

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2007

Kateřina Kohoutová

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

na téma:

**Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění u dětí**

Pedagogical-psychological horse riding for children

2007

Kateřina Kohoutová

Bakalářská práce na katedře pedagogiky a psychologie  
u PhDr. Dagmar Moravcové

na téma:

## **Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění u dětí**

Pedagogical-psychological horse riding for children

Jméno: Kateřina Kohoutová

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

Bakalářské prezenční studium

Akademický rok: 2006/2007

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Dagmar Moravcová

# Prohlášení

Prohlašuji,

že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala zcela samostatně a veškerou použitou literaturu i další podkladové materiály, které jsem použila, uvádím v bibliografii.

V Praze, 1. března 2007

.....

podpis

# Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí své bakalářské práce PhDr. Dagmar Moravcové za vedené této práce a za její konstruktivní připomínky, které mi pomohli při zpracování daného tématu.

Dále bych ráda poděkovala hipoterapeutickému týmu občanského sdružení Reha za to, že mi umožnil se plně zapojit do chodu tohoto sdružení a především Mgr. Ivetě Němečková, která mne odborně vedla při práci v tomto sdružení.

V nepolední řadě patří můj dík také rodičům dětí, které do občanského sdružení Reha docházejí, za to, že mi poskytli potřebnou zpětnou vazbu a umožnili mi použít informace z průběhu terapií a také fotografie pořízené v rámci jednotlivých terapií.

# Obsah

Prohlášení.....	4
Poděkování.....	5
Obsah .....	6
Klíčová slova .....	8
Úvod.....	9
Teoretická část .....	11
1. Hiporehabilitace.....	11
1.1. Historie využívání koně k léčebným účelům.....	11
1.2. Rozdělení hiporehabilitace .....	14
1.2.1. Hipoterapie.....	16
1.2.2. Sport pro handicapované .....	17
1.3. Kontraindikace pro hiporehabilitaci .....	18
2. Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění (LPPJ) .....	20
2.1. Definice.....	20
2.2. Fáze LPPJ .....	21
2.2.1. První fáze .....	21
2.2.2. Druhá fáze.....	23
2.3. Rehabilitační tým LPPJ .....	23
2.3.1. Lidé .....	24
2.3.2. Výběr koně.....	25
2.4. Účinky LPPJ .....	26
2.4.1. Vliv na fyzickou stránku osobnosti .....	26
Chody koně .....	27
Korektní sed.....	30
Rovnováha .....	31
Koordinace pohybů, motorika .....	32
Celkové uvolnění .....	33
Lateralita – pravolevá orientace.....	34
LPPJ jako tělocvik .....	34
2.4.2. Vliv na psychickou stránku osobnosti .....	35
Emoce .....	35
Motivace .....	36
Posílení sebevědomí .....	36
Pozornost .....	37
Kognitivní schopnosti a paměť .....	37
Chování.....	38
2.4.3. Vliv na sociální stránku osobnosti .....	39
Vztah kůň - člověk.....	39
Spolupráce klient – kůň – terapeut .....	40
Práce ve skupinách.....	40
Sociální dovednosti, komunikace .....	40
Interakce celé rodiny.....	41
2.5. Dětské klienti LPPJ .....	42
2.5.1. Děti s poruchami učení .....	44
2.5.2. Děti se specifickými poruchami chování.....	46
2.5.3. Děti se smyslovými vadami.....	49
2.5.4. Děti s mentálním postižením .....	51
2.5.5. Děti s jinými duševními poruchami.....	52

Praktická část .....	55
1. Průběh LPPJ konkrétních klientů .....	56
1.1. Průběh LPPJ u klientky se zrakovým postižením.....	56
1.2. Průběh LPPJ u klientky s mentální retardací .....	57
1.3. Průběh LPPJ u klientky s LMD .....	58
1.4. Průběh LPPJ u klientky s LMD-ADHD .....	59
2. Dotazníkové šetření .....	60
3. Vybrané cviky.....	63
Závěr .....	65
Bibliografie .....	67
Monografie a sborníky .....	67
Periodika .....	71
Elektronické zdroje .....	72
Přílohy.....	74
I. Týdenní plán koně v hiporehabilitaci .....	74
II. Pohyby trupu koně .....	75
III. Zobrazení korektního sedu.....	76
IV. Slovník.....	77
V. Informace o občanském sdružení Reha – sdružení pro rehabilitaci .....	78
VI. Zásady bezpečnosti při LPPJ v o.s. Reha .....	81
VII. Dotazník .....	82
VIII. Doplnující fotografie.....	83
Summary .....	84

## **Klíčová slova**

Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění

Hiporehabilitace

Terapeutické ježdění

Postižení zraku

Postižení sluchu

Mentální postižení

Duševní porucha

## **Keywords**

Pedagogical-psychological Horse Riding

Hippotherapy

Therapeutic Riding

Vision Impairment

Hear Impairment

Mental Handicap

Mental Disorder



# Úvod

Moje bakalářská práce je věnována tématu léčebně pedagogicko-psychologické ježdění u dětí. Jedná se o jednu z forem hiporehabilitace.

V teoretické části své práce se nejprve zmíním o historii využívání koně k léčebným účelům, dále o zařazení léčebně pedagogicko-psychologického ježdění v rámci hiporehabilitace, velkou část své práce se budu zabývat účinky léčebně pedagogicko-psychologického ježdění a v poslední kapitole se zaměřím na možnosti využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění u různých typů dětských klientů. V praktické části pak uvedu průběh terapie u některých dětských klientů, uvedu výsledky svého dotazníkového šetření a také se zaměřím na některé cviky, jenž se používají v rámci léčebně pedagogicko-psychologickém ježdění.

Téma léčebně pedagogicko-psychologického ježdění u dětí jsem si zvolila především ze dvou důvodů. Prvním z nich je, že využívají zvířat v terapii nabývá v posledních letech na velkém významu a dostává se do podvědomí široké veřejnosti. Z tohoto důvodu považuji dané téma za velice aktuální. Druhým důvodem je má osobní angažovanost v dané problematice. Již déle jak dva roky se věnuji této formě práce s dětmi jako dobrovolník. Jednou týdně docházím do občanského sdružení Reha, kde pomáhám jako asistentka při hodinách léčebně pedagogicko-psychologického ježdění. V rámci této praxe jsem dostala také možnost pod dozorem zkušené odbornice Mgr. Ivety Němečkové vést sama hodiny léčebně pedagogicko-psychologického ježdění a ověřit si tak své poznatky v praxi. Zaměření mé práce na dětskou klientelu vyplývá nejen z cílové skupiny klientů občanského sdružení Reha, ale také z mého budoucího profesního směřování.

Jako hypotézy této práce si stanovuji následující:

1. LPPJ je komplexní metoda, která působí na všechny složky dětské osobnosti
2. LPPJ rozvíjí motorické schopnosti dítěte nenásilnou formou při jízdě na koni
3. LPPJ je smysluplnou náplní volného času dětí.

Při zpracovávání své práce jsem se snažila pracovat s různými typy zdrojů. Používala jsem monografie i sborníky, pracovala jsem s periodiky a v neposlední řadě jsem používala i informace získané z internetových stránek. Veškeré teoretické poznatky získané z odborné literatury jsem porovnávala s mými vlastními zkušenostmi a konzultovala s odborníky z občanského sdružení Reha.

Tištěné zdroje, které jsem prostudovala mohu rozdělit do tří skupin. Do první skupiny patří odborná literatura, která se věnuje hiporehabilitaci jako takové (např.: PIPEKOVÁ, Jarmila, VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-010-7.; KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. Praha: ČHS, 1995.; HOLLÝ, Karol, HORNÁČEK, Karol. *Hipoterapie: léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 2005. ISBN 80-7225-190-2.).

Do druhé skupiny mohu zařadit tištěné zdroje, které se věnují koňské tematice (např.: *Koně: velká kniha o chovu a výcviku koní*. Praha: Agentura cesty, 1995. ISBN 80-7181-014-2.; *Učebnice jezdeckví a vozatajství: základní výcvik jezdce a koně*. Praha: Saga, 1998. ISBN 80-86133-17-6.).

Třetí skupina zdrojů, které jsem používala, se týká problematiky jednotlivých postižení, pro které je hiporehabilitace využívána (např.: KEBLOVÁ, Alena. *Zrakově postižené dítě: metodický materiál*. Praha: Septima, 2001. ISBN 80-7216-191-1.; KLENKOVÁ, Jiřina. *Možnosti stimulace preverbálních a verbálních schopností vývojově postižených dětí*. Brno: Paido, 2000. ISBN 80-85931-91-5.; VALENTA, Milan, MILLER, Oldřich. *Psychopedie: teoretické základy a metodika*. Praha: Parta, 2003. ISBN 80-7320-039-2.).

Jako další jsem kromě tištěných zdrojů využívala i zdroje elektronické, především internet. Jednalo se o oficiální stránky jednotlivých sdružení, která hiporehabilitaci provádějí (např.: VEJVAROVÁ, Věra; ŠIMONOVÁ, Jana. Co je to hiporehabilitace a jak působí?. Platný <http://www.os-svitani.cz/hiporehabilitace.php>, 2002. 15.7.2005.; HERMANNOVÁ, Hana. Fakta o hipoterapii v ČR. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLFAKTA.htm>. 15.7.2005.).

Snažila jsem se navštívit také webové stránky, které uvádějí informace o praktickém provádění hiporehabilitace v zahraničí (např.: American Hippotherapy Association. Platný <http://www.americanhippotherapyassociation.org>. 15.7.2005.; Saratoga Therapeutic Equestrian Program. History of Hippotherapy. Platný <http://www.s-t-e-p.com/history.asp>. 15.7.2005.).

# Teoretická část

## 1. Hiporehabilitace

Animoterapie, tzn. použití zvířete v léčbě či terapii, patří v posledních letech k velmi rychle se rozvíjejícímu oboru v rámci terapie. K nejznámější formám patří hiporehabilitace (využití koní pro léčebné účely) a canisterapie (využití psů pro léčebné účely).

Název hiporehabilitace je odvozen z řeckého slova hippos, což znamená kůň a od slova rehabilitace – navrácení cti, bezúhonnosti, znovu nabytí práv, nápravná péče, nápravné cvičení.<sup>1</sup> Při hiporehabilitaci je tedy používáno koně jako léčebného prostředku. Využívá se působení koně na lidský organismus a to jak v oblasti fyzické, přenos specifického pohybu koně na jezdce; tak v oblasti psychické, tedy působení zvířete na psychiku jedince a v neposlední řadě v oblasti sociální ve vztazích kůň-člověk, člověk-kůň-člověk.

„Hipoterapie u nás prožívá v posledních letech značný vzestup. Je komplexní rehabilitační metodou, která vychází z neurofyziologických základů, přičemž k léčebným účelům využívá koně. Je zařazována mezi proprioceptivní neuromuskulární (svalové) facilitační metody. Rehabilitace pomocí koně propojuje oblast medicínskou, pedagogicko-psychologickou a sportovní. Bývá též označována jako hiporehabilitace a dělí se na 3 složky – hipoterapie, léčebně pedagogické ježdění a sportovní a rekreační ježdění handicapovaných.“<sup>2</sup>

### 1.1. Historie využívání koně k léčebným účelům

Jak jsem uvedla výše, zájem o hiporehabilitaci v posledních letech značně narůstá. S využíváním koně pro léčebné účely se můžeme ovšem setkat již dříve v historii.

MUDr. Jana Kulichová uvádí léčebné využití koně u jihoamerických indiánů jako první zmínku o terapeutickém použití koně. Ti nechávali viset příčně přes hřbet klusajícího koně své druhy v bezvědomí. Tento úkon, který vyvolával pravidelné nárazy na hrudní koš, měl podobný účinek jako dnešní resuscitace.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> (14), s. 318.

<sup>2</sup> (3), s. 20.

