

VOLNÝ ČAS DĚTÍ V NEMOCNICI A KVALITA ŽIVOTA

Jana DLOUHÁ, Marie BLAHUTKOVÁ

Volný čas lze charakterizovat jako opak nutné práce a povinností, dobu, kdy si člověk může svobodně vybírat své činnosti, které dělá dobrovolně a rád a které mu přinášejí pocit uspokojení a uvolnění. (Pávková et al., 2005). Tyto činnosti zároveň obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. tvůrčí schopnosti. V tomto čase je člověk zcela sám sebou, nejvíce patří sám sobě, veškeré aktivity, které provozuje, ať je koná pro sebe či pro druhé, koná ze svého vnitřního popudu a zájmu. (Němec et al., 2002)

Volný čas dítěte v nemocnici je tedy čas, kdy dítě nečekají žádné vyšetření, lékařské zákroky či léčebné procedury, kdy nemusí plnit školní povinnosti, je to čas, se kterým může dítě do jisté míry - v závislosti na prostředí, ve kterém se nachází a na aktuálním zdravotním stavu a psychickém rozpoložení - libovolně nakládat dle svého vlastního uvážení.

Bude-li v dítě v nemocnici ponecháno ve volném čase „jen tak“, bez povšimnutí, stane se volný čas časem prázdným, v kterém bude velký prostor jednak pro nudu a zlobení, ale v závislosti na prostředí a na situaci, ve které se hospitalizované dítě ocitá, i na stesky, obavy a úzkosti. Aby tomu tak nebylo, stará se o volný čas hospitalizovaných dětí v nemocnicích na dětských odděleních nejen zdravotnický personál, ale i odborníci z dalších pomáhajících profesí, jako jsou speciální pedagogové a vychovatelé ve školách při nemocnicích, psychologové, herní specialisté a dobrovolníci: studenti středních či vysokých škol, zdravotní klauni aj.

Od roku 1994 provádí Nadační fond Klíček průzkum dětských oddělení v ČR – dotazníky byla obelána všechna dětská oddělení v ČR. O vyplnění dotazníků byli požádáni zodpovědní pracovníci jednotlivých oddělení, text obsahující jejich odpovědi je tedy jejich prezentací aktuálního stavu na dětských odděleních v ČR. Korekturní výsledky tohoto průzkumu jsou k dispozici od 29. října 2007 na webových stránkách www.detivnemocnici.cz. (www.klicek.org/index2.html). Z výsledků průzkumu vyplývá, že většina dětských oddělení umožňuje rodičům, aby byli hospitalizováni společně se svým dítětem a minimální omezení návštěv – zpravidla se nedoporučuje, aby rodiče nemocného dítěte s sebou brali velmi malé děti (kojence a batolata) a aby se návštěv zdržely osoby s akutní infekční chorobou. Samozřejmostí se v posledních letech stává skutečnost, že dítě je bráno jako partner, je mu – adekvátně jeho věku, mentální úrovni a psychické stabilitě - vysvětleno, co ho v nemocnici čeká. Na otázku, jak je zajišťován volný čas dětí v nemocnici, lékaři a zdravotní sestry uvádějí jednak materiální vybavení

– televizory na pokojích a hernách, dále videa, DVD přehrávače a další. Důležitou součástí volného času dětí přisuzovali škole při nemocnici, roli herních specialistů a dobrovolníků – studentů, zdravotních klaunů aj., dále nejrůznějším mimořádným aktivitám – divadelním představením, návštěvám ZOO atd.

Z pohledu rodičů nemocných dětí je na prvním místě zdravotní stav dítěte, kvalitní medicínská péče a brzké uzdravení, tedy vše, co souvisí s kvalitou jejich života. Somatickou stránku však výrazně ovlivňuje dobrý psychický stav, na tomto se podílí právě využití volného času a zde mohou pedagogové ve škole při nemocnici, herní specialisté, zdravotní klauni a další výrazně prospět. Vždyť úkolem škol při nemocnicích není jen zajištění kontinuity vzdělávání nemocného dítěte a prevence výukových problémů po návratu do kmenové školy, ale i starost o dětskou duši a zpříjemnění pobytu v nemocnici.

