terapeutický koncept, a to i přesto, že některá školská, sociální nebo zdravotnická zařízení využívala zahradu pro terapeutické účely – aktivity na zahradě, receptivní zahradní terapii nebo zpracování přírodních materiálů a produktů. Tyto činnosti byly zpravidla součástí ergoterapie nebo formou výchovy k šetrnému přístupu životnímu prostředí, k přírodě.

Zahradní terapie v podmínkách zdravotnictví

V oblasti psychiatrie byla zahradní terapie kontinuálně využívána v souvislosti se vznikem prvních zařízení pro psychicky nemocné. Jednalo se ale spíše o tzv. léčbu prací, kdy se klienti účastnili práce na zahradě a zpracování produktů a tím napomáhali ekonomické nezávislosti těchto zařízení. V dnešní době je zahradní terapie v rámci psychiatrie realizována odborníky různých profesí, ale pouze intuitivně bez adekvátního teoretického zázemí.

Díky vzdělávání v rámci Zahradní terapie, se zažitá praxe začíná měnit a zahrada se velmi pozvolna mění na prostor určený pro léčebnou terapii. Novým zahradně-terapeutickým technikám se učí terapeuti Fakultní nemocnice Brno, která bude prvním zdravotnickým zařízením v ČR, kde bude zahradní terapie součástí zdravotnické péče. Projektové aktivity jsou realizovány v úzké spolupráci s dalším projektovým partnerem Lipkou - školským zařízením pro environmentální vzdělávání.

Zahradní terapie v podmínkách sociálních služeb

Práce na zahradě a využívání přírody, jako terapeutického prostoru v podmínkách sociálních zařízení určených pro seniory se

postupně vyvíjela, a to především s ohledem na měnící se strukturu obyvatel domovů pro seniory. Běžnou praxí před rokem 2006 bylo, že do domovů pro seniory přicházeli aktivní lidé, kteří si řešili především bytovou situaci. Svůj byt nebo domek uvolnili pro potřeby svých blízkých a stáří dožívali v podmínkách domovů pro seniory s využíváním služeb stravy, úklidu, praní prádla, nikoliv však s tím, že by využívali ošetrovatelskou nebo zdravotní péči. Volnočasové aktivity byly uzpůsobeny aktivním seniorům a zaměřeny na pohybové aktivity, rukodělné činnosti a z malé části na činnosti spojené se zahradou. V roce 2007 došlo v oblasti sociálních služeb k legislativní změně, ke vzniku zákona č.108/2006 Sb., o sociálních službách. Zákon výrazně změnil zažitou praxi v tom směru, že „domovy pro seniory jsou určeny osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.“ S ohledem na legislativní úpravu přichází do domovů seniorů lidé výrazně závislí na ošetrovatelské a zdravotní péči, lidé imobilní nebo lidé s onemocněním demence. Přestože se struktura obyvatel domovů pro seniory změnila, nabídka a způsob realizace volnočasových aktivit se mění jen velmi pozvolna. Zatímco účinnost zákona lze stanovit velmi rychle, související podmínky se v praxi změň pomalu. Základním předpokladem změny je vzdělávání pečovatelského personálu tak, aby získal nové kompetence a zkušenosti. Vhodné nabídky vzdělávání pro měnící se podmínky však nebyly vytvořeny, a proto bylo nutné zaměřit se na praxi zahraniční a využít ověřených metod práce se seniory.

Do praxe Domova seniorů Mistra Křišťana Prachatice, který je jedním ze zapojených partnerů do projektu, jsou postupně zaváděny novodobé prvky péče ze zahraničí. První koncept, který velmi dobře zapadl do měnící se české praxe, je autorský koncept Smyslové aktivizace podle Lore Wehner. V

Program Zahradní terapie v České republice

rámci tohoto konceptu jsou využívány nejen přírodniny, ale pracujeme s bylinkami, zpracováváme přírodniny ze zahrady. Ovoce a zelenina jsou pracovním materiálem pro velmi staré nebo dezorientované osoby, které nejen s velkým umem tyto produkty zpracovávají, ale jde také o to, aby byli přirozeně orientováni v ročním období. Každá zahradně-terapeutická činnost je naplánována tak, aby souvisela s ročním obdobím, případně s tradicemi. Nové znalosti, které pečovatelé získávají v rámci projektu, přirozeně navazují na koncept Smyslové aktivizace. V rámci projektu „Zahradní terapie“ vznikla zimní zahrada pro celoroční využití. Prostor je upraven bezbariérově a s využitím technických prvků s vyvýšenými záhony.

Další projektovou aktivitou je úprava venkovní zahrady, která by se měla stát bezpečným prostorem pro seniory s onemocněním demence. Okrasné keře budou z části nahrazeny jedlými plodinami a bylinami. Zahrada by se měla stát prostorem oslovujícím všechny smysly, ale také zákoutím pro nerušenou relaxaci.

Zahradní terapie pro sociálně znevýhodněné osoby, děti a mládež

Zahradně-terapeutické využití se nabízí také pro skupinu sociálně znevýhodněných osob, tedy těch, kteří z důvodu zdravotního nebo duševního omezení nemohou využít běžně nabízené aktivity. V rámci projektových aktivit vznikne v obci Baliny u Velkého Meziříčí ojedinělé specializované pracoviště věnující se zahradní terapii a integraci znevýhodněných skupin dětí a mládeže. Vybudování tohoto pracoviště mají na starost, stejně jako celý projekt Zahradní terapie, Chaloupky o.p.s., které tak navazují na svou dosavadní činnost. Pracoviště bude využívat široké spektrum organizací pracujících s tělesně i sociálně znevýhodněnými dětmi a mládeží. Zahradně-terapeutický areál bude

zahrnovat zážitkovou zahradu a nezbytné zázemí včetně učeben.

Zahradní terapie využívaná v české praxi nabízí nový pohled a využití pro mnoho cílových skupin, bez omezení věku.



Ing. Bc.
Hana Vojtova



AZD Ausbildungs Zentrum Dorothea vzdělávací centrum Dorothea pro mládež se specifickými potřebami ve věku 16 - 24 let

AZD bylo **založeno** ze soukromé iniciativy, z osobní angažovanosti Thomase Chiariho (pečovatele o osoby se speciálními potřebami, pedagog Montessori, kraniosakrální terapeut) a Dr. Hanse Weisse (antroposof, pedagog, ekonom) v červenci 2007.

Vizí a vytyčeným cílem je posilování sebedůvěry mládeže se speciální potřebou podpory díky vlastnímu konání. Pomocí zakotvených vědomostí o vlastních dovednostech a samozřejmého zacházení s osobními slabostmi by se mělo v rozsáhlé míře umožňovat jednání na vlastní zodpovědnost v pracovním světě a sebeurčující pro všední život.

Podmínky pro přijetí k výuce jsou kromě zvláštní potřeby podpory kvůli 50% postižení, tělesná a duševní schopnost, dobré znalosti německého jazyka a připravenost uchytit se na trhu práce.

Potřeby podpory jsou v tělesném vnímání, jemné a hrubé motorice, koordinaci těla, plánování úkonů, prováděcích procesů, vytrvalosti, intrapsychických zážitků (pocit vlastní hodnoty, afekty, racionalita,...), sociální interakci, koncentraci, pozornosti, dyslexii, dyskalkulii apod.

Modulová koncepce = příprava - vzdělávání - další vzdělávání:

Vzdělávání trvá tři roky a může se podle potřeby prodloužit. Mladiství ve věku 16 až 24 let jsou volitelně vzděláváni v oborech zahradnictví/ krajinářské zahradnictví (pěstování zeleniny, péče o zahradní a hřbitovní zeleň, zakládání zahrad), pomoc seniorům / stacionář, obrábění kovů a všeobecné řemeslné činnosti (dřevo, malba, řemeslné práce).