<sup>3</sup> (9), s. 10.

Zmínky o využití koně k léčebným účelům nacházíme v literatuře starověké a středověké. Pro dokreslení uvádím informace o některých z nich.

„Terapeutická hodnota jízdy na koni byla uznávána již před mnoha staletími. Ve starověkém Řecku bylo chronicky nemocným doporučováno, aby jezdili na koni.“<sup>4</sup> K prvním dochovaným zmínkám antického období patří kapitola Přírodní cvičení jízdou na koni od Hippokrata (460 – 377 před Kristem).<sup>5</sup> Další zmínkou o použití koně při léčbě je zachovalý lékařský návod k hipoterapii, který můžeme nalézt v Galenových spisech (Galenos z Pergamonu, 130-199 po Kristu). Ten byl osobním lékařem císaře a filosofa Marca Aurelia, kterému jízdu na koni také doporučil. V díle Marca Aurelia Hovory k sobě (sepsáno v letech 171-179 po Kristu) se zmiňuje o doporučení od svého lékaře jezdit na koni.<sup>6</sup> V období renesance nacházíme zmínku o koních a jízdě na nich mimo jiné i v knize z roku 1569 od Itala Mercurialis.<sup>7</sup>

I v novověku se autoři zabývali významem koně pro zdravý způsob života. Kniha z roku 1782 francouzského autora J. S. Tissota s názvem Léčebná a chirurgická gymnastika, neboli výzkum o užítku pohybu (Medicinische und Chirurgische Gymnastik, oder Versuch über den Nutzen der Bewegung) uvádí, že nejlepším tempem pro terapii na koni je krok.<sup>8</sup>

K pravidelnějšímu užívání koně k léčebným účelům dochází především v Anglii a Německu ke konci 19. století. Na konci 19. století začala vznikat dokonce cvičebná nářadí odpovídající tvarem koni se sedlem. Ta sloužila ke zdravotní gymnastice.<sup>9</sup>

Počátky novodobého léčebného využívání koně jsou ze začátku 20. století. V té době se o léčebné jezdectví začínají zajímat zdravotníci. Kůň se začal využívat při rehabilitaci ortopedických zranění válečných veteránů z první světové války, např. ortopedická klinika v Oswestry, založená Damem Agnesem Hunttem.

Od 50. tých let dochází k rozvoji ježdění handicapovaných. „V moderní době byla první známou invalidní jezdkyňou Liz Hartelová. Přesto, že byla následkem obrny tělesně postižená, získala pro Dánsko stříbrnou medaili na olympijských hrách v r. 1952 a v r. 1956.“<sup>10</sup>

---

<sup>4</sup> (7), s. 177.

<sup>5</sup> (7), s. 177.

<sup>6</sup> (2), s. 13.

<sup>7</sup> (7), s. 177.

<sup>8</sup> (7), s. 178.

<sup>9</sup> (9), s. 10.

<sup>10</sup> (7), s. 178.

V 60. tých letech začínají v Evropě a v USA vznikat organizace zabývající se využitím koně pro léčebné účely handicapovaných. V roce 1969 byla založena ve Velké Británii Asociace jízdy pro tělesně postižené (Advisory Council of Riding for the Disabled), v roce 1969 vznikla Severoamerická asociace jízdy na koni pro invalidy (North American Riding for the Handicapped Association) a v Německu je v roce 1970 založeno Kuratorium pro léčebné ježdění (Kuratorium für Therapeutisches Reiten). Od 60. tých let se také začíná postupně užívat termínu hipoterapie.

Roku 1972 se konal v Paříži první mezinárodní kongres, zabývající se hipoterapií, druhý se konal o tři roky později ve Švýcarsku v Basileji. První mezinárodní organizace FRDI (The Federation of Riding for the Disable International) byla založena v roce 1985 na pátém kongresu v Miláně. Zde byl odsouhlasen také následující statut:

- „- všechny národní organizace budou podporovat rozmanité formy kontaktu s koněm za účelem zlepšení kvality života lidí s handicapem
- všechny země souhlasí s definováním různých oblastí použití koně
- všechny země souhlasí s vypracováním standardu pro trénink kvalifikovaných osob vhodných k různému použití koně“<sup>11</sup>.

Kořeny využívání koně k léčebným účelům na našem území musíme hledat na Slovensku. „Zajímavou zmínkou o hipoterapii, související s historií Slovenska, je údaj z knihy J. M. Urbana „Ludovít Štúr – Rozpomienky“. Zachycuje ovlivnění Štúrova držení těla ježděním na koni a skutečnost, že velikán našich dějin byl už v 19. století propagátorem využití ježdění na koni pro upevnění zdraví na Slovensku.“<sup>12</sup> Kladný postoj k jízdě na koni měl také první prezident T. G. Masaryk, který ji hodnotil jako nejrychlejší tělocvik, při kterém se cvičí celé tělo, ruce, nohy, plíce i srdce zároveň.<sup>13</sup> První kurzy hiporehabilitace byly prováděny v Psychiatrické nemocnici Hronovce, nedaleko řeky Hron.<sup>14</sup>

Hiporehabilitace v Čechách se začala rozvíjet v 80. letech a jedním z jejích prvních průkopníků byla MUDr. Lia Frantová z Dětské Bajzovy léčebny Luže – Košumberk.<sup>15</sup>

---

<sup>11</sup> (9), s. 11.

<sup>12</sup> (2), s. 14.

<sup>13</sup> (2), s. 15.

<sup>14</sup> (2), s. 13.

<sup>15</sup> (59)

Moderní pojetí hiporehabilitace začíná v České republice vznikem České hiporehabilitační společnosti (ČHS) v roce 1991. V letech 1992 – 1999 docházelo k postupnému ujasňování pravidel a podmínek pro provozování a registrování jednotlivých hipoterapeutických praxí. ČHS je členem mezinárodní organizace FRDI (The Federation of Riding for the Disable International) a sdružuje všechny, kteří používají koně v lékařství, sportu či pedagogice (lékaře, fyzioterapeuty, pedagogy, jezdecké instruktory,...). Česká hiporehabilitační společnost zajišťuje školení pracovníkům, uděluje licence, dohlíží na odbornost a vydává časopis s názvem HIPOrehabilitace a současně provozuje hiporehabilitaci v areálu terapeutického statku Bohnické psychiatrické léčebny.<sup>16</sup>

V současné době pracuje na území České republiky několik desítek sdružení, které poskytují hiporehabilitaci klientům všech věkových skupin. Mezi nejznámější patří občanské sdružení Epona působící v Brně, státní zařízení Dítě a kůň působící v Kutné Hoře, občanské sdružení Koník z Českých Budějovic a občanské sdružení Piafa působící ve Vyškově.

## 1.2. Rozdělení hiporehabilitace

V odborné literatuře se setkáváme v souvislosti s využitím koně k léčebným a terapeutickým účelům s několika termíny - hiporehabilitace, hipoterapie, léčebně pedagogicko-psychologické ježdění, sport pro handicapované, psychoterapeutické ježdění. Nyní je na místě vymezit alespoň pro potřeby této práce výše uvedené termíny, které budu užívat, ujasnit jejich obsah a jejich vzájemné vztahy. Největším problémem tvoří obsah a vzájemné vymezení termínů hipoterapie a hiporehabilitace. S jejich vymezením se i dnes potýká řada odborníků. „Je otázkou, zda se pod pojmem hipoterapie má chápat pouze fyzioterapie a ne například také psychoterapeutické ježdění.“<sup>17</sup>

Jako souhrnný název pro terapii a léčbu s využitím koně budu používat termín hiporehabilitace. Termíny hipoterapie, léčebně pedagogicko-psychologické ježdění a sport pro handicapované budu užívat jako termíny podřazené termínu hiporehabilitace, tzn. jako názvy jednotlivých podskupin hiporehabilitace. Psychoterapeutické ježdění budu chápat jako součást léčebně pedagogicko-psychologického ježdění. Takovému

---

<sup>16</sup> (35), s. 16.

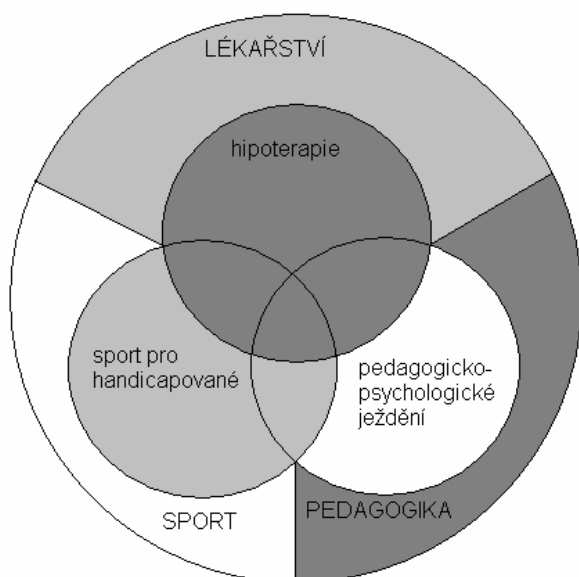
<sup>17</sup> (2), s. 19.

vymezení jednotlivých termínů je užíváno ve většině odborné literatury týkající se dané problematiky a já jej budu ve své práci respektovat.

Definice samotného pojmu hiporehabilitace lze nalézt několik. Všechny definice v sobě zohledňují komplexnost působení koně na člověka. „Hiporehabilitace je bezkonkurenčně nejkomplexnější terapie. Spojuje v sobě prvky fyzio-, psycho-, socioterapie, přičemž pořadí je dáno sledovaným cílem.“<sup>18</sup> „Hiporehabilitací se rozumí včlenění vození se na koni nebo ježdění (hipických aktivit) do komplexu opatření zaměřených na obnovení ztracené funkce, zmírnění nebo minimalizování či odstranění fyzického, psychického, sociálního nebo mentálního handicapu pacienta nebo klienta.“<sup>19</sup>

V rámci hiporehabilitace tedy kvalifikujeme několik podskupin. Rozdělení do jednotlivých podskupin je stanoveno podle metody, formy a požadovaného výsledného cíle terapie. „Jednotlivé okruhy respektují nároky, které jsou dané pro určitou skupinu klientů, odlišují se svým cílem a metodikou.“<sup>20</sup> Nejrozšířenější způsob rozdělení je přejatý z Německa a rozděluje hiporehabilitaci do těchto tří oblastí:

- hipoterapie
- léčebně pedagogicko-psychologické ježdění (pedagogicko-psychologické ježdění)
- sport pro handicapované (sportovní a rekreační ježdění pro handicapované)<sup>21</sup>



Heipertzovo schéma<sup>22</sup>

<sup>18</sup> (48)

<sup>19</sup> (2), s. 19.

<sup>20</sup> (63)

<sup>21</sup> (3), s. 20.

<sup>22</sup> (18), s. 131.

Nyní bych pro úplnost krátce definovala hipoterapii a sport pro handicapované, jako dvě oblasti hiporehabilitace, kterými se později již ve své práci nebudu zabývat.

### 1.2.1. Hipoterapie

Hipoterapie jako jedna z podskupin hiporehabilitace úzce souvisí s lékařstvím, především s rehabilitací. „Hipoterapie je komplexní rehabilitační metoda, ve které se využívají podněty z koňského hřbetu, které se přenášejí na jezdce a příznivě ovlivňují jeho zdravotní stav.“<sup>23</sup>

Cílovou skupinou pro hipoterapii jsou děti s dětskou mozkovou obrnou, děti a mládež s vadným držením těla, skoliózou, děti s neurologickými obtížemi, lidé po úraze, lidé s roztroušenou sklerózou, lidé s diagnózou Downův syndrom, lidé po centrální mozkové příhodě, lidé po amputaci končetin nebo s malformacemi končetin apod. Důležité je, aby hipoterapie byla vždy zařazena v rámci komplexní léčebné péče (operace, léky, cvičení, psychoterapie, masáže, dieta,...).