V České republice v současnosti působí školy při nemocnici zejména ve větších městech. Dle údajů krajských úřadů jednotlivých krajů ČR je (ke školnímu roku 2007-2008) zřízeno celkem 26 škol při nemocnicích, 4 školy při ozdravovnách a 20 škol při dětských léčebnách (zdroj: webové stránky krajských úřadů jednotlivých krajů; dále <http://www.ped.muni.cz/wsedu/index.php?p=op-somatopedie-zdravotnicka-zarizeni&id=f6db5e5124f7b180a123758b03eee663>)

Funkce a možnosti volného času vymezil Opaschowski (2001). Za základní považuje funkce rekreační – zotavení a uvolnění; kompenzační – odstraňování zklamání a frustrací; výchovu a další vzdělávání, kontemplaci – hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba, komunikační – sociální kontakty; participační – podílení se na chodu společnosti; integrační – stabilizaci života rodiny a vrůstání do společenských organismů a enkulturaci – kulturní rozvoj sebe samých tvořivě vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických dalších činností.

Z pohledu hospitalizovaného dítěte *funkci rekreační*, tj. zotavení a uvolnění, plní odpočinek po lékařských zákrocích, vyšetřeních, procedurách i od školních povinností. Na druhou stranu i plnění školních povinností a vypracování úkolů zadaných učitelkou může mít za určitých okolností charakter zotavení.

Návštěva rodiny a čas strávený se svými blízkými může být součástí odpočinku, na druhou stranu může i vyčerpávat, přestože je milá a vítaná.

K vyčerpání může dojít jednak z důvodu oslabení organismu; dítě je snadno unavitelné, během návštěvy však může dojít i hádce, v takovém případě jen prohloubí stres a frustraci z dlouhodobého pobytu v nemocničním prostředí.

Rekreační funkci, ať již formou pasivní či aktivní, může plnit pohyb, např. cvičení kalanetiky u dospívajících děvčat, dále hry na počítači či surfování po internetu hry na mobilním telefonu, konverzace se spolupacienty atd.

Nejčastějšími řízenými činnostmi v rámci volnočasových aktivit hospitalizovaných dětí jsou činnosti výtvarné, jejichž přínos je zdravotníky vysoce ceněn. Např. vrchní sestra Masarykovy městské nemocnice v Jilemnici Marie Janoušková uvádí, že učitelky zdejší školy při nemocnici kladou velký důraz na pracovní činnost, *vyrábějí s dětmi spoustu nápaditých výrobků, děti si obarvují trička, takže jim zůstává doma i příjemná vzpomínka na pobyt v nemocnici. I když při příjmu školáka, s kterým nezůstávají na oddělení rodiče, občas ukápně i slzička, při plánování propuštění se občas ozve "já ještě nechci domů, ještě si musím dodělat ten obrázek"*,

a někdy děti ani nemají čas na návštěvu rodičů“ (http://www.detivnemocnici.cz/seznam/l/l_d03.html).

Na vyplnění volného času v nemocnici s cílem zajistit odpočinek a zotavení nemocných dětí se velkou měrou podílí i herní specialista, má-li ho nemocnice k dispozici, a vychovatelky školní družiny. Ti se snaží dětem vytvořit prostředí podobné domovu, zaměstnat je a nepřipustit, aby se zabývaly svou nemocí. Zaměstnání ve družině navazuje na školní práci, zajišťuje plnou duševní aktivitu dítěte a rozvíjí zájmovou činnost ve výtvarné, estetické, hudební a pracovní výchově.

K situacím vyvolávajícím zklamání či frustraci může dojít velmi snadno: dítěti je sdělena nepříjemná zpráva, obává se vyšetření či bolestivého zákroku, přes veškeré snahy zdravotnického personálu, pedagogů, herních specialistů a dalších zažívá pochopitelný stres z pobytu v nemocnici, z důvodu nelepšení či zhoršení zdravotního stavu je mu pobyt prodloužen, odchod kamaráda domů – spolupacienta či návštěvy, nevydařený průběh návštěvy rodičů či známých, stesk po domově, atd.