Přípravný modul - příchod do nového prostředí, klade hlavní zřetel na výuku základních dovedností a základních vědomostí z daného oboru. Především

dosažení vyšší sociální kompetence (kognitivní, emocionální) je v centru této úvodní fáze.

U **vzdělávacího modulu - určení oboru,** jsou v popředí speciální odborné vědomosti a potřebné techniky.

Během této doby hledáme pracovní místo, které bude později vhodné pro mladistvého a tomu přizpůsobíme vzdělávání. Zdá se nám důležitý pohled směrem „ven“ a po dobu několika týdnů praxe je mladistvý připravován na pracovní svět.

Při dalších **rekvalifikačních kurzech** jsou mladiství během této doby podporováni v AZD, aby ukončili vzdělání s vyšší hodnotou (zkouška odbornosti, řídičský průkaz, ostatní vzdělání).

Při zvláštním oboru **terapie zaměstnáním** klademe zřetel ještě víc na praktickou stránku zahradnictví. Díky dlouhodobějšímu závazku mladistvého k zahradnickému podniku v AZD se má pocit vlastní hodnoty a jeho vědomí zvýšit tak, aby se příp. mohl integrovat dokonce do sekundárního pracovního trhu.

Pedagogická koncepce podle zahradnictví / krajinářského zahradnictví

Základem naší práce je přesvědčení, že každý člověk je cenný a schopný vývoje. Při vzdělávání se postupuje převážně podle zásad waldorfské pedagogiky. Mladiství jsou opatrováni sociálně-terapeuticky a odborně specificky vyškoleným personálem. Pro vypátrání a podporu zdrojů (plánování podpory) pracují vždy s mladistvými dohromady.

Ke všem modulům patří strukturovaný průběh týdnů a dnů, plánování obsahu vzdělávání uspořádané podle průběhu roku, terapeutické využívání zahradnických

AZD Ausbildungs Zentrum Dorothea vzdělávací centrum Dorothea pro mládež se specifickými potřebami ve věku 16 - 24 let

činností integrované do průběhu prací, arteterapie a sport. Kromě odborného vzdělávání se klade důraz na individuální podporu jako např. němčinu, slovní zásobu, počítání a učení se dovedností praktických pro život a speciální záliby.

Základní informace pro využívání zahradnických pracovních postupů jako terapeutického prostředí

Podmínkou proto je, že rozsah a trvání prací se přizpůsobí podle příslušné osobní obecné kondice a kondice konkrétního dne jednotlivých mladistvých. Jasně stanovení cíle učitelem podporuje osobní dosažení cílů. Navíc se práce začlení do dobře strukturované instrukce a případně rozloží do jednotlivých kroků. Tak se mladiství naučí rozpoznávat, plánovat a provádět průběhy činností. To jim dá pocit bezpečí a sebedůvěru. „Já vím, co a jak můžu dělat.“

Pomalé postupné stupňování zadání úkolů a stupně obtížnosti se dávkuje tak, aby nedošlo k žádnému přetížení. Mladiství musejí přesto „překonávat vnitřní hranice“ a jsou v tomto procesu neustále doprovázeni instruktory aby dospěli k osobním zážitkům úspěchu typu „já jsem to dokázal“.

Příklady zahradně- terapeutického konání

Tělesné těžké činnosti jako míchání zeminy, příprava záhonů, přehazování kompostu, sekání trávy a pod.. Vybírají se pro školení vnímání těla a koordinaci a stupňování radosti z pohybu a vytrvalosti. Mladiství se učí rozdělovat své síly podle příslušného úkolu. Navíc to umožňuje vybití napětí a motorického neklidu.

Přesnější činnosti jako přepichování, výsev, sázení mladých rostlinek, sklizeň bylinek, regulace doprovodné vegetace apod. školí jemné motorické dovednosti, koncentra-

ci, pozornost, rozpoznávání rozdílů a porovnávání.

Při společné reflexi a kontrole pracovních postupů se prodiskutují možnosti řešení a zkontroluje se dosažení cílů. Tak rozpoznají mladiství různé přístupy ke stanovení úkolů. K tomu si mladiství vedou také deník pro opětovnou písemnou reflexi činností pro dosažení kognitivního zakončení.

DI Karin Schauer
představuje AZD
a NIG: Školitelka
zahradnické sku-
piny AZD, www.dorothealaab.at
Samostatná pro-
jektantka územních
plánů a krajinářská
architektka –
Projektantské
kanceláře územ-
ního plánování +
krajinářská architektura, www.lebensorte.at
Odborná poradkyně pro terapeutické
zahrady - zahradní telefon D. Rakousko,
www.naturimgarten.at/noe-gartentelefon



Zahradní terapie: výzkum a praxe ve Švýcarsku

Výzkum a praxe v oblasti zahradní terapie jsou hlavní měrou usídleny v německy mluvícím Švýcarsku.

Oblast výzkumu pokrývá curyšská Vysoká škola pro užité vědy ZHAW ve spolupráci s jinými vysokými školami. ZHAW je jedna ze špičkových švýcarských vysokých škol pro užité vědy. Výzkumná skupina Grün und Gesundheit (zelená a zdraví) se zaměřením na zahradní terapii patří k Ústavu životního prostředí a přírodních zdrojů odborného úseku Life Sciences a Facility Management. U tohoto úseku s pěti bakalářskými a magisterskými stupni studia je zapsáno 1300 studujících z celkem 10000 studujících ZHAW. Jako jedna z největších odborných vysokých škol disponuje ZHAW širokými odbornými znalostmi a provádí ve všech úsecích oborový a mezioborový výzkum. Výsledky z výzkumných projektů ZHAW se vyznačují tím, že jsou současně vědecky fundované a lze je realizovat v praxi.

Výzkum na vysoké škole ZHAW

Dosud byly realizovány projekty v oblastech gerontologie a stacionární rehabilitace. K tomu patří státem podporované projekty KTI (komise pro technologii a inovaci) a jeden projekt v rámci evropského výzkumného svazu (COST European Cooperation in Science and Technology).

- Pomocí projektu KTI „Terapeutické zahrady pro centra seniorů (2003-2005)“ mohlo být zaznamenáno, že zahrada s adekvátním osázením rostlinami, výbavou a potřebnou nabídkou zahradně terapeutických aktivit zvyšuje dobu pobytu zainteresovaných starých lidí a zlepšuje kvalitu jejich života. Další informace k tomu najdete v učebnici zahradní terapie (Lehrbuch Gartentherapie), nakladatelství Hans Huber Bern (2010).
- U dalšího projektu pro staré lidi, projektu COST „Utváření venkovního prostoru a zahradní terapie pro osoby s demencí v in-

stitucionálním kontextu (2008-2010)“, který byl proveden v rámci Action 866 „Green Care in Agriculture“, se uskutečnila mezioborová analýza 5 různých zahrad pro osoby nemocné demencí, sdružená s rozvojem, implementací a evaluací programů zahradní terapie. Dále byly aktualizovány známé zahradní koncepty. Příručka pro využívání a navrhování takových zahrad vyšla knižně pod názvem Zahrada a demence (Garten und Demenz) v roce 2013 v nakladatelství Hans Huber, Bern.

- Pomocí projektu KTI „Terapeutická a zážitková zahrada RehaClinic Zurzach (2006-2009)“ byla m.j. realizována terapeutická a zážitková zahrada a vyvinuty, otestovány a podrobeny kvantitativní analýze účinku standardizované programy zahradní terapie pro pacienty s chronickými bolestmi. Pomocí analýzy mohlo být zaznamenáno, že zahradní terapie navíc ke standardizovanému programu pro pacienty s bolestmi ve srovnání s kontrolní skupinou zvyšuje kvalitu života týkající se zdraví a tělesnou výkonnost, zlepšuje strategie zvládnání bolesti a redukuje strachy. Další informace viz Verra et al.: Horticultural Therapy for Patients with Chronic Musculoskeletal Pain: Results of a Pilot Study. Alternative Therapies. Vol.18.No.2 (2012) a Učebnice zahradní terapie (Lehrbuch Gartentherapie), Verlag Hans Huber, Bern (2010).