Pro hiporehabilitaci všeobecně a tedy i pro hipoterapii je prostředkem léčby kůň. „Využívá působení prvků nespecifických (vliv tepla zvířete, taktilní podněty, podpůrné a obranné reakce, labyrintové reflexy, aj.) a specifických prvků, které jsou podmíněny působením koně a jeho kroku, který je vlastně jedinečný a ničím nenahraditelný.“<sup>24</sup>

Při samotné rehabilitaci je kůň veden, klient na něm sedí nebo leží, po i proti směru jízdy, a prování cviky pod dohledem fyzioterapeuta. Při tomto způsobu rehabilitace je využíván specifický krok koně a to, jak se jeho pohyb pomocí hřbetu přenáší na jezdce. „Pacient na koni je z hlediska ovládnutí koně naprosto pasivní – podstatou léčebného působení je využití přirozeného pohybu koně s jeho typickým chůzovým mechanismem (podobným lidskému kroku), kterému se pacient přizpůsobuje.“<sup>25</sup> Pohyb koně vede k uvolňování napětí svalů, dochází k zapojení zádočných, mezilopatkových, břišních a hýžděových svalů, zlepšuje se koordinace pohybů. Nezanedbatelným přínosem je také teplo, které tělo koně vysílá a pomocí něhož dochází k prohřívání těla klienta.

Při hipoterapii se uplatňují „proprioceptivní neuromuskulární facilitační prvky

- nespecifické
  - vliv tepla

---

<sup>23</sup> (16), s. 3.

<sup>24</sup> (3), s. 20.

<sup>25</sup> (46)



- taktilní kožní podněty
  - protažení zkrácených šlach
  - podpůrné reakce
  - cvičení proti odporu
  - obranné reakce proti pádu
  - šíjové a bederní hluboké posturální reflexy
  - labyrintové reflexy
  - iradiace podráždění
  - uvědomování si proprioceptivních vzruchů při emotivním prožitku z pohybu na koni
- specifické
    - rytmické přenášení trojrozměrných pohybových stimulů podmíněných krokem koně
    - pohyb vpřed jako báze motorického vývoje
    - chůze ve stoje, jako základní pohybový vzorec
    - neprogramovaný bioenergoinformační přenos z pólu zvířete na pacienta<sup>26</sup>

„Hipoterapie jako jedna z léčebných metod v sobě pojí aspekty rozvoje motorických i psychických funkcí. Tyto aspekty se vzájemně prolínají a výborně doplňují. Vytváří pro své klienty nový sociální prostor a přispívá i k rozvoji jejich zájmů.“<sup>27</sup>

### 1.2.2. Sport pro handicapované

Sport pro handicapované je založen na aktivním ovládnutí koně jezdcem. Jedná se, jak již sám název napovídá, o sport. Terapeutický přínos zde není cílem, ale spíše doprovodným přínosem. Může být provozován rekreačně nebo i závodně (paradrezúra, paravoltiž). „Tato sportovní aktivita je vhodná forma pro udržování a zvyšování fyzické kondice a umožňuje handicapovaným vyrovnat se se svým postižením a prostřednictvím sportu se zařadit mezi zdravé vrstevníky.“<sup>28</sup>

---

<sup>26</sup> (61)

<sup>27</sup> (32), s. 137.

<sup>28</sup> (18), s. 134.

Cílová skupina klientů zde není přesně vymezena. Sport pro handicapované mohou provozovat osoby, které jsou psychicky i fyzicky schopné samostatně ovládat koně a pro něž se jízda na koni stala zálibou.

Jednotlivé formy hiporehabilitace spolu nejen úzce souvisí, ale jak naznačuje Heipertzovo schéma, také se prolínají. K tomu dochází v případě, že klient se již dostal na vyšší úroveň ve svých jezdeckých dovednostech a je možné u něj začít aplikovat metody z jiné formy hiporehabilitace. Hipoterapie velmi úzce souvisí s léčebně pedagogicko-psychologickým ježděním, ve kterém se prvky z hipoterapie objevují při provádění některých cviků. Sport pro handicapované zase úzce navazuje na léčebně pedagogicko-psychologické ježdění.

### **1.3. Kontraindikace pro hiporehabilitaci**

Hiporehabilitace všeobecně je dosti specifickým způsobem léčby, a proto u ní existuje řada omezení, pro která není možné, aby určitý klient tento způsob terapie podstoupil. Tato omezení jsou společná všem formám hiporehabilitace. Vycházejí ze specifík hiporehabilitace, tzn. především z přítomnosti koně a jeho následného užití v léčebném procesu.

Vhodnost či nevhodnost hiporehabilitace posuzuje odborník u každého pacienta individuálně. „Indikaci k hipoterapii posuzuje odborný lékař (neurolog, rehabilitační lékař) a má nad ní též supervizi.“<sup>29</sup>

K hlavní kontraindikaci z hlediska psychiky klienta patří jeho nepřekonatelný strach z koně. Jde o logickou kontraindikaci. Těžko lze provádět práci na koni a u koně s klientem, který nebude schopen se v jeho přítomnosti uvolnit a jemuž bude už pouhá přítomnost koně působit traumata.

K dalším kontraindikacím patří:

- „dekompenzace jakéhokoliv základního onemocnění
- akutní zánětlivé, horečnaté stavy
- terminální stádia progredujících onemocnění
- alergie na koňskou srst
- onemocnění s nebezpečím odchlípení sítnice
- velké luxace kyčlí, coxartrosy, endoprotézy

---

<sup>29</sup> (3), s. 20.

- osteoporosa
- čerstvá neurologická traumata
- nedostatečně kompenzovaná epilepsie
- Menierská symptomatika
- nestabilní angina pectoris
- závažné poruchy srdečního rytmu
- příznaky srdeční insuficience
- nestabilní hypertenze
- spina bifida
- meningimyelokéla
- paterní synostozy (pokud je srůst rozsáhlý a brání přizpůsobení pohybu)<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> (71)

## 2. Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění (LPPJ)

### 2.1. Definice

Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění propojuje oblast lékařství, pedagogiky, psychologie, psychiatrie a sportu. Nejsilněji působí v oblasti pedagogické a psychologické. Tato část hiporehabilitace bývá nazývána také zkráceně pedagogicko-psychologické ježdění. Pod LPPJ řadím, jak jsem uvedla již výše, také psychoterapeutické ježdění.

„Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění definujeme jako využívání práce s koněm, vození se na koni a ježdění na koni jako pedagogické a psychologické médium k dosažení pozitivních změn v chování dětí a mládeže, nebo ke zmírnění nebo odstranění příznaků duševní choroby či mentálního handicapu. Vidíme, že tato definice je velmi široká a obsahuje v sobě výchovné i léčebné prvky. Dá se říct, že v sobě zahrnuje také psychoterapeutické ježdění.“<sup>31</sup>

„Vychází ze základního předpokladu, že jízda na koni je výborným prostředkem nejen pro rehabilitaci tělesných onemocnění nebo defektů, ale ovlivňuje u dětí a mladistvých fyziologický a psychický vývoj, formuje rozvoj osobnosti, pozitivně působí na smyslové činnosti a má silný socioterapeutický vliv... Hlavním cílem je podpora sebedůvěry pacienta prostřednictvím cvičení odvahy, samostatnosti, obratnosti, nebo naopak podle konkrétního problému pacienta např. tlumení agresivity, výchova ke kázní.“<sup>32</sup>

„Kůň zde působí v oblasti pedagogicko-psychologické. Přispívá k vytvoření výchovných pedagogicko psychologických předpokladů u dětí, podporuje pozitivní změny jejich chování, odstraňuje nebo zmírňuje projevy některých duševních nemocí a smyslových deficitů. Léčebné a pedagogické ježdění umožňuje pedagogům a psychologům stát v pozadí situace, protože korekci poruch chování dětí přímo zprostředkovává sám kůň. Na nevhodné chování odpovídá svými samovolnými a přirozenými reakcemi změnou tempa, uskočením, štípnutím, či kousnutím a následně shozením. Hlavní význam u léčebně pedagogického ježdění má bezprostřední osobní zkušenost dítěte.“<sup>33</sup>

---

<sup>31</sup> (2), s. 19.

<sup>32</sup> (18), s. 134.

<sup>33</sup> (1), s. 144.

Při pedagogicko-psychologickém ježdění se využívá jízda na vedeném koni i aktivní ovládání koně klientem. „Děti začínají jezdit na koni vedeném na lonži a pokročilejší se učí koně ovládat samostatně. S aktivním ježděním souvisí i aktivní přístup k péči o koně v jízdárně. Děti koně čistí a také zvládají drobné úklidové práce ve stáji (zametání, rozhrnování pilin). Nedílnou součástí je teoretická průprava o koních.“<sup>34</sup> Do tohoto typu hiporehabilitace je zařazena také práce ve stáji, ošetřování koně i jeho příprava pro jízdu. „Jako terapeutický prvek slouží stáj se svými specifickými zákony, kůň se svými identickými a naprosto nefalšovanými reakcemi, interakce terapeut – kůň – klient, klient – kůň – klient. Klienti plní samostatné úkoly dané terapeutem, a to ve stáji, v jízdárně, v sedle nebo mimo sedlo koně. ... Metodika při pedagogicko-psychologickém ježdění je velmi pestrá. Řídí se cílem terapie, fyzickými a psychickými předpoklady klientů, které jsou značně rozdílné. Velký důraz je kladen především na navazování kontaktu klientů s koňmi a práci ve stáji. Kůň je klienty pozorován, hlazen, ošetřován, sedlán, klienti na koni cvičí, hrají hry, soutěží, jezdí v terénu.“<sup>35</sup>

Tento typ hiporehabilitace probíhá individuálně, ve dvojicích nebo ve skupině. Konkrétní určení je ovlivněno typem postižení, metodou a stanoveným cílem terapie.

## **2.2. Fáze LPPJ**

Jak je uvedeno výše, při LPPJ se využívá jak koně vedeného, tak i koně, kterého ovládá klient samostatně. Kůň může být vedený na jedné či dvou lonžích a nebo na vodítku. Samostatné ovládání koně je náročnější a tudíž následuje až po fázi, kdy se klient vozí na koni vedeném a již se adaptoval na koňský hřbet. Lze tedy z hlediska aktivity klienta při ovládání koně rozlišit dvě etapy. První, kdy je klient pasivní při ovládání koně, druhou, kdy klient více či méně zdařile samostatně koně ovládá.

### **2.2.1. První fáze**

V první etapě je klient pasivní při ovládání koně. Jedná se o přípravnou fázi, kdy si klient zvyká na nové prostředí a nové podněty, které mu prostředí stáje poskytuje. Klient se adaptuje na koně, na jeho pohyby a navazuje s koněm vztah.

„V první etapě se řízení pohybu koně přenechává jiné osobě. Jejím cílem je tvorba adaptačních programů pro pohyb koně, vnímání jeho pohybů a pokus o jejich

---

<sup>34</sup> (64)

<sup>35</sup> (48)

predikaci. Nejedná se pouze o navázání kontaktu mezi koněm a pacientem, ale také o vytvoření jejich pohybového dialogu. Tato etapa je spojena se silnými psychickými zážitky vznikajícími mezi jezdcem a koněm.<sup>36</sup>

„Na začátku výcviku musíme u jezdce vybudovat nejméně dvě věci – důvěru v koně a správný sed na lonži.“<sup>37</sup>

V první fázi je důležité, aby si jezdec natrénoval správný sed, jako předpoklad dalších možných pokroků, neboť základním předpokladem pro jízdu na koni je vybudování korektního sedu u jezdce. „Správný sed je základem veškerého působení jezdce na koně. Jezdec se musí naučit být na koni v rovnováze. Teprve tak může najít v jakékoliv situaci společné těžiště s koněm. Pouze tehdy, sedí-li pružně a uvolněně, je schopen přizpůsobit se pohybu koně, bez přidržování či křečovitosti..... Vyvážený a uvolněný sed je předpokladem pro korektní pobídky a působení na koně.“<sup>38</sup>

První etapu je vhodnější provádět individuálně vzhledem ke zvýšeným nárokům na počet doprovázejících osob. Je zde nutný doprovod hipologa, který má na starosti vedení koně, hipoterapeuta, který se věnuje dítěti a v neposlední řadě své uplatnění v této fázi nalezne i asistent, který je nápomocný hipoterapeutovi a klienta jistí z hlediska bezpečnosti a může kontrolovat sed z druhé strany než na kterou vidí hipoterapeut.