Kompenzovat zklamání a stres pomáhají obdobné činnosti, které byly uvedeny výše (ať již záměrné či bezděčné), svoji roli hrají i spolupacienti, chování zdravotnického personálu a řada dalších lidí i okolností. Velikou radost dětem způsobí např. dopis či e-mail z domova – od kamarádů, od spolužáků a třídní učitelky z kmenové školy.

Funkci výchovnou a vzdělávací ve volném čase plní příprava úkolů zadaných na další den učitelem, pokud je dobrovolná a nenásilná – může tomu napomoci osobnost učitele a sympatie žáka k učiteli, forma domácího úkolu, pomoc mladším kamarádům atd.

U *kontemplace* záleží hlavně na věku dětí. U věřících dětí se jedná o např. o modlitbu – o samotě, s kamarádem, sourozenci či rodiči. Problém nastává u specificky zátěžových situací, u vážných onemocnění, např. onkologicky nemocných dětí, zde se velkou měrou angažuje hlavně psycholog.

Pro *komunikační funkci* volného času je důležité zachování styků s rodinou a s vrstevníky, tomuto napomáhá trend rozvolnění návštěvních hodin na odděleních, možnost pobytu rodiče s dítětem na odděleních během hospitalizace.

Co se týče *participace*, děti se podílejí na chodu nemocnice např. obrazovou výzdobou chodeb a jednotlivých oddělení vlastní tvorbou. Např. v Krajské nemocnici v Pardubicích výzdobu trvalého charakteru tvoří dřevěné plastiky – zejména na chodbách, mateřské pokoje tvoří plastiky látkové. Na pokojích malých pacientů jsou nainstalovány sítě, které zdobí vlastní práce žáků školy při nemocnici (http://www.nem.pce.cz/NemPce_odd_det_hra.htm). Žáci rovněž pomáhají připravovat nejrůznější akce v rámci chodu nemocnice či školy – výlet, soutěž, projekt atd.

Integrativní funkce je z povahy hospitalizace do jisté míry snížena, ale segregaci lze díky zkracování doby hospitalizace a přítomnosti jednoho z rodičů či sourozenců částečně eliminovat.

Na některých odděleních, např. na psychiatrii probíhá muzikoterapie, tato kromě léčebného efektu umožňuje mj. kulturní rozvoj dětských pacientů, *tvorivé vyjádření prostřednictvím umění*. Kreativitu napomáhá dětem rozvíjet i poslech kvalitní hudby, aktivní zpěv či hra na nástroj, např. na procházce do nemocničního parku.

Dětští pacienti se ven z nemocničního areálu dostanou málokdy, zvláště těžce nemocní, kteří musí mít klid na lůžku a stálý dohled nemocničního personálu. To jim

příliš na dobré náladě a duševní pohodě, která se tolik podílí na rychlejším uzdravení a návratu domů mezi kamarády, nepřidá. Proto se jim „dobré duše“ snaží přinést kousek světa venku a osvěžení aspoň na chvíli v podobě milé návštěvy na oddělení, která je potěší zábavným programem, přinese drobnost v podobě obrázku, sladkosti či drobného dárečku.

Výlet ven z nemocnice, příjemná změna v přísném léčebném režimu, pokud jej lékaři dětem dovolí, je vždy na výsost vítaný. Toto si uvědomilo několik obětavých lidí z brněnské ZOO a připravili pro malé pacienty dětské hematookologie Fakultní dětské nemocnice v Černých Polích netradiční aktivitu v podobě výletu dětí na Den dětí 1. června 1997 společně s jejich rodiči v doprovodu zdravotnického personálu. Jak uvádí Linhartová (2007), akce měla mimořádný ohlas, všem zúčastněným přinesla mnoho radosti, uvolnění. Pomohla děti rozptýlit, poněkud odlehčit jejich stresům a zainteresovat je více v průběhu léčby. Po prvním úspěchu se z jednorázové aktivity stala tradice. Děti začaly pravidelně – každé první úterý v měsíci – jezdit za zvířátky do ZOO na Mniší horu v Brně. Letáček s „tygrím pozváním“ dostávají každý měsíc již více než deset let.