- Na konci roku 2011 spuštěný, tříletý program KTI osázení vnitřních prostor center seniorů v kombinaci s péčí o zdraví využívající působení rostlin sleduje cíl zvýšení kvality života obyvatel ústavů dlouhodobé péče osázením vnitřních prostor rostlinami optimalizovanými pro působení na uživatele a pečovatelskými intervencemi se zahrnutím částí osázení vnitřních prostor rostlinami. První výsledky se očekávají v roce 2014. Internetová stránka projektu: www.gesundheit.zhaw.ch/gruen-weiss



Zahradní terapie: výzkum a praxe ve Švýcarsku

Praxe

Během posledních let postupně narostl počet institucí, které používají rostliny v kontextu s terapií anebo aktivací. Na narůstající potřebu výměny mezi odborníky činnými v oblasti zahradní terapie ve Švýcarsku bylo odpovězeno realizací dvou sítí.

Sítě

- Švýcarská společnost Zahradní terapie sggg, založena v roce 2010 ve Wädenswilu u Curychu, podporuje aktivity v oblasti zahradní terapie a propojení jejích členů a jiných institucí z oblasti zahradní terapie. Domovská stránka www.gartentherapie.ch je k dispozici v němčině a francouzštině.

- V italsky mluvícím Švýcarsku se Horticultural Therapy Swiss Association věnuje zájmům odborníků činných v oblasti zahradní terapie. Domovská stránka www.htsa.ch je napsána v italštině. – Pro výměnu informací mezi odborníky z oblastí zahradní terapie a terapeutických zahrad a dalšími kruhy, které se zajímají o téma bude sloužit navíc kongres zahradní terapie ve Wädenswileru, v květnu 2014, který se bude konat již potřetí.

Další vzdělávání

- Pomocí CAS zahradní terapie Horticultural Therapy prováděné na ZHAW se odpovídá na stoupající poptávku po terapeutických zahradách a zahradně-terapeutických nabídkách, které vyžadují speciální znalosti, jak od krajinářských architektů, tak i odborníků z oblasti péče o zdraví. CAS (Certificate of Advanced Studies) zahrnuje jeden základní modul, dva nastavbové a jeden závěrečný modul týkající se profesního vzdělání. Podrobné informace najdete na internetové stránce www.iunr.zhaw.ch/gartentherapie.

- Zahradní terapie Pfister GmbH-Thomas Pfister nabízí centřum seniorů realizaci tzv. zahradních klubů. Navíc se nabízí rekvalifikační kurzy pro osoby činné v zahradní terapii, které se starají o staré lidi. Nejnovějším produktem je film „Léčivé zahrady (Heilende Gärten)“ od Nico Gutmanna a Thomase Pfistera. Další informace najdete na domovské stránce www.gartenundtherapie.ch.

Prof. Renata Schneider-Ulmann

curyšská vysoká škola ZHAW pro užité vědy
CH-8820 Wädenswil Tel.+41 (0)58 934 57 44
E-Mail: renata.schneider@zhaw.ch



Zahradní terapie a výzkum na institutu Rusk Institute New York University-Langone Medical Center

Vývoj zahradně-terapeutických programů a výzkum na velkoměstské klinice nabízí jak výzvy, tak i šance. V předloženém článku by se měly popsat některé ze zahradně-terapeutických programů v New York University Langone Medical Center a představit příslušné výzkumné projekty. Kromě toho budou podána doporučení pro vývoj takových programů a osvětleny projektové a metodické návrhy pro studie v klinickém prostředí.

Pozadí

New York University Langone Medical Center, velká univerzitní klinika, se rozprostírá podél First Avenue od 30th až po 34th Street. K Medical Center patří nemocnice Tisch Hospital pro akutní pacienty, Hassenfeld Center pro nemoci rakoviny a krevní onemocnění a Rusk Institute pro rehabilitační medicínu.

Díky širokým možnostem ošetření v Medical Center vzniká velké množství příležitostí pro vývoj inovativních programů se zahradnickým kontextem. To se zřetelně odráží v programové nabídce týmu zahradně-terapeutického týmu.

Některé oblasti použití zahradních programů pro stacionární pacienty:

Rehabilitace v oblastech ortopedie, pediatrie, neuromuskulárních onemocnění, poranění míchy a mrtvice.

Psychiatrie – ambulantní skupinová terapie.
Epilepsie – péče o nemocné.

Rehabilitace při kardiovaskulárních onemocněních a sekundární prevence, důraz na zdravý životní styl. Tisch pediatrie – ve spolupráci s Child Life.

Některé příklady použití zahradních programů pro ambulantní pacienty:

„Budding Gardeners“ – úvod do aktivit souvisejících s přírodou pro děti (3-4 roky)
Skupina s Alzheimerovou nemocí a de-

ment – zahradničení pro pacienty a jejich ošetřovatele
Skupinové aktivity pro děti ošetřované v Hassenfeld Center a jejich rodiny.

Příprava na vykonávání povolání – upevnění sociálních schopností a zprostředkování vědomostí o přírodě a životním prostředí pro mladé dospělé osoby s autismem.

„Senior Services“ – zahradnická skupinová práce v newyorské městské čtvrti.

Motivace

Existuje celá řada důvodů, proč výzkum a evaluace programu hrají důležitou úlohu: Evaluace nových možností ošetřování, splnění potřeb pacientů a analýza nákladů a přínosů. Především v týmovém kontextu mohou studie napomoci optimalizovat průběh terapie.

Právě v klinické oblasti nabízí výzkum ale také různé výzvy. Výběr podmíněně odsouzených ve zkušební době, randomizace, druh sběru dat a stupeň možnosti zobecnění výsledků se projevuje na validitě studie a musí se příslušně pečlivě plánovat. Pod čarou poskytují poznatky získané z výzkumných projektů důležitý příspěvek pro medicínskou praxi zakládající se na evidenci a pro další vývoj naší oblasti výzkumu.

Dotazníky

Dotazníky pomohou podávat důležité informace a lze je adaptovat ohledně použití zdrojů a detailnosti analýzy dat. Tak použil zahradní tým dotazník, aby od pacientů zjistil vnímaný užitek zahradně-terapeutických aktivit. Pomocí testované skupiny pacientů byl vyvinut katalog otázek šitý na míru. Po analýze inputu pacientů byly shrnuty souhlasné faktory do šestidílného dotazníku, který měl měřit účinky zahradní terapie na proces uzdravování, náladu, pocit utrpení, úroveň energie a bolesti a spokojenosti s



Zahradní terapie a výzkum na institutu Rusk Institute New York University-Langone Medical Center

pobytem v nemocnici. 96% pociťovalo pozitivní resp. velmi pozitivní vliv skupinové práce na jejich uzdravování; 96% se cítilo veseleji; 84% vnímalo oslabení resp. značné oslabení jejich pocitu utrpení; 83% se cítilo aktivně, resp. aktivněji; 61% vyprávělo o menších resp. významně menších bolestech; 100% nakonec uvedlo, že účast na zahradní terapii zvýšila resp. podstatně zvýšila kvalitu jejich pobytu. Nakonec byla položena otevřená otázka, kde se mohli dotazovaní napsat vlastní komentáře. Podobné otevřené otázky vyžadují sice dodatečný čas na vyhodnocení, mohou ale podávat obzvlášť užitečné informace. Nakonec se podařilo tímto dotazníkem získat výsledky, pomocí kterých se mohla demonstrovat účinnost programu oproti klinické rutině. Základem byla cíleně vybraná testovací skupina o více než 100 pacientech, která se zúčastnila nejméně třikrát zahradně-terapeutických akcí.