V této etapě je vhodné vyjíždět i mimo jízdárnu do terénu. Výjezd do terénu je žádoucí, neboť nerovnosti terénu umožňují důkladnější procvičení sedu a kladou větší nároky na udržení rovnováhy.

I přesto, že klient je při ovládní koně pasivní, je možné mu již v této fázi při vhodné příležitosti objasňovat základy samostatného vedení koně. Mezistupněm mezi první a druhou fází jsou hodiny, kdy jsou vysvětlovány zásady vedení koně, a to teoreticky i prakticky. Hodiny mohou být ve fázi přechodu kombinovány s ohledem na aktuální únavu klienta a další okolnosti. V jedné části hodiny si klient může zkusit vést koně samostatně, v druhé části vede koně hipolog a klientovi je tak umožněna relaxace. Důležité je, aby jednotlivé hodiny na sebe navazovaly a aby vždy došlo k zopakování toho, co se klient minule naučil.

---

<sup>36</sup> (1), s. 134.

<sup>37</sup> (27), s. 47.

<sup>38</sup> (27), s. 51.

### 2.2.2. Druhá fáze

„V této etapě se klient musí naučit vysílat signály, na které bude kůň nejenom reagovat, ale které bude také akceptovat. Tato nová fáze vzájemného vnímání je podmínkou vytvoření partnerské dvojice koně a jezdce.“<sup>39</sup>

Klient, který byl původně pasivní při ovládání koně se v této fázi mění v jezdce a stává se tím, kdo určuje směr a způsob pohybu koně. Postupem času jsou klienti již schopni některých základních manévrů s koněm.

V této fázi je již možné praktikovat terapii s dvojicí klientů nebo dokonce ve skupině. Práce ve dvojici či se skupinou klientů, kteří samostatně ovládají koně, otevírá další možnosti terapie (např. zařazení her na koních).

V této fázi může klient jezdit na jízdárně, ale i samostatně v terénu. V počátcích, kdy klient ještě plně nezvládá samostatné vedení koně je vhodnější se zdržovat na jízdárně. V případě pokročilejších dovedností klienta je již možné vyjíždět do terénu, ale samozřejmě za doprovodu nejen hipoterapeuta, ale i hipologa, který stále dohlíží na korektní chování koně a je schopen v případě neúspěchu pomoci klientovi při vedení koně. V této fázi je možné také nabídnout volnou práci na jízdárně. Klient si sám rozhoduje, co bude s koněm provádět, sám si vybírá cestu, tempo i způsob jízdy. Zkouší si zastavovat a znovu pobízet, objíždět kroužky, měnit směr apod. I při samostatné práci klienta je nutný neustálý dohled odborníka a to nejen k tomu, aby kontroloval bezpečnost dítěte, jeho sed a pobídky, ale také aby mohl zareagovat v situaci, kdy si dítě neví rady a nebo není schopno si samostatně koně vést.

Po celou dobu jízdy klienta je nutné jej nejen vést z hlediska pokynů, ale také dohlížet na zachování jeho korektního sedu a na správnost jeho pobídek směrem ke koni.

### 2.3. Rehabilitační tým LPPJ

Již výše jsem použila termíny hipoterapeut a hipolog. Na tomto místě budu tyto osoby charakterizovat, vymezím jejich místo v rehabilitačním týmu LPPJ a zmíním se krátce také o požadavcích, které jsou kladeny na koně, který je používán při LPPJ.

---

<sup>39</sup> (1), s. 143.

### 2.3.1. Lidé

„Hiporehabilitaci provádí tým dobře sehraných speciálně vyškolených odborníků, kteří na léčbě spolupracují a vzájemně se doplňují.“<sup>40</sup>

První, který nabízí rodičům dítěte hodiny LPPJ je lékař. Ten zohledňuje možné kontraindikace, doporučuje LPPJ, stanovuje jeho cíle, předává kontakt na sdružení působící v dosahu klienta a především kontroluje účinky LPPJ. Samotných hodin se fyzicky neúčastní.

Hipoterapeut má na starosti klienta, pro kterého vybírá vhodného koně s jehož pomocí pak řeší jeho handicap. Při konkrétním výkonu terapie řídí celý tým a vede metodicky terapii. V průběhu terapie klienta povzbuzuje a aktivuje. Hipoterapeutem při LPPJ může být „léčebný, speciální nebo sociální pedagog s dvouletou praxí, případně psycholog s dvouletou praxí, ale také atestovaný psychiatr. Patří sem také psychoterapeut zařazený do seznamu psychoterapeutů. Všichni tito odborníci musí mít ještě doplňkový kurz hipoterapie. Pod dozorem a za vedení odborného garanta může pedagogicko-psychologické ježdění provozovat také pedagog s různou specializací, psycholog bez specifické přípravy na hipoterapii a studenti těchto oborů.“<sup>41</sup> Ať již provádí LPPJ jakýkoliv z výše uvedených odborníků, měl by mít absolvovaný kurz LPPJ.

Hipolog je člověk, který má na starosti koně. Stará se o jeho přípravu: především připravuje koně na neobvyklé a stresové situace. V době, kdy kůň terapii neprovádí, se hipolog stará o dostatečný pohyb koně v takovém rozsahu, aby kůň byl na další terapii psychicky i fyzicky připravený. Při samotné terapii koně vede nebo je nápomocen klientovi při jeho vedení. Hipolog také poskytuje klientovi informace o způsobu vedení koně a informace o koních. „Hipolog musí mít, vedle samozřejmé kvalifikace učitele jízdy nebo trenéra, také kurz hipoterapie.“<sup>42</sup>

Asistent je nápomocný hipoterapeutovi. Pomáhá při nasedání a sesedání, zajišťuje bezpečnost klientů při náročnějších cvicích, kdy je nutné klienta jistit z obou stran; pomáhá při hrách a soutěžích. Na asistenta nejsou kladeny žádné výrazné nároky z hlediska vzdělání či profese. Mělo by jít o osobu plnoletou, poučenou a zodpovědnou a především o osobu s dobrým a kladným vztahem k handicapovaným osobám.

---

<sup>40</sup> (3), s. 20.

<sup>41</sup> (2), s. 64.

<sup>42</sup> (2), s. 64.



Fyzioterapeut nachází své uplatnění nejvíce při hipoterapii, ale i v rámci LPPJ může být nápomocný. Především dohlíží na korektní sed a na sladění pohybů klienta s koněm. V neposlední řadě rozhoduje o případném polohování pacienta na hřbetě koně a také na něj dohlíží.

„Hipoterapie je týmová metoda. Podílí se na ní více odborníků. Spojuje v sobě více složek: lékařskou, psychologickou, pedagogickou, sociologickou, hipologickou. Je málo pravděpodobné, že by byly všechny odbornosti soustředěné v jediné osobě a na druhé straně je při terapii vždy potřeba více lidí. Každý z nich má svoji odbornost, svoji funkci a svoji zodpovědnost.“<sup>43</sup> Je důležité, aby každý v týmu znal přesně své povinnosti a plnil je, a to nejen z důvodů bezpečnostních, ale také proto, aby byl umožněn maximální přínos pro klienta.

### 2.3.2. Výběr koně

Do terapeutického týmu patří samozřejmě i kůň, neboť na něm a pomocí něho je terapie prováděna.

Na koně jsou kladeny nároky v oblasti fyzické i psychické, které musí splňovat, aby bylo možné jej použít při terapii. „Pro dobrou manipulaci by koně neměli být větší než 165 cm. Hřbet by měl být osvalený, přiměřeně široký při pohybu uvolněný. Krk se doporučuje kratší, mohutnější. Nohy pružné s dobrou mechanikou pohybu ve všech kloubech, bez zdravotních vad. Kůň musí důvěřovat člověku v každé situaci. Nesmí být lekavý a lechtivý. Musí být psychicky vyrovnaný, trpělivý, lehce ovladatelný ze sedla i při vodění, naprosto samostatný bez vyhraněného stádového pudu.“<sup>44</sup> Důležitým faktorem je i dostatečná síla koně proto, aby byl schopen uvést dvě osoby (např. při asistovaném sedu).

„Pro pedagogicko-psychologické ježdění mohou být vybíráni i koně, kteří by neobstáli při hipoterapii (ne však z důvodů zdravotních a kondičních). Zde je kladen spíše důraz na jejich individuální povahové vlastnosti, umožňující jim řešit neobvyklé situace (např. nečekané reakce psychicky labilních klientů).“<sup>45</sup>

Vždy je na koně nutné pohlížet jako na prostředek, ne jako na cíl. Prvořadým kritériem pro výběr koně je totiž vždy pacient. „Při psychoterapii je kůň klientům vybírán podle typu centrální nervové soustavy (flegmatictí dobráci nám ne vždy dovolí

---

<sup>43</sup> (2), s. 63.

<sup>44</sup> (61)

<sup>45</sup> (30), s. 211.

splnit cíl terapie). Terapeut potřebuje pro své klienty koně, kteří odlišným způsobem řeší neobvyklé situace, tzn. apatické či hyperaktivní chování klientů, větší pohyb osob ve stáji i v přímém kontaktu s nimi, nadměrný hluk, nečekané prudké pohyby, pohyb předmětů, agresi či kladné emoce klientů atd.<sup>46</sup>

Na koně používaného při LPPJ jsou kladeny nároky na rozdílný temperament, kůň musí být bezpečný při ošetřování ve stáji (neboť i práce ve stáji a ošetřování koně je náplní LPPJ), musí být adaptovaný na hluk, neobvyklé předměty a neobvyklé pohyby klientů na jeho hřbetu a v neposlední řadě by měl kůň také dobře snášet větší počet lidí v jeho blízkosti a časté střídání jezdců.<sup>47</sup>

Při využívání koně v terapii je nutné si uvědomit, že i pro koně je samotná terapie velkým tlakem. Kůň by měl být respektován a měl by mu být také poskytnut dostatek prostoru pro filtraci únavy po terapii. Především jde o to, aby měl kůň v rámci svého týdenního plánu zajištěný dostatek pohybu pro radost a to nejen pod zkušeným jezdcem, ale také volně ve výběhu a na pastvině (viz. Příloha č. I).

## 2.4. Účinky LPPJ

„Kůň a práce s ním představuje velmi účinnou a pro děti atraktivní formu terapie. Vztahy člověk zvíře jsou východiskem pro následující pozitivní působení.“<sup>48</sup> V následujících kapitolách se pokusím charakterizovat účinky LPPJ na jednotlivé stránky osobnosti – fyzickou, psychickou a sociální.

Některé účinky nelze jednoznačně zařadit pouze do jedné ze složek osobnosti, budu je zařazovat do té oblasti do které zasahují většinou. Důležité je si uvědomit, že při LPPJ jdou jednotlivé přínosy pro klienta ruku v ruce a že spolu nejen souvisí, ale spíše jsou součástí jednoho celku a jejich oddělení je tedy spíše teoretické.

### 2.4.1. Vliv na fyzickou stránku osobnosti

Přínos v oblasti zlepšení fyzického stavu klienta je především v hipoterapii. I když není pedagogicko-psychologické ježdění úzce zaměřeno na fyzickou stránku klienta, i zde fungují mechanismy, které vycházejí z podstaty hipoterapie, tzn. přenos pohybu koně na klienta.