Díky výletům za zvířátky děti po návratu na oddělení mnohem lépe snášejí zátěž pobytu v nemocnici, vlivem pobytu na čerstvém vzduchu mají větší chuť k jídlu, což je u onkologicky nemocných dětí zvláště významné. Kreslením obrázků následující den si znovu vybaví zážitky z návštěvy v ZOO a opět se jim připomenou příjemné chvíle strávené mimo nemocniční pokoj. Dobrá nálada dětí je nakažlivá, následně se přenáší na rodiče i zdravotnický personál (Dlouhá, 2006).

Nápad dát trochu volného času několika nadšenců i profesionálů, byť různého zaměření: onkologů, vysokoškolských pedagogů, profesionálních zoologů a milovníků přírody, pro chvíli pohody onkologicky nemocných dětí a jejich rodičů měla externí pracovnice brněnské ZOO, prof. MVDr. Dagmar Ježková, CSc. Získala pro něj ředitele ZOO MVDr. Martina Hovorku, Ph.D., dnes přednostu Kliniky dětské onkologie prof. MUDr. Jaroslava Štěrbu, Ph.D. a řadu dalších, kteří se dodnes na realizaci této netradiční aktivity podílejí (Linhartová, 2007).

Do kreslení a malování se s velkým zájmem často zapojují i rodiče dětí, zejména maminky. Vzpomínají na zvířata, se kterými se předešlého dne setkali, snaží se co nejdříve zachytit podobu oblíbeného zvířete a navzájem porovnávají své výtvořky. Návštěva studentek za nemocnými dětmi je tak zpestřením a příjemným rozptýlením i pro rodinné příslušníky, kteří se stejně jako jejich děti mají možnost odreagovat, přijít na jiné myšlenky a alespoň na chvíli zapomenout na útrapy spojené s nemocí svého blízkého (Dlouhá, 2006).

V zoologické zahradě města Brna se během veškerých těchto setkání nenabízela a nenabízí jen prodej zoologické atrakce, nýbrž „*rozdávala se neobvyklá laskavost, volný čas několika nadšenců, dokonce i něco z úcty zahrady pro potěšení a dětem „na zoubek“, nabízela se radost onkologicky nemocným dětem*“ (Linhartová, 2007, s. 74). A nejen dětem, i jejich rodičům a ošetřujícímu personálu. Výlet do ZOO za zvířátky splňuje bezesporu funkci relaxační, seznámení se zvířátky, s jejich způsobem života a s chováním funkci výchovně vzdělávací, poslouchání jemného šplouchání vody u bazénku s hrajícími si lachtany či pozorování hemžení cizokrajných rybiček v akváriu v tropickém království je ideální kulisou pro kontemplaci. Pokud s nemocným dítětem navštíví do ZOO i jeho rodina či zdraví sourozenci, má v sobě komunikační i integrační

přínos. Jak uvádí právě Linhartová, V., 2007, spokojení rodiče a prarodiče nemocných dětí, kteří se těchto aktivit účastní, to často v rozhovorech s ošetřujícím personálem jen potvrzují.

Díky výtvarným aktivitám se studentkami pedagogické fakulty se děti podílejí i na chodu nemocničního oddělení – obrázky jednak zdobí pokoje dětí a nemocniční chodby, ale co je podstatné, putují do Norska paní Běle Jensenové v rámci akce Stonožka. Z Norska jsou distribuovány jako pohlednice do celého světa a výtěžek z jejich prodeje je využit na nákup nejrůznějších pomůcek pro nemocné děti.

Výtvarnými aktivitami si děti zároveň rozvíjejí tvořivost a schopnost zachycení vnímaného jevu či vzpomínku na něj kresbou, batikou, vyrývání linorytem a dalšími výtvarnými technikami. Přispívá to tedy rovněž k jejich enkulturaci – kulturnímu rozvoji sebe samých prostřednictvím umění.