Kvantitativní výzkum a rehabilitace kardiovaskulárních onemocnění

Výhoda kvantitativních studií spočívá v tom, že získaná data lze přenášet spolehlivěji, věrohodněji a na další demografie a oblasti. Přitom je obecně počet testovaných osob vyšší, existuje kontrolní skupina za účelem porovnání a používá se inferenční statistika. Získaná data musejí být měřitelná na intervalových resp. poměrových stupnicích, které byly již předem ověřeny. Je třeba obzvlášť dbát na to, že se používá stupnice, která se ve zkoumané populaci nebo intervenci osvědčila jako spolehlivá a validní.

Když obsluha stanice pro rehabilitaci kardiovaskulárních onemocnění objevila, že pacienti po setkání s jejich zahradně-terapeutickou skupinou reagovali živě a vesele, byla iniciována studie pro zkoumání účinků zahradní terapie na náladu a srdeční frekvenci. Kontrolní skupina (n=48) navštívila odbornou přednášku na téma týkající se zdraví. Testovací skupina (n=59) se zúčastnila zahradně-terapeutického sezení. Předtím a

potom byly u obou skupin změřena srdeční frekvence a zaznamenán stav testovaných osob podle „Profile of Mood States“ (POMS).

Ve srovnání s kontrolní skupinou se u zahradně-terapeutické skupiny projevilo signifikantní zpomalení srdeční frekvence a signifikantní zlepšení ohledně dimenze POMS „agitation“ (vzruch) (viz Wichrowski et al. 2005). Pro tuto studii hrálo důležitou úlohu, že se zúčastnilo dostatek testovaných osob, aby se zajistilo, že ošetření signifikantně přispělo k pozorovaným změnám. Stupnice POMS byla ověřena pro zkoumanou populaci a získávání údaje se provádělo s dostatečnou náročností, aby se negativně neovlivnila manipulace s daty. Získávání fyziologických údajů (srdeční frekvence) přispělo k validitě této studie a doporučuje se bezpodmínečně pro podobné studie.

Příklad stupnic, které se obvykle používají ve výzkumu zahradní terapie

Fyziologické

- Srdeční frekvence
- Krevní tlak Scale
- Hladina kortizolu ve slinách Scale
- Elektrodermální aktivita
- Stupnice bolesti

Kognitivní

- paměťové rozpětí
- Neckerova kostka
- Perceived Restoredness Scale
- křivky učení

Emocionální

- Beckův inventář deprese
- Hospital Anxiety Depression
- Geriatric Depression
- Profile of Mood States
- Spielberger State-Trait
- Cohen-Mansfield
- Agitation Inventory (modifikováno)



Zahradní terapie a výzkum na institutu Rusk Institute New York University-Langone Medical Center

Účinky rostlin na bolesti

Mnoho pacientů trpí značnými bolestmi během rehabilitace, které mohou negativně ovlivnit na pokrok v ošetřování a kvalitu života. Podle teorie Gate-Control (Melzack 1999) se při vnímání bolesti jedná o multi-dimenzionální proces, který lze ovlivnit odchýlením zvenku a senzoricím inputem. Pro použití přírodních zážitků jako odklonu od bolesti existuje velké množství odkazů v literatuře (Diette et al., 2003; Dijkstra et al., 2006; Park a Mattson 2009, 2004; Mandelbaum 2008).

Pro zkoumání účinků pokojových rostlin na vnímání bolesti a neklid „Anxiety“ může mít čeština mnoho významů - vycházíme z toho, že u fyzioterapie se spíše nebude jednat o strach. Během fyzioterapeutického ošetření pacientů v ortopedické rehabilitační klinice sledoval tým smíšený přístup. Kombinace jak kvantitativních, tak i kvalitativních metod umožňuje evidenci validních dat s možností zobecnění resp. dat specifických pro konkrétní pacienty, která mají výpovědní hodnotu pro příslušnou populaci, pole zkoumání nebo program. V předloženém případě se jednalo o srovnání tří skupin. S první skupinou bylo zacházeno běžným způsobem. U druhé skupiny byly umístěny paravány kolem lůžka na ošetřování; jinak ošetřování běžným způsobem. Třetí skupina byla rovněž ošetřována za paravány, ale navíc obklopena pokojovými rostlinami, jinak proběhlo ošetřování běžným způsobem. Na začátku a na konci každého sezení byl klasifikován vjem bolesti na základě stupnice 0-10 a neklid/nepohodlí podle Spielbergerovy State-Trait Anxiety Scale. Po ošetření byli pacienti dotázáni v dotazníku na vnímání určitých aspektů terapeutické místnosti, jako např. osvětlení, teplota, nerušenost, čistota, přítomnost rostlin a celkový dojem. Navíc bylo místo pro doplňující komentáře.

Ačkoli bylo možné zjistit tendenci ke sníženému vnímání bolesti a neklidu, vykazoval

vala tato malá pilotní studie příliš malý počet účastníků a získaná data příliš vysokou varianci, aby jí poskytla statistickou významnost. Kvalitativní otázky ale prokázaly, že pacienti pozitivně hodnotili místnost vybavenou rostlinami a doporučili by ji také přátelům a příbuzným. Rovněž pozitivně hodnotili pacienti zesílení soukromí pomocí paravánů. Zajímavě hodnotili pacienti v „prostředí s rostlinami“ také ostatní ústřední aspekty jejich okolí pozitivněji než u obou ostatních scénářů, ačkoli ohledně těchto aspektů neexistovaly objektivně žádné rozdíly. Kvalitativní otázky přinesly tedy dodatečné informace k údajům získaným na základě kvantitativních stupnic, což bylo užitečné pro interpretaci výsledků. Kvalitativní otázky mohou být tudíž vydatným informačním zdrojem a představují velmi užitečný nástroj u pilotních studií.

Zvláštnosti v klinickém kontextu

Studie k evaluaci pasivního vlivu rostlin na pacienty byla založena na minimální interferenci s vlastním procesem ošetřování. Stupnice musejí být na jedné straně spolehlivé a validní, na druhé straně ale dostatečně krátké, aby se zabránilo reaktivitě pacientů resp. změnám struktur ošetřování. Klinické prostředí připustilo pouze minimální přízpůsobení aby se během studie neomezil regulérní průběh ošetřování. Projekt profitoval z analýzy síly testu pro zjištění počtu účastníků pokusu potřebných pro přesnou evaluaci hypotézy.

Kontrolní skupiny

Kontrolní skupina může zvýšit validitu skupiny. Jednu možnost nabízí aktivní kontrola, při které se kontrolní skupina účastní aktivity podobné testovanému ošetřování. Jinou možností je kontrolní skupina s pořadníkem, při které se ošetřovaná testovaná skupina porovná s druhou skupinou ošetřovanou teprve po ukončení zjišťování dat. Při porovnání testované a kontrolní skupiny se nesmí zapomenout na prostředí ošetřování a terapeuta.

Zahradní terapie a výzkum na institutu Rusk Institute New York University-Langone Medical Center

Testované a kontrolní skupiny by měly být co nejvíce podobné. Případně může být homogenita obou skupin zlepšena pomocí matchingu.

Ošetřování

Protože existuje zahradní terapie v závislosti na prostředí ošetřování a terapeutovi v tolika různých formách, má zásadní význam standardizace metodiky ošetřování během studie. Je nezbytná konzistence. Průběh ošetřování by měl být podrobně popsán ve zprávě.

Závěrečná poznámka

Medical Center poskytuje velké množství možností pro vývoj programů a výzkum. Správně provedený projekt pomůže při přesném nastavení průběhu ošetřování a zlepšení péče soustředěné na pacienta. Publikování výsledků poskytuje ostatním terapeutům pomoc a slouží budování empirické báze znalostí v neustále rostoucí oblasti zahradní terapie.