---

<sup>46</sup> (48)

<sup>47</sup> (52)

<sup>48</sup> (1), s. 144.

„Facilitační prvky nefungují pouze v hipoterapii, ale působí samozřejmě také u pedagogicko-psychologického ježdění a ve sportovním ježdění handicapovaných. Je třeba o nich vědět, aby je bylo možné účinně využívat.“<sup>49</sup> O co se tedy jedná? Obecně lze říci, že facilitační metody jsou založené na principu sumace, tzn. sečtení co největšího množství smyslových podnětů, které si jsou potom schopny proklesat snadněji cestu do mozkových center, kde jsou zpracovány a odkud jsou pak do periferních výkonných orgánů (svalů) vysílány správné řídicí povely k reakci.<sup>50</sup> „Hipoterapie nám poskytuje obrovské množství facilitačních, zvláště proprioceptivních podnětů. Pojem propriocepce zavedl Sherrington jako označení smyslu pro vnímání (zpětnou signalizaci) polohy těla, jeho částí a pohybu.“<sup>51</sup> Podněty jsou způsobeny pohybem koně, který je pomocí hřbetu přenášen na jezdce. Při jízdě na koni vlastně dochází k neustálé stimulaci svalů pomocí velkého množství senzomotorických podnětů, které pohyb na koni jezdcovi poskytuje.

### **Chody koně**

Nyní je na místě zmínit se o tom, jak se kůň vlastně pohybuje, jaká je mechanika jeho pohybu a jaké stimuly jsou tedy potom přenášeny hřbetem koně na jezdce. Účinky LPPJ na fyzickou stránku jsou způsobeny působením pohybu koně, resp. hřbetu koně. Při pohybu koně se trup koně pohybuje několika různými směry zároveň. Prvním pohybem je pohyb hřbetu nahoru a dolů, tzn. pružení. Druhým pohybem, který hřbet při pohybu koně vykonává je pohyb trupu okolo příčné osy, tzn. houpání nahoru a dolů. Třetím pohybem je tzn. houpání doprava a doleva neboli kroucení trupu okolo svislé osy. Posledním pohybem trupu je otáčení trupu okolo podélné osy, tzn. válení<sup>52</sup> (viz. Příloha č. II).

Pohyb celého koně označujeme termínem chod. „Čtyřmi základními chody koně jsou krok, klus, cval, trysek.“<sup>53</sup> Při LPPJ se používá nejčastěji krok, dále klus a cval. Každý z daných chodů má svá specifika.

„Krok je čtyřdobý, kráčivý pohyb koně bez fáze vznosu..... Při vykročení ze zastavení jezdec pobízí dopředu koně stojícího na pomůčkách sedem a oběma holeněmi,

---

<sup>49</sup> (2), s. 31.

<sup>50</sup> (2), s. 30.

<sup>51</sup> (2), s. 30.

<sup>52</sup> (45), s. 26.

<sup>53</sup> (7), s. 60.

příčemž pomůcky otěží jsou povolující. Nesmí přitom ztratit přilnutí.<sup>54</sup> Jde o nejsnazší chod pro začínajícího jezdce, kdy se učí zatačet, zastavovat a opět rozjíždět. „Krok by měl být pohodlný, pravidelný, ale zároveň živý.“<sup>55</sup> Při kroku koně dochází k pravidelnému střídání nohou koně v tomto pořadí: „levá zadní, levá přední, pravá zadní, pravá přední, levá přední, pravá zadní, pravá přední a levá zadní“<sup>56</sup>. „Krok je čtyřfázový cestovní chod, při němž můžeme zřetelně slyšet čtyři pravidelné údery kopyt.“<sup>57</sup> Pravidelný klapot, který je při kroku slyšitelný napomáhá jezdcům v rozeznání tempa kroku a tím mu může usnadnit adaptaci na koňský hřbet a napomoci při udržování rovnováhy. Důležité je, aby dítě správně dokázalo určit tempo koně a pohybovalo se s pohybem koně, ne proti němu. To mu později také usnadní korektní pobídky koni. Při nácviu správného sedu a rozeznání tempa koně je vhodné soustředit pozornost klienta na klapot kopyt a nechat jej rytmus vytleskávat nebo říkat do tempa kroku říkanku. „Během jednoho krokového kroku kmitne hlava, krk, kohoutek i křížový hrbol dvakrát.“<sup>58</sup> „Měřením zrychlení v bodě před sedlem bylo zjištěno, že v kroku jsou nejvýraznější pohyby nahoru a dolů (ve srovnání s pohyby dopředu a dozadu, nebo do stran); stejně tak je v kroku největší rotace trupu okolo transversální (příčné) osy (houpání nahoru a dolů).“<sup>59</sup> „Pohyb páteře se odráží i na pohybu hlavy jako balanční tyče a ocasu, vždyť oboje jsou jejím ukončením.“<sup>60</sup>

Dalším chodem, používaným při LPPJ je klus. Klus lze použít pouze u takového jezdce, který již zvládl správný sed a dokáže si jej udržet. „Klus je vzosný dvoutaktní pohyb se čtyřmi fázemi, které se skládají z řady po sobě jdoucích klusových kroků. Diagonální pár nohou se současně zvedne, pohne dopředu i došlápne. Protože probíhající pár nohou došlápne o něco později, než druhý pár vykročí, vzniká tak okamžik volného vzosu.“<sup>61</sup> Chování jezdce v klusu je zcela odlišné od kroku. „K naklusání dá jezdec stejné pobídky jako k vykročení, pouze podle potřeby zesílené. V klusu musí jezdec jít ze střední polohy kontrolovaně s pohybem koně, přičemž napíná a uvolňuje kříž.“<sup>62</sup> „Pravidelné oboustranné a elastické přilnutí s adekvátní podporou

---

<sup>54</sup> (27), s. 97.

<sup>55</sup> (34), s. 32.

<sup>56</sup> (7), s. 60.

<sup>57</sup> (34), s. 32.

<sup>58</sup> (45), s. 26.

<sup>59</sup> (45), s. 26.

<sup>60</sup> (39), s. 20.

<sup>61</sup> (27), s. 150.

<sup>62</sup> (27), s. 98.

holení je jedním ze základních pilířů ježdění.<sup>63</sup> I zde je tedy nutné, aby jezdec zvládl pohyb s koněm, udržel rovnováhu a dokázal rozeznat rytmus a tempo chodu. Klus je nejtěžším chodem pro jezdce, protože kůň se při něm odráží z jedné úhlopříčky na druhou.<sup>64</sup> „V klusu se kůň nachází v dost nestabilní, ale přitom v dynamické rovnováze.“<sup>65</sup> „Pohyby trupu nahoru a dolů či do stran jsou v klusu zhruba stejně výrazné, klus proto vypadá mnohem „uspořádaněji“ než krok.“<sup>66</sup> Při LPPJ bývá nejčastěji používán tzv. pracovní klus, chod, při kterém se klient pohybuje s koněm a nedochází k odlehčování (vysedávání) jezdce. Pokud je klient pokročilejší, lze začít také s nácvikem lehkého klusu v sedle. Jde o klus, při kterém klient vysedává a to střídavě na jednu a druhou nohu ve chvíli, kdy se kůň odráží od jedné z úhlopříček. Zde je naprosto nutné, aby jezdec rozeznal okamžik, kde kůň dopadl na zem a chystá se k odrazu. Klus je využíván v LPPJ jak při jízdě na jízdárně, tak při jízdě na lonži, u pokročilých klientů také ve volném terénu, ale vždy na relativně krátkou dobu. Je zde nutné, aby neustále docházelo ke kontrole sedu jezdce a v případě potřeby k jeho korekci.

Posledním chodem koně užívaným při LPPJ je cval. „Cval je třídobý vznosný pohyb, který se skládá z řady po sobě následujících cvalových skoků, mezi nimiž se kůň na chvíli nachází ve volném vznosu.“<sup>67</sup> Cval je využíván nejméně a užívá se pouze u pokročilých klientů a to při jízdě na lonži, výjimečně na jízdárně. „Pobídky sedem a holeněmi zajišťují další plynulé cválání. Jezdec musí při zachování co nejklidnějšího trupu jít od kyčlí s pohybem koně. Vnitřní kyčel je nepatrně předsunutá. Přitom však nemá vnější rameno zůstat vzadu. Sedací kosti zůstávají bez drncání v sedle.“<sup>68</sup> „Bylo zjištěno, že pohyby těla nahoru a dolů (tedy ve svislé ose) a také dopředu (tedy ve vodorovné ose) jsou ve cvalu větší, než v kroku a klusu. Naopak pohyb do stran (vyklenutí boku koně, neboli kroucení) jsou v tomto chodu mnohem menší.“<sup>69</sup>

V počátcích se jezdí pouze v kroku, klus a cval zařazujeme až později a pouze na kratší časové úseky a to především z důvodu náročnosti na koordinaci pohybů a rovnováhu. „Vzhledem k tomu, že ve cvalu, ale hlavně v klusu se nachází kůň v nestabilní rovnováze, pro její udržení a podporu je stejně důležitá i rovnováha

---

<sup>63</sup> (39), s. 21.

<sup>64</sup> (34), s. 32.

<sup>65</sup> (39), s. 21.

<sup>66</sup> (45), s. 27.

<sup>67</sup> (27), s. 151.

<sup>68</sup> (27), s. 100.

<sup>69</sup> (45), s. 27.

jezdce.<sup>70</sup> „Rovnováha koně v pohybu je závislá na poloze jeho těžiště a současně je ovlivňována polohou těžiště jezdce.“<sup>71</sup>

„Ve třech základních chodech koně – kroku, klusu a cvalu – rozeznáváme různé ruchy (tempa), které se odlišují stupněm shromáždění a z toho vyplývající délkou kroků a skoků. Velice významná je prostorová a časová pravidelnost pohybů (takt).“<sup>72</sup> Všechny chody koně používané při LPPJ jsou pravidelné, každý má svůj specifický rytmus a takt a pro jezdce je důležité chod a tempo koně nejen rozpoznat, ale také se mu přizpůsobit.

### **Korektní sed**

První předpokladem pro LPPJ je vybudovat u klienta správný sed. Ten musí být dostatečně uvolnění a zároveň dostatečně pružný. Správný sed jezdcí umožňuje nejen korektní pobídky koni, ale zároveň mu napomáhá najít rovnováhu při jízdě a zajišťuje optimální způsob přenosu podnětů ze hřbetu koně na jezdce. Při správném sedu nedochází ke křečovitosti, ale jezdec zároveň nesmí ztratit přilnutí ke koni. Jezdec je při nácviaku takového sedu neustále nucen hledat rovnováhu. Takto dochází ke stimulaci rovnovážného centra, jezdec je nucen soustředit se nejen na sebe, ale také na koně, na jeho pohyb a rytmus chodu.

Korektní sed je charakteristický tím, že „pacient sedí obkročmo s podsazenou pánví. Má vzprímený trup s volně spuštěnými rameny a přiloženými lopatkami, bez odstávajících loktů. Brada a krk svírají úhel 90°. Jeho pravolevé vyvážení se projeví rovnoměrným zatížením obou sedacích kostí. Jeho předozadní vyvážení je stabilizované tzv. sedacím trojúhelníkem. Hmotnost má být rozložena mezi sedací kost (2/3 hmotnosti) a kostí stydkou (1/3 hmotnosti). Břišní stěna má být stažená. Temeno lebky je nejvyšším bodem těla a paty jsou zase nejnižším. Ucho, ramena, kyčelní kloub a pata se nacházejí v ideálním případě na jedné svislici. Dolní končetiny jsou ohnuté v kyčelních kloubech. Kolena má pacient v kontaktu s trupem koně, špičky nohou směřují mediálně a noha je v inverzi (pronaci)<sup>73</sup> (viz. Příloha č. III).