Na stimulační význam zvířat chovaných v zoo pro nemocné děti upozornila kolokvia O neumírání (květen 2005) a O tygrím pozvání (květen 2007) konaná v přednáškovém sále brněnské ZOO. Jejich psychoterapeutický přínos pro všechny, kdo se návštěv v ZOO účastní, ocenili mj. prof. MUDr. Jiří Vorlíček, CSc., prof. MUDr. Jan Žaloudík, CSc. a další.

V současném pojetí lékařské péče o nemocné pacienty, zvláště dětského věku, je hlavním principem komplexní péče zahrnující veškeré složité dění provázející dítě a jeho onemocnění od započetí léčebného procesu až po ukončení léčby, v ideálním případě do úplného uzdravení. Na tomto pojetí péče se podílí nejen ošetřující lékař, ale i celá řada odborníků z dalších pomáhajících profesí i laiků, kteří se snaží dítě udržet v přiměřené duševní aktivitě a zajistit mu kvalitní trávení volného času. Nenechat ho napospas stesku po domově a chmurným myšlenkám na vlastní bolest a nemoc, a tím alespoň dílčím způsobem přispět k jeho rychlejšímu navrácení do normálního způsobu života.

Veškeré volnočasové aktivity pro nemocné děti, připravované a realizované samozřejmě se souhlasem ošetřujících lékařů a zdravotních sester a pod jejich pečlivým dohledem charakterizuje velké množství obětavé a často nezištné práce motivované soucitem s cizí bolestí a utrpením. Je třeba je nanejvýš ocenit a podporovat je, neboť i díky nim dostanou děti příležitost zpestřit si léčebný režim, přinášejí radost a uvolnění a zlepšují se tak v důsledku jejich psychický stav, ovlivní to značně kvalitu jejich života a v samém důsledku i zdravotní stav.

Závěr

Volný čas dětí v nemocnici je čas, kdy dítě nečekají žádné vyšetření, lékařské zákroky či léčebné procedury, kdy nemusí plnit školní povinnosti, je to čas, se kterým může dítě do jisté míry – v závislosti na prostředí, ve kterém se nachází a na aktuálním zdravotním stavu a psychickém rozpoložení – libovolně nakládat dle svého vlastního uvážení. Aby dítě v tomto čase nebylo osamoceno a ponecháno neveselému přemítání o jeho pobytu v nemocnici a odloučení od rodiny a kamarádů z domova, stará se o volný čas hospitalizovaných dětí v nemocnicích na dětských odděleních nejen zdravotnický personál, ale i odborníci z dalších pomáhajících profesí, jako jsou speciální pedagogové a vychovatelé ve školách při nemocnicích, psychologové, herní specialisté a dobrovolníci: studenti středních či vysokých škol, zdravotní klauni atd.

Zdravotnický personál v duchu komplexního pojetí léčby nemocných dětí a chápání zdraví jako bio–psycho–socio–spirituální pohody tyto aktivity zpravidla vítá, přičemž je samozřejmostí, že nic nesmí narušovat průběh léčby a všichni, kdo se na zpestření doby, kdy je dítě v nemocnici podílejí, musí respektovat léčebný režim dětí a veškerá doporučení ošetřujícího personálu.

Příkladem nevšední snahy odpoutat nemocné dítě od jeho choroby a nepříjemných zážitků s ní spojených, které zdravotníci kvitují s povděkem a kterých se sami účastní, jsou vyjížďky onkologicky nemocných dětí hospitalizovaných ve Fakultní nemocni v Brně v Černých Polích. Tyto aktivity probíhají již více než deset let, za tu dobu se jich zúčastnilo více než 280 dětí spolu se svými rodiči a zdravotnickým personálem coby nutným doprovodem. Vyjížďky do ZOO přispívají k zpestření a oživení volného času nemocných dětí a mají pro děti nesmírný psychoterapeutický význam.