Zdroje a další literatura:

Bringlismark, T., Hartig, T., & Patil, G.G. (2009). The psychological benefits of indoor plants: A critical review of the experimental literature. *Journal of Environmental Psychology*, 29:442-433. Diette, G.B., Letchzin, N., Haponik, E. et al. (2003). Distraction therapy with sights and sounds reduces pain during flexible bronchoscopy: A complementary approach to routine analgesia. *Chest*, 123:941-948. Dijkstra, K., Pieterse, M., & Pruyn, A. (2006). Physical environmental stimuli that turn healthcare facilities into healing environment through psychologically mediated affects: A systematic review. *Journal of Advances in Nursing*, 56: 166-181. Lohr, V.I. & Pearson-Mimms C.H.. (2000). Physical discomfort may be reduced in the presence of interior plants. *Horttechnology* 10:53-58. Malenbaum, S., Keefe, F.J., et al. (2008). Pain in its environmental context: Implications for designing environments to enhance pain control. *Pain*, 134: 241-244. Melzak, R. (1999). From the gate to the neuro-matrix. *Pain*, 6: S121-126. Park, S.H., Kim, E., & Mattson, R.H.. (2004). Horticultural therapy as an alternative therapy for pain management. *Psychophysiological and psychological impacts of plant visual stimuli on pain tolerance and recovery. Applied Psychophysiological Biofeedback* 29:291-292. Park, S.H. & Mattson, R.H.. (2009). Therapeutic influences of plants in hospital rooms on surgical recovery. *HortScience*, 44:102-105. Raanaas, R.K., Patil, G.G., Hartig, T. (2010). Effects of an indoor foliage plant intervention on patient well-being during a residential rehabilitation program. *HortScience*, 45(3) 387-392. Schweitzer, Gilpin, L., Frampton, S. (2004). Healing spaces: Elements of environmental design that make an impact on health. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*; 10 Supp. 1; S-71-S-83. Ulrich, R., Zimring, C., Zhu, X., et. Al. (2008). A review of the literature on evidence based healthcare design. *Health Environments Research and Design Journal*, 1(3): 61-125. Ulrich, R.S., Lunden, O., Etinge, J.L.. (1993). Effects of exposure to nature and abstract pictures on patients recovery from heart surgery. *Psychophysiology*; S1-S7. Verra, M., Angst, F., Beck, K., et al. (2012). Horticultural therapy for patients with chronic musculoskeletal pain: results of a pilot study. *Alternative Therapies in Health and Medicine*; 18(2); 44-50. Wichrowski, M., Whitson, J., Hass, F., et al. (2005). Effects of horticultural therapy on mood and heart rate in patients participating in an inpatient cardiopulmonary rehabilitation program. *Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation*, 25(5); 270-274.



**Matthew
Wichrowski**



Shrnutí zahajovací řeči: Zahradní terapie v botanické zahradě v Chicagu: Vývoj, trénink a programy

Zahradní terapie je malé profesní odvětví. American Horticultural Therapy Association (Společnost amerických zahradních terapeutů, AHTA) má momentálně 420 členů. Ačkoli samozřejmě pracuje ještě mnoho lidí v USA jako zahradní terapeuti, zůstává jejich počet pro zemi této velikosti velmi přehledný. To ale nevypovídá nic o hodnotě naší práce! Jak jednou řekla Margaret Mead: „Nepochybujte nikdy o tom, že malá skupina angažovaných lidí může změnit svět. Naopak: jen tak kdy došlo ke změnám.“ Tato malá skupina angažovaných lidí jsme my!

V mojí dnešní řeči bych chtěla popsat program zahradní terapie botanické zahrady v Chicagu, jejíž jsem ředitelkou. Jak se později dozvíte, probíhá vývoj našeho programu ne náhodou paralelně s vývojem profesního stavu v USA. Kromě toho bych vám chtěla krátce vysvětlit, jak zahradní terapie podle mého názoru může přispět k osobní psychické pohodě. Nakonec vám představím některé z našich aktuálních programů a popíšu tréninkový program.

Historie

Než byla zahrada založena, přišli dobrovolníci do nemocnice veteránů, aby s pacienty pracovali na zahradě za účelem terapie. Příslušné záznamy sahají až do roku 1952.

Výuková zahrada pro osoby s postižením patřila k první ze tří oblastí, které byly založeny v botanické zahradě v Chicagu. Byla slavnostně otevřena v roce 1977. Co vedlo k tomu, že na konci 70. let minulého století došlo ke zvýšené angažovanosti pro tuto část obyvatelstva?

V 60. a 70. letech 20. století rostl zájem o různé menšiny. Etnické skupiny, ženy a také osoby s postižením se začaly zasazovat o své zrovnoprávnění. V USA přijal kongres zákon

o vzdělávání osob s postižením (Individuals with Disabilities Education Act), v kterém bylo poprvé stanoveno, že veřejné školy musejí přijmout každé dítě. Po dlouholeté práci dosáhlo společenství pro práva osob s postižením, že v roce 1988 byl schválen první zákon pro Američany s postižením (Americans with Disabilities Act). Slavnostní otevření naší neobvyklé zahrady tedy absolutně odpovídalo duchu času.

V roce 1978 byl přijat Gene Rothert, který zrovna ukončil svou rehabilitaci z důvodu poranění páteře, které utrpěl jako student vysoké školy. Ačkoli původně vůbec nepracoval ve výukové zahradě, táhlo ho to od začátku tam a v roce 1981 byl jmenován vedoucím zahradní terapie.

Když se konala každoroční konference organizace National Council for Therapy and Rehabilitation, která se v roce 1987 přejmenovala na American Horticultural Therapy Association, v roce 1979 v botanické zahradě v Chicagu, spolupůsobil Gene aktivně při organizaci akce. Od té doby se botanická zahrada v Chicagu podílí na vývoji American Horticultural Therapy Association, podporuje svaz na cestách a věnuje mu čas a prostory. Gene seděl od roku 1982 do roku 1996 v předsednictvu a byl pod dobu čtyř funkčních období činný jako funkcionář. Maria Gabaldo, další pracovnice zahrady, byla dvakrát prezidentkou a předsedala dohledovacímu výboru na pěti konferencích. Jsem pyšná na to, jakým způsobem přispěla moje zahrada k vývoji tohoto profesního stavu.

Buehler Enabling Garden

V roce 1999 byla slavnostně otevřena větší, modernější Enabling Garden. Mistrovské dílo, za které můžeme poděkovat Genemu. V areálu větším než 1000 m² jsou vyvýšené záhony ve třech různých výškách, svise uspořádané nástěnné zahrady, koše, které



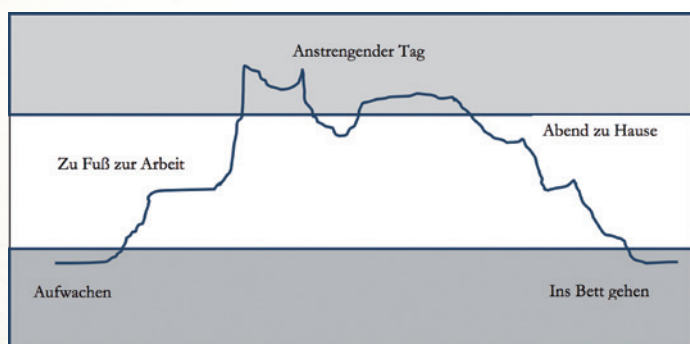
Shrnutí zahajovací řeči: Zahradní terapie v botanické zahradě v Chicagu: Vývoj, trénink a programy

Ize pomocí kladkostroje vytahovat do pohodlné pracovní výšky, sklad plný výukových nástrojů a mnohem více. Kromě toho je tam letní učebna pro sezení zahradní terapie a dvě velké bezbariérové umývárny. Po příjezdové komunikaci mohou přijet auta a autobusy s hosty až k zahradním vratům. A v malé kuchyni můžeme z naší sklizně vyčarovat lahodné pokrmy. To byla první zahrada tohoto druhu a je stále ještě největší. Do dneška přitahuje návštěvníky z celého světa, kteří chtějí vidět na vlastní oči, jak může vypadat bezbariérová práce na zahradě.