Tento sed je důležitý z hlediska rovnováhy, neboť při něm dochází k tomu, že těžiště koně se nachází pod těžištěm pacienta, tzn. jsou obě v jedné linii. „Když je těžiště koně i jezdce v jedné linii, o což se snaží nejen jezdce, ale i kůň, protože tehdy je

---

<sup>70</sup> (39), s. 22.

<sup>71</sup> (39), s. 22.

<sup>72</sup> (27), s. 97.

<sup>73</sup> (2), s. 72-73.

pohyb obou nejekonomičtější a nejpříjemnější, dochází k nejefektivnějšímu přenášení pohybových stimulů ze hřbetu koně přes sedací oblast pacienta na celé jeho tělo a probíhá neoptimálnější pohybový dialog kůň - jezdec.<sup>74</sup> Korektní sed umožňuje tedy nejen snadné nalezení rovnováhy, ale také umožňuje jezdcům nejúčinnější používání pobídek. Korektní sed je nutné dodržovat nejen proto, aby docházelo ke správnému přenosu pohybu koně na jezdce, ale i z dalšího důvodu. „Pokud pacient nesedí v korektním sedu, podporují se patologické fixace, stereotypy, chybné posturální reakce, špatné držení těla.“<sup>75</sup>

Korektní sed je nutné po celou dobu terapie hlídat a v případě, že dochází k jeho porušení je nutné jezdce uvést zpět do správného sedu. To je možné provést u menších poruch sedu pouze verbálně. U větších poruch sedu či při jeho úplném zborcení je většinou nutné koně zastavit a klienta navést ke správnému sedu i podněty neverbálními, např. vedení rukou, vytáhnout se za hlavou, srovnáním apod.

## **Rovnováha**

Při jízdě na koni dochází ke stimulaci rovnovážného centra, tím, že je jezdec neustále nucen hledat rovnováhu na hřbetě, jezdec musí během jízdy vyrovnávat pohyb koně a přizpůsobovat se mu. „Během jízdy na koni je zcela běžné vychylování těžiště, což je přirozený způsob nácvičku obranných reakcí jak podpůrných, tak vzpřimovacích.“<sup>76</sup>

Z počátku je klientům umisťován na koně obříšník s madélky (viz. Příloha č. VIII), kterých se v případě potřeby přidržují. Postupem času, až získá větší jistotu a správný sed, se klient pouští nejprve jednoho a později obou madélek. Tím je jezdec nucen stále více dodržovat korektní sed. Rovnováhu lze cvičit také pomocí různých cviků (otáčení se o 360°, dámský sed, kontrased) a her (na letadlo, trhání hrušek,...).

„Obranná reakce proti pádu podmiňuje zapínání posturálního svalstva podle nakládání pacientova těžiště během jízdy, ale i na stojícím koni, protože se jedná pouze o relativní klid zvířete. Dochází k nácvičku obranných reakcí podpůrných a vzpřimovacích. Tento balanční výcvik je vhodný pro současný životní styl, kdy při statickém přetěžování chybí právě stimuly ke změně těžiště.“<sup>77</sup>

---

<sup>74</sup> (2), s. 73.

<sup>75</sup> (2), s. 74.

<sup>76</sup> (19), s. 131.

<sup>77</sup> (2), s. 34.

## Koordinace pohybů, motorika

Již po zvládnutí základního sedu jezce je možné začít nacvičovat pobídky. Základní pobídky vedou k tomu, aby se kůň rozešel, popř. naklusal, zastavil, zatočil doleva a doprava. Základním předpokladem jakékoliv pobídky je, aby kůň dostal nejen pobídku správným způsobem, ale také aby se jezdec u koně dokázal prosadit. Dalším důležitým předpokladem je, aby jezdec dokázal klidně a pevně držet otěže v ruce. Jezdec má tedy při nácvičku manévrů s koněm ruce obsazené otěžemi a je tedy nutné, aby již jeho sed byl správný a aby si jezdec byl v takovémto sedu jistý. Pobídky jsou činěny otěžemi, sedem a holeněmi. „Reakce koně nám ukáže, zdali jsme pomůcky dávali správně. Právě takto si může jezdec přezkoušet působení pomůcek ve vztahu k jejich korektnosti a účinnosti. Učí se rozlišovat správné a špatné a reagovat odpovídajícím způsobem.“<sup>78</sup>

Ovládnutím koně si dítě cvičí koordinaci jednotlivých částí svého těla. Při zatačení doleva je nutné, aby levá ruka přitáhla, pravá ovšem zůstává v klidu. Při zastavení je nutné, aby obe ruce přitahovali společně. Při jízdě je nutné, aby ruce zůstaly ležet volně na kohoutku koně. Při samostatné jízdě na koni jsou kladeny na jezdce velké nároky na koordinaci pohybů. Je nutné, aby ovládal odděleně nohy a ruce; pravou a levou ruku; pravou a levou nohu. Cvičena je také vzájemná koordinace oko – ruce, ruce – nohy, neboť pobídky jsou činěny na základě kontroly terénu zrakem a prováděny jsou rukama, nohama i pomocí sedu. Tímto dochází k procvičování a trénování koordinace pohybů.

Koordinaci lze procvičovat také pomocí různých cviků a her, které klient na koni vykonává. „Balancování (vleže či vsedě) na hřbetě koně (snaha vracet se a udržet v těžišti koně, z kterého je klient v pravidelném rytmu vychylován) není možné bez zapojení a následujícího tréninku posturálních, antigravitačních a rovnovážných reflexů. Výsledkem je zlepšení stability, rovnováhy a koordinace.“<sup>79</sup>

Jízda na koni umožňuje nejen procvičení a zlepšení motoriky, ale za pomoci fyzioterapeuta je možné také špatný motorický vzorec opravit. „Během hipoterapie je centrální nervová soustava informována (přes receptory) o správné podobě motorického stereotypu (lezoun i bideální chůze). Fyzioterapeut dokáže pomocí koně „naprogramovat“ motorický vzorec u dětí s poruchou řízení pohybu nebo „opravit“

---

<sup>78</sup> (27), s. 89.

<sup>79</sup> (50)



vzorec dodatečně „poškozený“. Vzorec je CNS přijímán v podobě, kterou mu vtiskne fyzioterapeut.<sup>80</sup>

K procvičování jemné i hrubé motoriky dochází v rámci cviků a her na koni, ale i v rámci samotné jízdy na koni a v neposlední řadě také v rámci práce ve stájích. Hrubou i jemnou motoriku můžeme cvičit i při jízdě na vedeném koni. Dítě dostává za úkol mávat, kroužit rukama, zvedat nohy apod.

### **Celkové uvolnění**

„Kůň má vysokou schopnost normalizovat svalové napětí. Při správně vedené terapii je tonizace hypotonických svalů a uvolnění svalů spastických první viditelný efekt.“<sup>81</sup> „Pokud pacient leží na břiše napříč koně, vedeného pomalým krokem, dochází u něho k mimovolnému uvolnění.“<sup>82</sup> „Svalová činnost a spasticita je kladně ovlivňována vlivem tělesné teploty zvířete. Vliv tohoto tepla působí skrze tělesný kontakt pacienta s tělem zvířete.“<sup>83</sup>

Jezdec při LPPJ většinou sedí na koni bez sedla, při chladném počasí se používá pouze dečka. „Sed bez sedla na holém hřbetě koně jen na dece nebo kožešině je terapeuticky mnohem efektivnější. Přímý, co nejtěsnější kontakt lidského a koňského těla umožňuje lepší procítění pohybů, jejich přenos a splynutí s koněm. Stejně tak vyšší teplota koňského těla, 37,5 až 38,5°C, snižuje přenosem tepla pacientovu elasticitu.“<sup>84</sup> To, že má jezdec neustále kontakt s hřbetem koně má tedy svá pozitiva. „Vliv tepla pozitivně ovlivňuje svalovou činnost a tlumí elasticitu, protože kůň má vyšší tělesnou teplotu (38°C).“<sup>85</sup> Jezdec má tak lepší kontrolu nad pohybem koně, může snadněji koně pobízet pohybem pánve a kůň prostřednictvím svého hřbetu na něj přenáší své teplo.

“Hiporehabilitace využívá i tělesné teploty koně, což je významný relaxační faktor pro ztuhlé svalstvo u tělesně postižených. Uvolnění svalů jde ruku v ruce s uvolněním duševním, což lze využívat také při psychoterapeutickém ježdění jako období autogenního tréninku.“<sup>86</sup> K uvolnění křečí a napětí tedy přispívá nejen potřeba uvolněného korektního sedu, ale také přenos vyšší tělesné teploty ze hřbetu koně na jezdce.

---

<sup>80</sup> (50)

<sup>81</sup> (50)

<sup>82</sup> (19), s. 131.

<sup>83</sup> (19), s. 131.

<sup>84</sup> (2), s. 65.

<sup>85</sup> (2), s. 33.

<sup>86</sup> (59)

## **Lateralita – pravolevá orientace**

Kůň v první řadě stimuluje klientovo rovnovážné centrum a tím procvičuje a posiluje jeho rovnováhu. Ta je důležitá také pro pravolevou orientaci. „Dobře vyjádřený smysl pro rovnováhu je předpokladem pro spolupráci obou polovin těla, pro pravolevou orientaci.“<sup>87</sup>

„Krok koně probíhá laterálně. Stejným způsobem je nucen zapojovat svalstvo i klient. Jedna polovina těla zaujímá fázi podpěrnou, druhá posuvnou (přenos váhy z nohy na nohu).“<sup>88</sup>

Při jízdě na koni se otvírá velký prostor pro nácvik pravolevé orientace a směrovosti. Při jízdě na koni je dítě emočně angažováno, snadněji se soustředí a vzniká tak možnost pro procvičování různých dovedností. „Cvičení za chůze koně zvyšuje náročnost cviku, avšak umožňuje, díky vyladění se dítěte na pohyb koně, lepší soustředění a je tedy efektivnější než nácvik směrovosti v pracovním psychologa.“<sup>89</sup>

## **LPPJ jako tělocvik**

Nezanedbatelným přínosem LPPJ je i to, že samotný výcvik v jízdě na koni napomáhá k celkovému zesílení celého těla.<sup>90</sup> K uvolňování a současně posilování svalů dochází během celého pobytu na hřbetu koně, neboť jezdcovo tělo je neustále aktivní a nuceno hledat rovnováhu a společné těžiště s koněm. „Uvědomíme-li si, že pohyb má formativní vliv na strukturu (orgán), je z tohoto hlediska jízda na koni ideální prevence a trénink. Kůň v jediný okamžik důkladně (a při tom šetrně) zaměstnává všechny systémy lidského organismu. Jízdou je trénován pohybový aparát se všemi jeho složkami, kardiální a dýchací systém.“<sup>91</sup>

K zesilování těla dochází i v rámci vykonávání prací ve stáji. V rámci fyzických schopností dítěte je mu umožněno koně hřebelcovat, přehazovat slámu a seno, uklídit boxů apod. I tyto činnosti mohou pozitivně ovlivnit fyzickou stránku osobnosti.

Hlavní přínos na fyzickou stránku osobnosti shledávám ve stimulaci rovnovážného centra a cvičení rovnováhy, ve vlivu na celkovou uvolněnost klienta a na

---

<sup>87</sup> (6), s. 89.

<sup>88</sup> (50)

<sup>89</sup> (32), s. 138.

<sup>90</sup> (2), s. 138.

<sup>91</sup> (50)

celkové posílení těla. K dalším přínosům patří pozitivní vliv na lateralitu, vliv na koordinaci pohybů a na hrubou i jemnou motoriku. Všechny tyto účinky významně zvyšují kvalitu života klienta.

