

# Herní terapie

**Herní terapie** je psychoterapeutická metoda komplexního přístupu v léčbě hospitalizovaných dětských pacientů. Jejím hlavním úkolem je snížit na minimum stres dítěte, které čeká pobyt v nemocnici, řada nepříjemných zákroků a vytržení z jeho domácího prostředí. Tuto terapii provádí herní specialista na dětských odděleních nemocnic, učitelky speciální ZŠ při nemocnici a také zdravotní klauni.

## Vznik a vývoj

### Ve Velké Británii

První zmínky o pozitivním vlivu hry na psychiku dětského pacienta pocházejí z 50. let minulého století z Velké Británie. Ke změnám vedly především postoje psychoterapeuta **Jamese Robertsona**, který se věnoval zejména vlivům separace od rodiny na děti. Vytvořil také film **Dvouletá jde do nemocnice** (*A Two-year-old goes to hospital*), kde zachytil nejistotu, úzkost a trápení holčičky s týdenní hospitalizací. Reakcí na tento film se stala tzv. *Plattova zpráva*, která byla podnětem k vytvoření **Charty práv hospitalizovaných dětí**. Následovala tvorba experimentálních herních programů pro některé britské nemocnice. V roce 1973 se konal první kurz pro školení herních specialistů a o 2 roky později vznikla organizace NAHPS (*The National Association of Hospital Play Staff*) se současným názvem **National Association of Health Play Specialists**. Ve Velké Británii došlo k rychlému zavedení hry do praxe a dnes má téměř každá nemocnice svého specialistu.

### V České republice

U nás se tento obor začal rozvíjet v 90. letech zejména díky paní Peg Belsonové a MUDr. Olze Stárkové. Dnes je již vytvořen speciální obor kombinovaného studia Herní specialista – dramaterapeut. Touto problematikou se u nás zabývá např. Nadační fond Klíček či Společnost pro herní práci. Především kvůli **nedořešenému vymezení daného oboru** v ČR pracují vyškolení terapeuté přibližně ve třetině nemocnic s dětským lůžkovým oddělením.

## Průběh

Průběh herní terapie se nikdy nedá předem přesně naplánovat. Je nutné se přizpůsobit **individuálně** každému dítěti. Herní terapeut často přebírá pacienta již na ambulanci. Stává se jeho průvodcem. Nejprve mu ukáže prostředí oddělení, v první řadě hernu, a následně ho zavede do pokoje a k jeho lůžku. Seznámí ho se spolupacienty. Potom s ním projde celé oddělení a ukáže další důležitá místa, kudy se bude dítě během svého pobytu pohybovat. Nejprve se terapeut snaží **získat pacientovu důvěru** a částečně ho poznat. Později si s dítětem začne povídat o tom, co ho čeká. Hlavní zásadou je **dítěti nelhat**, ale vše mu jednoduše vysvětlit a povzbudit ho. K názorné ukázce se často používají loutky, na kterých se dle možností daný zákrok ukáže a dítě je zároveň informováno – teď to bude trochu pálit, bude to nepříjemné, ale ty to zvládneš. Terapeut přitom dítě drží za ruku a snaží se ho maximálně podpořit. **Spolupráce probíhá také s rodiči**, kteří nemohou být vždy hospitalizováni s dítětem a bývají na tom po psychické stránce i hůře než samotný dětský pacient. Proto i s nimi si herní terapeut povídá o nemoci jejich dítěte. Snaží se jim vše vysvětlit. Špatný psychický stav rodiče je totiž z velké části přenášen na dítě.

K přípravě k zákroku se využívá pacientovo lůžko, na které je zvyklý a má zde již kousek „svého území“. Má tu své věci a cítí se relativně bezpečně i v soukromí. Velmi osvědčená metoda je přehrávání zážitků po již provedeném výkonu. Dítě už není tolik rozrušené a pomocí hry si může dodatečně ujasnit postupy léčby. Dítě je potom při opakovaném výkonu již klidnější a zvládá situaci lépe.

## Vliv herní terapie

Vhodně zvolený program usnadní dítěti pobyt v nemocnici, **odpoutá jeho pozornost** a pomůže překonat smutek, strach, bolest a beznaděj. Pomocí hry může být pacient **přípraven na lékařské vyšetření** a výkon. Jejím prostřednictvím vyjádří a „odžije“ strach a obavy. Rovněž je pro něj lépe pochopitelná potřebnost nemocniční péče. Dítě **lépe projevuje své pocity**, přehraje si některé problémy a hrou je i řeší. Díky hře se může dítě i v neobvyklé situaci, jakou je pro něj pobyt v nemocnici, cítit jako kterýkoli jiný den. Rodičům pomáhají hry snadněji se vyrovnat se situací svého dítěte a zdravotnickému personálu pomáhá v péči o dítě.

## Pomůcky

### Písemné a obrazové materiály

- Omalovánky,
- brožurky,
- knížky,
- fotoalba s fotografiemi zákroků, které pacienta čekají (herní specialisté si je většinou vyrábějí sami).

### Demonstrační pomůcky

- Vlastní hračky dětí,
- speciálně upravené panenky (se zavedenou infuzí, apod.),
- loutky,
- originální zdravotnické nástroje.

## Pomůcky pro vyplnění volného času

- Výtvarné potřeby,
- přírodní materiály,
- hračky, míčky.

## Odkazy

### Související články

- Expoziční terapie

### Použitá literatura

- MATĚJČEK, Z.: *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. Jinočany, H & H. 2001 ISBN MATĚJČEK, Zdeněk. *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. 3. vydání. Jinočany : H & H, 2001. ISBN 80-86022-92-7.
- PLEVOVÁ, I., SLOWIK, R.: *Komunikace s dětským pacientem*. Praha, Grada. 2010 ISBN PLEVOVÁ, Ilona a Regina SLOWIK. *Komunikace s dětským pacientem*. 1. vydání. Praha : Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2968-8.
- SIKOROVÁ, L.: *Potřeby dítěte v ošetřovatelském procesu*. Praha, Grada. 2011 ISBN SIKOROVÁ, Lucie. *Potřeby dítěte v ošetřovatelském procesu*. 1. vydání. Praha : Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3593-1.
- VALENTA, M. a kol.: *Herní specialista v somatopedii*. Olomouc, Univerzita Palackého v Olomouci. 2008 ISBN VALENTA, Milan. *Herní specialista v somatopedii*. 3. vydání. Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. ISBN 978-80-244-2137-7.