Teorie neurovědy a zahradní terapie

Jak jistě víte, nemáme ještě žádný výstižný, obecně uznávaný a dobře zdokumentovaný základ evidence pro naši práci. To je ještě ve vývoji. Rostoucí počet studií, které podporují naši práci, pochází zpravidla z jiných oblastí jako je krajinářská architektura, environmentální psychologie nebo ekologický design. Já sama jsem se specializovala v rámci magisterského studia ergoterapie na rychle rostoucí oblast neurověd. To je tedy kontext, z kterého vychází můj přístup.

Graf stavu vzrušení nervového systému v průběhu dne:



Výše uvedený model je upravená verze modelu uveřejněného v roce autory Wilbarger a Wilbarger. (Sensory Defensiveness in

Children Ages 2-12: An Intervention Guide for Parents and Caretakers. Avanti Education Programs). Vycházejí z toho, že fungujeme nejlépe, když je náš stupeň vzrušení v prostřední oblasti - nejsme vzrušení ani příliš moc ani příliš málo. Moje teorie: Zahradní terapie je efektivní, protože čas strávený v přírodě podporuje mírné vzrušení nervového systému. Umožňuje jednotlivci optimálním způsobem přijímat a reagovat.

Trénink

V roce 2012 jsme začali s nejnovější verzí našeho „Certificate of Merit“ – záslužného vyznamenání v oblasti zahradní terapie. Upravili jsme naši učební osnovu tak, aby bylo možné absolovovat i dálkové studium. Studenti se mohou zúčastnit kurzů online, sdílet obsah a vést online diskuze.

Zároveň chceme dát všem studentům možnost, zažít zahradní terapii live a poznat různé terapeutické přístupy navrhování zahrad. Proto zahrnuje náš program dvě pětidenní praktické fáze. Přitom se sejdou všichni studenti v botanické zahradě v Chicagu. Prohlédneme si některé z četných terapeutických zahrad v okolí a podíváme se na několik zahradně-terapeutických sezení. Studenti pracují dohromady ve skupinách aby aplikovali terapeutické úpravy zahrady v praxi. Tak mohou cvičit a posilovat své techniky prezentace. Pořádáme sezení pro psaní žádostí o podpůrné programy a pro založení malých firem. Studenti sami mají zodpovědnost za seznámení se s důležitými výzkumnými studii a kritické posouzení přečtených článků. Jsem pevně přesvědčena o tom, že budoucnost zahradních terapeutů nebude záviset pouze na kvalifikované práci s našimi klienty, ale také na znalostech odborného jazyka a provádění výzkumu.



Shrnutí zahajovací řeči: Zahradní terapie v botanické zahradě v Chicagu: Vývoj, trénink a programy

Aktuální programy v botanické zahradě v Chicagu

- Odbourání stresu u veteránů
- Podpora rodinných vazeb pro navrátky se veterány a jejich rodiny
- Zkušenosti pro přípravu výkonu povolání pro dospělé osoby s vývojovými vadami
- Senzorické zkušenosti pro slepé a zrakově postižené dospělé osoby a děti
- Senzorická regulace pro studenty s poruchami autistického spektra
- Obohacení života pro starší obyvatele zařízení sociální péče
- Práce na zahradě s ohledem na výživu a zdraví pro dospělé osoby s autistickými poruchami žijícími v sociálních zařízeních
- Sezení pro podporu angažovanosti a socializace pro veterány se závislostí na návykových látkách
- Práce na zahradě pro obohacení vědecké učební osnovy pro studenty se speciálními potřebami
- Práce na zahradě pro podporu integrace invalidních duševně postižených osob do komunity
- Sezení pro podporu vlastního výrazu u skupin zaměřených na zpracování smutku

Budoucnost vypadá pro zahradní terapeutů slibně. Vždy bude potřeba dobře vzdělaných osob s komplexní znalostí přírody a lidí. Otázkou je, jestli a jak dobře budou zahradní terapeuti placeni.

Zdá se, že zahradní terapeuti budou i v budoucnosti velmi zvláštní lidé s různorodými kompetencemi a kvalifikacemi, kteří budou svoji práci vykonávat s velkou vášní a energií. Zahradní terapeuti jsou silná, inteligentní a komplexní individua. Jsem pyšná na to, že vás mohu brát jako své přátele a kolegy.



Barbara Kreski

Shrnutí zahajovací řeči: Zahradní terapie v botanické zahradě v Chicagu: Vývoj, trénink a programy



„Thrive“ zahradní projekt v Trunkwellu květen 2013

Historie STZ* ve Velké Británii

- 19. stol.: četné doklady pro práci na zahradě jako „léčivý prostředek“, koníček a tělesná činnost
- 1. polovina 20. stol.: domů se vracející vojáci potřebují tělesnou rehabilitaci – práce na zahradě se stává účelnější a výsledkem je méně pobytů v nemocnici
- 1936 – Association of Occupational Therapists uznala práci na zahradě jako cenný terapeutický prostředek u tělesných a psychických onemocnění
- 50. / 60. léta 20. století – u nemocnic byla spuštěna řada nových programů. Práce na zahradě se používá častěji a zvětšuje se rozsah zkušeností.
- 60. léta 20. století – byla založena Disabled Living Foundation, která se zasazuje o další vývoj a využití zahradní terapie
- 1973 – založení profesního svazu USA (AHTA)
- 1978 – založení Society for Horticultural Therapy (Thrive)

Zdravotně postižení ve Velké Británii

- 6,9 milionů zdravotně postižených v produktivním věku –19% pracujícího obyvatelstva
- více než 10 milionů lidí s postižením, z toho 5 milionů v důchodovém věku
- 2 milióny zrakově postižených lidí
- 770.000 postižených dětí mladších 16 let, tedy jedno z 20
- Každým rokem utrpí 150000 lidí mozkovou mrtvici, třetí nejčastější příčinu smrti (HD & Cancer 1 & 2)

- 820.000 lidí trpí demencí
- 13,8 miliónu lidí trpí psychickými onemocněními
- 1,5 milionů lidí má poruchu učení, z toho vážnou, 230.000-350.000
- 8 miliónu lidí má neurologickou poruchu

Život s postižením - realita

- Momentálně je 1,3 milionu zdravotně postižených ve Velké Británii, kteří chtějí pracovat.
- 23% zdravotně postižených nemá žádné ukončené profesní vzdělání ve srovnání s 9% nepostižených.
- Osoby s poruchami učení umírají dvakrát tolik na kardiovaskulární onemocnění než zbylá populace. Také pravděpodobnost úmrtí na onemocnění dýchacích cest je vyšší než u jakékoli jiné skupiny (univerzita v Lancasteru 2005).
- Přibývá počet mladistvých a dětí s psychickými onemocněními a poruchami chování.
- Pravděpodobnost odmítnutí přijetí školou je u zdravotně postižených dětí 13x větší. (National Autistic Society 2006)

STZ - přehledné informace

- V roce 2004 se zahradního projektu účastnilo každý týden 24000 lidí.
- 45% projektů podporuje rozvoj sociální kompetence a 44% podporuje naučení se základním dovednostem.
- Roční rozpočet pro sociální a terapeutické zahradnické projekty je cca 54 milionů GBP.



„Thrive“ zahradní projekt v Trunkwellu květen 2013

- Také sociální služby a státní zdravotnická služba NHS se vzrůstající měrou podílejí na zahradních projektech
- 30% nových projektů za 3 roky

Thrive 1978 - 2013

- Národní dobročinná organizace s cílem prací na zahradě změnit život zdravotně postižených osob.

Thrive zahradní projekty

Naše projekty nabízejí:

- praktickou demonstraci principů a praktik sociální a terapeutické práce na zahradě;
- výchozí body a možnosti využití standardů kvality a „Best Practices“ v rámci sociální a terapeutické práce na zahradě (STZ);
- možnost, vyzkoušet při práci na zahradě nové praktiky a ideje, které se adaptují na potřeby jednotlivých klientů.