„Vlivem pohybu koně dochází k mimovolnému zapojování reflexů pro rovnováhu a vzpřímený postoj, které jsou umocněny volní složkou při ochraně proti pádu. Pozitivně působí teplo koňského těla a velmi silně dotykové podněty. Výsledkem je zlepšená koordinace pohybů, procvičují se ty svalové skupiny, které při normálním cvičení nejsou aktivovány.“<sup>92</sup>

#### **2.4.2. Vliv na psychickou stránku osobnosti**

„Moderní lékařské poznatky dokazují, že jízda na koni poskytuje invalidnímu dítěti vedle tělesného cvičení i silný psychologický stimul.“<sup>93</sup>

#### **Emoce**

„Na koni nemůže žádný člověk zůstat pasivní, protože již samotná jízda vyvolává emotivní zážitek.“<sup>94</sup> Kůň vzbuzuje u každého nějaké emoce. Na jedné straně nás kůň přitahuje, na straně druhé i částečně děsí. Nejprve je nutné, aby klient překonal své počáteční obavy, které v něm vzbuzuje nejen nové prostředí stájí, ale také kůň, jeho mohutnost a síla. Při jízdě na koni musí klient překonávat své obavy, které pocházejí především ze strachu z pádu. Po překonání počátečních obav je jízda na koni silným emočním zážitkem, který je spojený s řadou příjemných pocitů, např. ovládnutí mohutného zvířete.

„Při psychoterapeutickém ježdění dochází k významnému oživení emotivity u většiny pacientů, kteří mají emotivitu plošší nebo jsou laděni subdepresivně. Kůň také díky své emoční neutralitě, nezaujatosti a nepřítomnosti předsudků umožňuje člověku získat emočně korektivní zkušenost. Důležitou roli hraje strach a jeho překonávání při práci s koněm, čímž se podporuje zvyšování sebehodnocení pacienta a získávání pocitu jeho vlastní kompetence.“<sup>95</sup>

---

<sup>92</sup> (19), s. 129.

<sup>93</sup> (7), s. 177.

<sup>94</sup> (1), s. 144.

<sup>95</sup> (59)

## **Motivace**

Kůň se může stát velkou motivační silou pro pacienta. Dítě, které za normálních okolností obtížně spolupracuje, je při jízdě na koni motivováno ke spolupráci s terapeutem a k aktivní práci ve skupině právě prostřednictvím koně a možností svést se na něm. „Prostřednictvím koně často naváže terapeut spolupráci s dosud nespolupracujícím pacientem.“<sup>96</sup> Kůň se stává pomocníkem a prostředníkem při vzájemné komunikaci terapeuta s klientem.

„Hipoterapie neznamena ale jen jízdu na koni, ale vše, co s živým koněm souvisí. Jejich ošetřování, čištění, krmení, místování, skládání sena, úklid kolem stáje. To může mít u někoho mnohem větší efekt než samotná jízda. Pomocí této činnosti se pacient aktivně zbavuje strachu, motivuje ho nejen novost situace, ale i touha něco překonat.“<sup>97</sup>

## **Posílení sebevědomí**

Dítě při jízdě na koni musí překonat, jak jsem uvedla výše, počáteční strach a nejistotu. Tím, že dokáže toto překonat, posiluje své sebevědomí.

K posilování sebevědomí dochází také při samotné jízdě na koni i při vykonávání prací ve stáji. Dítě při vykonání správné pobídky získává od koně zpětnou vazbu ve formě správné činnosti (zastavení, otočení,...). Při práci ve stájích získává dítě pozitivní zpětnou vazbu při pochvale za správně odvedenou práci. Toto vše přispívá k posílení sebevědomí klienta. To se pak může pozitivně odrazit i v běžném životě klienta, např. při snadnějším navazování kontaktů s vrstevníky.

Významným faktorem je i to, že jízda na koni a péče o koně umožňuje klientům, aby předvedli své manuální dovednosti. Dítě, které nevykazuje např. neuspokojivý školní prospěch, má možnost své školní neúspěchy kompenzovat v této oblasti.

Vliv na sebehodnocení dětí mají samozřejmě jejich rodiče. Ti, pokud jsou účastni LPPJ, získávají informace o tom, že i přes určitý handicap je jejich dítě schopno vykonávat celou řadu činností, které by oni sami ani nezvládli. Rodiče, kteří vidí své dítě samostatně ovládat koně, mohou částečně změnit pohled na handicap svého dítěte. I toto má zpětně vliv na posílení sebehodnocení a sebevědomí dítěte.

---

<sup>96</sup> (59)

<sup>97</sup> (19), s. 129.

## **Pozornost**

„Pacienti zařazení do hipoterapie většinou vykazují špatnou koncentraci pozornosti, nízkou tenecitu i kapacitu pozornosti. Hipoterapie jako léčebná metoda má schopnost zaujmout motoricky pacienta natolik, že zaměří pozornost na motoriku svého těla. Tím se zvýší celková koncentrace pozornosti a prodlouží se přirozeně i její tenacita. Během hipoterapie se zlepšuje i oscilace pozornosti, neboť pacient musí přenášet pozornost ze zaměřenosti do vlastního těla na pokyny hipologa či hipoterapeuta.“<sup>98</sup>

LPPJ lze také využít jako terapii některých obtíží. „Při intenzivním kontaktu s koněm je pacient nucen k soustředění pozornosti, je velmi emočně angažován, jeho chování je neustále konfrontováno s jednoznačnými a okamžitými reakcemi koně. V takové situaci se často "ztratí" problémový příznak (např. bolesti hlavy, koktavost, úzkost, stereotypní stesky atd.), protože pozornost je upřena na práci s koněm. Tuto "ztrátu" lze pak reflektovat a hledat možnosti, kdy by ke ztrátě mohlo docházet také v jiných situacích v běžném životě.“<sup>99</sup>

## **Kognitivní schopnosti a paměť**

V rámci LPPJ má svůj terapeutický význam nejen jízda na koni, ale také celkové prostředí kolem koní. Děti dostávají informace o tom, jak se o koně pečuje, jak se sedlají, jak se nazývají jednotlivé části výstroje apod. Děti získávají v prostředí stáji řadu nových informací. „Učením součástí jezdecké výstroje, opakováním různých informací o koních se nenásilně trénují kognitivní funkce.“<sup>100</sup>

Při jízdě na koni se také otvírá velký prostor pro procvičování paměti. Je známe, že lidé si snadněji zapamatují informace, které mají nějakým způsobem emočně podbarvené. Jízda na koni je bezpochyby vždy emočně zbarvená a tak poskytuje možnost cvičení paměti a možnost učení se novému učivu či procvičování učiva známého.

„Terapeutická jízda na koni svou pravidelností, pravidelným rytmickým střídáním kroků koně pomáhá v rozvoji mestických funkcí. Klienti si lépe vštěpují mechanická data a lépe si je uchovávají. Je proto možné při pedagogicko-psychologickém ježdění opakovat a upevňovat některé části učiva. Je možné

---

<sup>98</sup> (32), s. 137.

<sup>99</sup> (59)

<sup>100</sup> (59)

procvičovat obtížně zapamatovatelné pasáže či náročnější texty. Velký efekt je možné zaznamenat zejména u klientů s dominancí audio-motorických vjemů.<sup>101</sup>

## **Chování**

Hodiny LPPJ mohou být přínosné z hlediska vlivu na změnu chování. „Při psychoterapeutickém ježdění lze pracovat na změně nepřiměřeně submisivního nebo naopak nepřiměřeně agresivního chování.“<sup>102</sup> Chování je ovlivňováno hned několika způsoby.

Jedním z nich je nutnost dodržování a respektování pravidel, která platí při pobytu u koní. „Oslabenou emotivitu oživuje, ale nadměrnou tlumí hranicemi dovoleného chování ke koni.“<sup>103</sup> Příliš agresivní či hyperaktivní děti musí zmírnit své chování, jinak jim není umožněno se po stájích a v blízkosti koní pohybovat. „Nadměrná suverenita je korigována chováním koně. Ten obranně reaguje na nevhodné chování pacienta, což může pacienta vést k větší disciplinovanosti.“<sup>104</sup> Ke správnému chování jsou klienti také motivováni vidinou svezení se na koni.

I v rámci jízdy na koni je chování klienta korigováno. Dítě musí správně odhadnout sílu své pobídky tak, aby pobídka byla pro koně přiměřená silou a zároveň byla jednoznačná. Děti hyperaktivní se tak musí zklidnit a soustředit se na jednoznačnost pobídky. Děti submisivní jsou na druhé straně podněcovány hipoterapeutem k větší aktivitě a samostatnosti. Ony samy musí vést koně a prosadit se u něj. Je jisté, že pokud dítě dosáhne při jízdě nějakého výsledku či pokud odvede dobrou práci ve stáji, posiluje se jeho sebevědomí. To pak může mít zpětně vliv na jeho chování.

„Využívají se techniky, které vyžadují dominantní nebo naopak podřídívý projev ze strany pacienta. Pacient pak může reflektovat svou zkušenost se vztahem ke koni a práci s koněm, může objevovat své skryté rezervy či alternativy chování.“<sup>105</sup>

„Terapie probíhá v kontextu citového vztahu s koněm a s lidmi okolo nich. Prožívané emoce mívají silný motivační efekt, dochází k uvolnění úzkostí a zábran. Kůň pomáhá učit se adaptaci, koncentraci, sebeprosazení a uvědomování se vlastních

---

<sup>101</sup> (32), s. 138.

<sup>102</sup> (59)

<sup>103</sup> (2), s. 41.

<sup>104</sup> (2), s. 41.

<sup>105</sup> (59)

reálných schopností. Psychosociální vliv je dán novým prostředím stáje, jízdárny, a kontaktem s velkým živým zvířetem plným obohacujících podnětů. Kontakt se zvířetem se vymyká zaběhnutým stereotypům zdravotnických a sociálních zařízení. Kůň nabízí mnoho a nepožaduje nic.<sup>106</sup>

„Velmi významným efektem je změna kvality psychického prožívání, postupné zvyšování sebejistoty, prožívání úspěchu z něčeho, čeho by se nedosáhlo vlastními silami.“<sup>107</sup>

### **2.4.3. Vliv na sociální stránku osobnosti**

Při LPPJ spočívají účinky v oblasti sociální především na vztazích člověk – kůň, klient – terapeut – kůň a v neposlední řadě na vztazích uvnitř skupiny ve které je LPPJ prováděno.

#### **Vztah kůň - člověk**

V této části bych se ráda zmínila o psychologii vztahu zvířete a člověka, respektive dítěte a člověka. Nejedná se o kompletní výčet, ale spíše se pozastavím u významných momentů tohoto vztahu.

Zvířata obecně mohou uspokojovat celou řadu dětských potřeb. Především jde o potřebu stimulace a učení, potřebu pečovatelského chování, potřebu sociálního kontaktu, potřebu citové jistoty a bezpečí a potřebu být někým akceptován.<sup>108</sup> Všechny tyto potřeby je kůň schopen uspokojit.

Potřeba stimulace a učení je uspokojována v rámci hiporehabilitace několika způsoby. Dítě získává nejen řadu nových informací o koňské problematice, ale samotný kůň mu poskytuje ohromné množství nových podnětů a to jak při jízdě, tak při práci ze země. Potřeba pečovatelského chování je také uspokojena a to především péčí o koně, prací ve stáji, hřebelcováním, ošetřováním. Dítě i při této činnosti získává řadu nových informací týkající ke koní. Potřeba sociálního kontaktu je při hiporehabilitaci uspokojena v několika různých směrech. Kůň se „stává náhradním prostředníkem či pomocníkem v uspokojování touhy po sociálním kontaktu“<sup>109</sup>. Kůň se na jedné straně může stát jakýmsi kamarádem, partnerem dítěte, na druhé straně se stává pomocníkem při navazování vztahů s okolím dítěte, a to i v případě, kdy není bezprostředně

---

<sup>106</sup> (1), s. 144 -145.