Co nabízí zahradní projekt v Trunkwellu?

Speciální programy:

- Reha
- Poruchy při učení těžší zapamatovatelnost učení
- Včetně psychických onemocnění Demence
- Odborné vzdělávání

Cíle, výsledky, stanovení cílů a prostředky

- Cíle – komplexní účel intervenčního opatření
- Výsledky – rozhodující rozdíl, kterého chceme dosáhnout
- Stanovení cíle – plánovaná opatření pro dosažení našich cílů a výsledků

- Prostředky – všechna konkrétní jednotlivá opatření, služby a produkty v rámci našeho projektu pro dosažení cílů a výsledků

Programy

Individuálně sladěné:

- Koncentrace na konkrétní osobu a její potřeby
- Podpora sociální kompetence
- Podpora pocitu vlastní hodnoty, nalezení smyslu a odměny
- Zlepšení funkčních cílů – pozornosti a koncentrace
- Tělesná zlepšení – cvičení, jemná motorika, pohyblivost a kondice
- Rozvoj schopností a osvojení si vědomostí

Převedení

- Osobní údaje
- Kontaktní osoba
- Udaje ke zdraví, alergiím atd.
- Medikamenty
- Zkušenost s prací na zahradě
- Upřednostňované období účasti
- Rizika nebo nápadné chování
- Koníčky a zájmy nebo témata úvodního rozhovoru
- Zvláštní přání ohledně výsledků/

Sepsání nálezu

- Kmenové údaje:
- Zvláštní přání klientů
- Tělesná výkonnost
- Zkušenost s učním
- Tempo učení
- Sociální pozadí
- Kulturní pozadí
- Motivace
- Styl učení



„Thrive“ zahradní projekt v Trunkwellu květen 2013

Průběžné hodnocení databáze poznatků

- Bylo zavedeno v roce 2010 pro všechny klienty
- Demografické údaje: datum narození, pohlaví, onemocnění
- údaje k chování – vyhodnocení řady kritérií chování při každém sezení, jako např. sociální interakce, komunikace, motivace

Individuální pokrok

- Užitečné pro zobrazení efektivity programů STZ

Dva přístupy k analýze dat:

- „dlouhodobá analýza“ – ukazuje, jak se dlouhodobě mění chování „nových“ klientů během účasti na programu „Thrive“;
- „průřezová analýza“ – jak se mění údaje k chování klientů, kteří se zúčastnili v různé době programů „Thrive“.

Ostatní možnosti měření úspěchu

- **Individuální opatření v rámci rozvoje**
Kde jsem nyní; kam chci; jak se tam dostanu; jak to jde; jaký jsem byl?; co přijde jako další?
- **Roční kontrola**
dosažení osobních cílů; problémy a další kroky pro nadcházející rok
- **stupnice dosažení cílů**
Metoda měření stupně dosažení cílů v průběhu intervenčního opatření

Green Care - lékařská péče Péče o zahradu a zdraví

- Green Care je ve Velké Británii a Evropě souhrnný název pro intervenční opatření,

ve kterých se terapeuticky používá přirozené prostředí

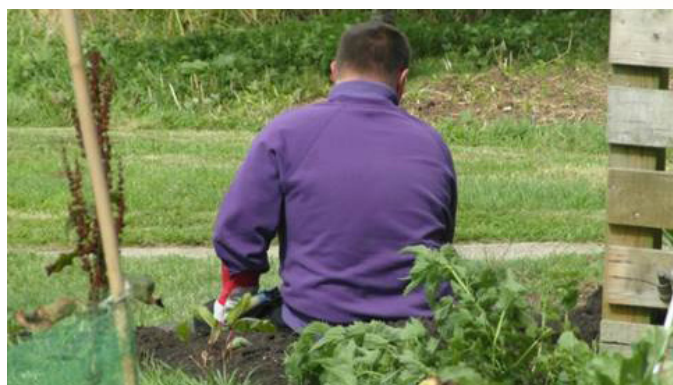
• K Green Care patří:

- Care farming
- Sport/pohyb v přírodě (Green Exercise)
- Terapie životním prostředím
- Terapie divočinou
- Zahradní terapie



Susan Tabor

„Thrive“ zahradní projekt v Trunkwellu květen 2013



Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody - šance a výzvy

Program GreenHouse v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody Rikers Island

Společný projekt společnosti pro zahradničení New York (The Horticultural Society of New York), úřadu pro výkon odnětí trestu svobody, města New York City (NYC Department of Correction) a úřadu pro vzdělávání, New York City (NYC Department of Education)

USA vykazují celosvětově nejvyšší míru vzetí do vazby. Některé věznice a zařízení pro výkon trestu v USA se mezitím staly také největšími občanskými zařízeními pro psychická onemocnění v celé zemi.

I když se míra vzetí do vazby zemí zastoupených na této konferenci příp. významně liší od hodnot platných pro USA a demografické údaje uvězněných se liší stát od státu, jsou některé faktory, které vedly ke vzetí do vazby, stejné. Badatelé zaznamenali, že deficity ve výchově, chudoba, zanedbávání a zneužívání během dětství, zážitky násilí, zneužívání drog, uvěznění v rámci rodiny, bezdomovectví, psychické nemoci a obecně nedostatek možností představují některé z nejdůležitějších faktorů, které přispívají k tomu, že se lidé setkají s trestním soudnictvím a sedí ve věznicích nebo zařízeních pro výkon trestu. Protože mnohé způsoby chování, které vedou k uvěznění lidí, se učila celé roky nebo desetiletí, dochází ke změnám obtížně a míra opětovného spáchání trestného činu je mezi 43 až 70%.

Přesto se široká většina uvězněných vrací nakonec zpátky do společnosti. Zahradní terapie může hrát roli při ukazování alternativních cest a podněcovat pozitivní změny, aby se přerušil tento začarovaný kruh?

Ve velkém množství věznic a ústavů pro výkon trestu se různým způsobem provozuje zemědělství a zahradničení. Mnohá zařízení mají obdělávané plochy s pracovními týmy. Jiná nabízejí zahradničení jako další profes-

ní vzdělávání. Aby účastníci dosáhli řádného ukončení, spolupracují tato zařízení zčásti s vyššími odbornými školami nebo zahradnickými školami. Některá zařízení pěstují ovoce a zeleninu a kooperují s obecně prospěšnými organizacemi, aby mimo jiné darovala část výpěstků potřebným okruhům osob v okolí. Programy pro zahradní terapii jsou ale ještě vzácné.

„GreenHouse“ v Rikers Island, věznice v New York City, je takovým programem. Program „GreenHouse“ řídí společnost Horticultural Society of New York ve spolupráci s newyorským Department of Correction a tamějším Department of Education a kombinuje zahradní terapii s profesním zahradnickým vzděláváním. Navíc jsou nabízeny kurzy v učebních prostorách v rámci celoročně běžícího programu. Účastníci jsou odsouzení dospělí muži a ženy, kteří si odpykávají trest odnětí svobody v době trvání jednoho roku nebo méně - v odděleném zařízení - mladí muži vzatí do vazby mezi 19 a 21 rokem, kteří musejí čekat na další vývoj jejich případu. Délka účasti na programu může být mezi šesti týdny a dvěma a půl roky. Průběh se může přizpůsobit potřebám a schopnostem různých skupin a účastníků. Provádějící personál se skládá ze dvou zahradních terapeutů na plný úvazek, jednoho zahradního terapeuta na částečný úvazek, osmi až dvanácti dobrovolných spolupracovníků a praktikantů a výkonných úředníků.

Účastníci programu navrhli několik zahrad na Rikers Island, založili je a starají se o ně. K tomu patří prostory pro ptáky a motýly, plochy pro pěstování zeleniny s vyvýšenými záhony, rozária, přirozeně rostoucí lesní plochy s divokými květinami, záhony osázené letničkami a trvalkami a rybník. V zimě se sbírají zkušenosti s péčí o pokojové rostliny a pěstování ze semen pod sklem. Navíc se koná vyučování v místnostech pro kurzy. Na konci dostanou všichni účastníci vysvědčení. Po návratu do společnosti mají absolven-



Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody - šance a výzvy

ti možnost se účastnit programu „GreenTeam“- speciálně na dobu po propuštění, kdy si rozšiřují své znalosti v oblasti zahradnictví. Také během placené praxe trénují schopnosti, které jsou zapotřebí v normálním životě. Od účastníků GreenTeam se očekává, že budou aktivně pracovat na své abstinenci a usilovat o ukončení školy na druhém vzdělávacím stupni (GED). Na konci se budou také ucházet o pracovní místo na volném pracovním trhu. GreenHouse a GreenTeam úzce spolupracují s komunitními organizacemi, které poskytují pomoc při psychických problémech a možnost odvrácení bezdomovectví a nabízejí rady při zneužívání návykových látek.

Celkovým cílem GreenHouse je oslovit uvězněné účastníky na všech rovinách jejich existence - emocionálně / psychologicky / sociálně kognitivně a fyzicky. Jejich další vývoj by měl být podnícen a umožněn aktivní prací s rostlinami a zapojením do přirozeného světa.

Zahradní terapie nabízí uvězněným účastníkům velmi mnoho šancí a užitku:

Emocionální / psychologické / sociální šance:

- Účastníci se stanou strážci země. To, co dělají na zahradě, má účinky, i když půda, kterou obdělávají, leží ve vězení. Tím, že jsou zodpovědní za kousek zahrady, rozumí jí a chrání ji, se účastníkům, kteří se ve své momentální situaci cítí bezmocně, opět vrátí moc.
- Účastníci nachází více souladu s přírodou, najdou si čas se soustředit a ukazují nadšení v prostředí, které jinak nenabízí stimulaci.
- Účastníci mají často hluboce zakořeněné strachy z přirozeného světa, které se zakládají na masivním odcizení nebo závažných chybných informacích. Tím, že

se věnují práci na zahradě, se učí zbavit se některých z těchto strachů a důvěřovat přirozenému světu jako části nás samých.

- Účastníci využívají zahradu jako místo k přemýšlení a k vypořádání se se svou situací, ztrátami, vinou atd. To jim může pomoci přemýšlet o rozhodnutích, dělat plány a čerpat novou naději.
- Když se účastníci společně starají o rostliny, mohou se přitom zbavit defenzivních postojů a ukázat slabá místa, která jinak schovávají. Účastníci se učí přebírat zodpovědnost, aniž by se cítili být přemoženi.
- Ve vězení může být čas protivníkem. Při práci na zahradě je ale potřebným prvkem. Na zahradě se žádný čas neztrácí.
- Účastníci zažívají rozdíl mezi okamžitou a pozdější odměnou. Mnoho jich je zvyklých na okamžitou odměnu. Na zahradě věci ale potřebují svůj čas. Zralé jahody chutnají lépe než jahody zelené!

Na kognitivní úrovni včetně profesních komponent:

- Účastníci objevují nové talenty.
- Účastníci zjišťují, že jim člověk věří, že se mohou dále rozvíjet a učit. Jsou respektováni ve svém usilování o další vývoj.
- Pýcha na osobní úspěchy může vést k vyššímu pocitu vlastní hodnoty.
- Účastníci jsou konfrontováni s novými věcmi jako s novými potravinami, lidmi a kulturami v bezpečném a podporujícím prostředí. Přestože jsou fyzicky omezeni, mohou na duševně-duchovní rovině „odejít“ a rozšířit svůj horizont.



Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody - šance a výzvy

- Účastníci zažívají spokojenost nad tím, že mohou začít a ukončit úkol, který vyžaduje určité schopnosti.
- Postupně získávají účastníci odvahu, přijímat a realizovat rozhodnutí za horizontem.
- Účastníci se učí dodržovat instrukce bez vzdoru a jako tým nebo samostatně pracovat na dotažení úkolů až do konce.

Na fyzické úrovni

Účastníci zažívají, že jsou ještě schopni vykonávat fyzické práce, ačkoli je jejich tělo často poškozeno zneužitím návykových látek a životem na ulici.

Pomocí konzumace samostatně vypěstovaných potravin dochází k „pohlčení“ nově nabytých vědomostí. Tím, že se naučí něco o výživě, mohou účastníci vychutnávat tělesné vjemy zdravým způsobem a tuto zkušenost sdílet po propuštění se svými rodinami.

Uvnitř prostředí dost chudého na podněty mohou být rostliny, které stimulují, velmi vítanou zkušeností.

Příklady výzev při zahradní terapii v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody

Účastníci mohou být kdykoli přesunuti. Přestože program nachází ve vězení širokou podporu, existují jiné faktory, které mají vyšší důležitost než pokroky, které účastníci dělají při zahradničení. Zahradní terapeuti nemají žádnou kontrolu nad délkou účasti na programu.

K tomu patří také, že k propuštění dojde často v okamžiku, kdy zahradní terapeuti mohou teprve právě rozpoznat, jak se někdo vyvíjí. K propuštění dojde nezávisle na tom, zda účastník je připraven. Negativní způsoby chování, které se vyvíjely po celé roky, nel-

ze jednoduše „odstranit“ za několik týdnů. Může trvat dokonce roky než budou účastníci „připraveni“.

Sledování bývalých účastníků je obtížné, pakliže se nestanou členy GreenTeam nebo nezůstanou po propuštění dobrovolně v kontaktu. Mnoho účastníků ale zmizí. Proto je těžké určit dlouhodobou efektivitu programu. Ale právě fundovaný výzkum a určení výsledků programu by byly zapotřebí, aby se mohl o jeho užítku přesvědčit vězeňský personál a sponzoři. Tyto výzvy patří k práci v ústavu pro výkon odnětí trestu svobody.

I přes tyto a některé další výzvy: Má zahradní terapie ve věznicích a ústavech pro výkon odnětí trestu svobody svoji hodnotu a pozitivní účinky? Bez jakékoli pochybnosti!

Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody může pomoci při zasazení nové semene. Jestli a kdy bude růst, jak dlouho k tomu bude potřebovat a jestli nakonec ponese plody, není v našich rukou. My jako zahradní terapeuti můžeme být ale partnery na straně našich účastníků. Když nám to po jejich propuštění dovolí, můžeme jim připomenout, že nosí toto semeno v sobě a ono je připraveno vyklíčit.

Zahradní terapie v ústavu pro výkon trestu odnětí svobody - šance a výzvy

Poslední slovo přenechám jednomu z našich účastníků, který se vyjádřil ve formě básně:

Nech přírodě svůj běh, protože pouze příroda může člověka polepšit. A pro člověka je těžké polepšovat přírodu. Přesto se o to pokoušíme.

Jsme jako semena, která rostou jen tehdy, když jsou vyživována možnostmi, zalévána nadějí a zasazena na pole s cíli.

Nedávej nám žádná velká omezení, ale světlo abychom viděli směr, kterým se pohybujeme.

Mysli na to, že chyby jsou jako plevel. Sice jsou velmi nápadné, nenech se jimi ale odvádět od naší krásy.

Rostou s námi a jejich kořeny sahají hluboko.

Proto buď trpělivý a pochop, že zatímco některé květiny kvetou, některé listy usychají a opadají.

Ale člověk nepozoruje semeno jako něco, co je nebo jako něco, co byl, ale pozoruje ho jako to, co může být.

*E. S., účastník programu GreenHouse
po dobu devíti měsíců*



Hilda Krus



Další informace

„Natur im Garten“ Telefon +43 (0)2742/74333

gartentelefon@naturimgarten.at

www.naturimgarten.at