<sup>107</sup> (19), s. 129.

<sup>108</sup> (28), s. 199-200.

<sup>109</sup> (28), s. 200.

přítomný. Dítě může mít usnadněn kontakt se svými vrstevníky tím, že jezdí na koni. Stává se pro své vrstevníky atraktivní, zajímavý tím, že vykonává činnost, která jim není běžně dostupná.

### **Spolupráce klient – kůň – terapeut**

V rámci terapie na koni vstupuje do vztahu člověk (dítě) - kůň ještě terapeut. Kůň zde pak funguje jako prostředník mezi terapeutem a klientem, neboť pro některé typy klientů může být snadnější navázat vztah se zvířetem. Kůň se pak stává prostředníkem mezi pacientem a terapeutem a usnadňuje jim vzájemný kontakt. Cílem je však vytvoření kontaktu pacient - terapeut.

Terapeut se snaží navázat vztah s klientem prostřednictvím jeho vztahu s koněm a tak se mu mohou „otevřít dveře k další psychoterapeutické spolupráci. Důležitá je bezpečná atmosféra stále podporující odstranění úzkosti a nedůvěry.“<sup>110</sup>

### **Práce ve skupinách**

V rámci hodin LPPJ se praktikuje individuální i skupinová práce. Při skupinové práci dochází ke kontaktu dítěte s vrstevníky. Vytváří se tak prostor pro nová přátelství, výměnu zkušeností a zdravou míru soutěživosti. Děti ovšem společně nejen jezdí, ale také spolu vykonávají práce ve stáji. Při nich je přímo nutností, aby spolu navázali kontakt a při práci si pomáhali. „Současně je nutné některé práce vykonávat společně, čímž se upevňuje pocit kolektivity.“<sup>111</sup> Tímto způsobem lze do skupiny zapojit i jednotlivce výrazně se separujícího od vrstevnické skupiny.

### **Sociální dovednosti, komunikace**

Kůň se vyjadřuje neverbálně a dítě se tak musí naučit jeho projevy vnímat. U klientů je nutné, aby jeho neverbálním projevům porozuměli. Tím se u nich procvičuje jejich schopnost empatie. „Jsou nuceni brát ohled na potřeby svého velkého přítele, na jeho biorytmus a přiměřeně ho zatěžovat.“<sup>112</sup>

Ke komunikaci musí ovšem docházet nejen mezi koněm a klientem, ale mezi všemi účastníky LPPJ. „Kůň se stává prostředníkem mezi pacientem a terapeutem také

---

<sup>110</sup> (59)

<sup>111</sup> (2), s. 42.

<sup>112</sup> (32), s. 137.



při rozvoji vzájemné komunikace. Komunikace se rozvíjí i ve skupině mezi pacienty navzájem.<sup>113</sup>

Významným faktorem je o to, že jízdy na koni jsou velkým zážitkem a dítě o nich pak vypráví své rodině, vrstevníkům,... I toto přispívá k rozvoji komunikačních dovedností daného dítěte.

### **Interakce celé rodiny**

LPPJ vyžaduje speciální prostředí. Tím je prostředí stájí a jízdárny. Za takovýmto místem je nutné dojíždět, dítě dovážet. Tím je do procesu terapie vtahována rodina. „V rodinách s postiženým dítětem bývá nejčastějším modelem funkce rodiny: otec – živitel, matka – pečovatelka o postižené dítě. Matka zabezpečuje zdravotní potřeby dítěte, jeho rehabilitaci, medikaci, návštěvu lékaře. Pro vzájemné soužití partnerů v této situaci je to často nadlimitní zátěž. Není proto divu, že rodiče shledávají jako pozitivní možnost věnovat se sami sobě alespoň tu chvíli, po kterou se o jejich ratolest stará tým terapeutů v rámci hipoterapie. Mají společný problém, který jim pomáhá řešit tým odborníků. Vědomí spolupráce a spoluúčasti na potížích jejich dítěte jim dává možnost částečného snížení napětí ze situace výchovy postiženého dítěte.“<sup>114</sup>

Stáje a jízdárny jsou většinou umístěny na kraji přírody, což poskytuje rodičům možnost strávit příjemnou chvíli mimo domov. Dále mají rodiče možnost potkat se s rodiči podobně postižených dětí a vyměnit si tak své názory a zkušenosti.

V neposlední řadě je velmi důležitým přínosem to, že rodiče sami vidí, jak se jejich dítě postupně zlepšuje a jaké dělá pokroky. Vidí jej při činnosti, kterou většina z nich neovládá a dítě tak v jejich očích získává novou kvalitu.

„Hipoterapie jako léčebná metoda má široký vztahový rámec. Není jen konkrétně cílená na dílčí potíže dítěte, ale zabývá se celou jeho osobností, je zaměřená na vztah dítěte k okolí, ale do terapie vtahuje i celou rodinu, nejen postižené dítě.“<sup>115</sup>

„V kontaktu s koněm jsme omezeni pouze na neverbální rovinu a z komunikace je tak vyloučena dvojznačnost. Kůň přirozeně akceptuje jednání člověka jen tehdy, když je pro něho vše v pořádku, jinak dá okamžitě najevo svůj nesouhlas, ovšem bez jakýchkoli morálních odsouzení a emočních trestů. Kůň reaguje přímo a je vždy

---

<sup>113</sup> (59)

<sup>114</sup> (32), s. 138.

<sup>115</sup> (32), s. 138 – 139.

autentický, nezvažuje následky svého jednání, nejedná pod vlivem sociálního konstruování, existuje mimo dominantní či jiný diskurs - tedy přijímá nebo odmítá člověka dle toho, jak mu velí jeho přirozenost. Pokud jsou myšlení, pocity a jednání člověka vzájemně protichůdné a rozporné, je ve styku s koněm na tento nesoulad neustále upozorňován neverbální komunikací koně. Díky této zpětné vazbě může člověk postupně nahlédnout rozpor ve svých způsobech komunikace a může se učit přímosti a jednoznačnosti, tak jak je ve vztahu ke koni sám prožívá. Člověk si musí uvědomit, co chce, musí být sebejistý a důsledný, musí dostat pod kontrolu svůj strach a převzít odpovědnost, jestliže chce, aby jej kůň následoval a respektoval. Pokud se k tomu dopracuje, může dospět i k sebereflexi vlastní schopnosti mít moc nad svým jednáním, myšlením, emocemi a také životem. V přímém a intenzivním kontaktu může kůň pomoci člověku hledat alternativní příběh jeho života. Práce a vztah s koněm je velmi inspirativní, rozvíjí kreativitu a napomáhá sebepoznání.<sup>116</sup>

Kapitolu týkající se účinků LPPJ bych nyní uzavřela. Mým cílem nebyl kompletní výčet všech možností, které LPPJ nabízí. Spíše jsem se snažila objasnit ty účinky, které považuji za nejdůležitější z hlediska jejich přesahu do běžného klientova života. Snažila jsem se zaměřit na ty oblasti, které pomáhají zvýšit klientovi jeho kvalitu života.

## 2.5. Děťští klienti LPPJ

Léčebně pedagogické-psychologické ježdění je určené pro širokou škálu klientů, pro děti, mladistvé i dospělé. Nyní se pokusím vymezit skupiny dětí, pro které je LPPJ používáno nejčastěji.

„Práce s koněm je nejčastěji a s největšími zkušenostmi aplikována při práci s dětmi s omezenou schopností učení a dětmi s nápadnostmi v chování.“<sup>117</sup>

Občanské sdružení Svítání v Liberci nabízí hodiny LPPJ dětem s dyslexií, hyperaktivitou, výchovnými problémy, mentální retardací a psychickými poruchami.<sup>118</sup>

K možnostem využívání dále uvádí:

„Indikace

- autismus

- poruchy chování

---

<sup>116</sup> (59)

<sup>117</sup> (1), s. 145.

<sup>118</sup> (63)

- neurózy
- farmakoterapie výrazně tlumící pacienta
- psychózy (schizofrenie, maniodeprese)
- organická poškození mozku (neurologicko-psychiatrická onemocnění)
- návyky a závislosti
- sexuální deviace
- poruchy osobnosti
- psychopatie
- mentální anorexie
- ADHD syndrom
- hyperkinetický syndrom
- disharmonický vývoj osobnosti
- psychická deprivace
- mentální retardace<sup>119</sup>

Občanské sdružení Koník uvádí ve své výroční zprávě za rok 2001, že hodiny LPPJ u něj navštěvovaly děti s mentálním postižením, lidé s psychosociálními problémy, žáci speciálních škol, klienti psychologa a lidé s roztroušenou sklerózou.<sup>120</sup> Jako cílovou skupinu pro pedagogicko-psychologické ježdění uvádí následující: „klienti psychiatrie, děti a adolescenti s poruchami chování, děti s mentálním postižením, lidé s psychosociálními problémy, děti s výchovnými problémy“<sup>121</sup>.

Sdružení pro rehabilitaci Reha, kde se aktivně podílím na činnosti sdružení v rámci hodin LPPJ, poskytuje tento typ hiporehabilitace dětem se specifickými poruchami učení, dětem s lehkou mozkovou dysfunkcí a dětem se smyslovými vadami a dětem s poruchami autistického spektra.

Občanské sdružení Epona využívá LPPJ pro klienty s mentálním postižením, s poruchami chování, s psychiatrickým onemocněním, s lehkou mozkovou dysfunkcí, s logopedickými vadami, s hyperaktivitou, s poruchami učení, se smyslovými vadami a také pro děti v institucionální péči.<sup>122</sup> „Kůň koriguje psychické a fyzické příznaky vyvolané duševní chorobou, poruchy chování dětí a adolescentů, slouží při výuce mentálně retardovaných dětí.“<sup>123</sup>

---

<sup>119</sup> (65)

<sup>120</sup> (15), s. 8.

<sup>121</sup> (60)

<sup>122</sup> (70)

<sup>123</sup> (48)

Z výše uvedeného jsem vybrala pro potřeby této práce okruhy dětských klientů, kteří LPPJ užívají nejčastěji.

Jsou to:

- děti s poruchami učení (např. dyslexie)
- děti se specifickými poruchami chování (např. hyperaktivita, ADHD, ADD,...)
- děti se smyslovými vadami (především děti se zrakovým postižením)
- děti s mentálním postižením
- děti s jinými duševními poruchami

Pro úplnost uvádím, že LPPJ je užíváno také u dospělých a to především u alkoholiků, narkomanů či jinak závislých, sexuální deviantů, u lidí s poruchami chování, při duševních chorobách (neurózy, mánie, deprese) a také u osob se smyslovým postižením.

V následujících podkapitolách se budu věnovat jednotlivým skupinám dětí, pro které se LPPJ používá. Nebudu se podrobněji věnovat problematice terminologie daného postižení či problematice jeho vzniku. Využiji spíše obecných informací o dopadu daného handicapu na osobnost dítěte a budu se věnovat tomu, jak LPPJ může pomoci konkrétní skupině dětí.

### **2.5.1. Děti s poruchami učení**

Na LPPJ nelze pohlížet jako na jednu z forem reedukace některé z poruch učení. LPPJ lze chápat spíše jako jednu z možností kompenzace školních neúspěchů a zároveň jako jednu z možností, jak lze posilovat určité vlastnosti, schopnosti a dovednosti dítěte, které pro něj mají pozdější význam právě při učení (např. houževnatost, podporovat sebevědomí a snahu dosáhnout cíle).

Děti s poruchami učení často vykazují horší školní prospěch. To se může negativně projevat na jejich nízkém sebehodnocení a sebevědomí. Hodiny LPPJ jim nabízejí možnost pozitivní odezvy a tím vyvažují jejich školní neúspěchy. To je důležité nejen pro dítě samotné, ale také pro rodinu dítěte. Rodiče mají možnost v rámci pozorování dětí při hodinách LPPJ sledovat jejich úspěchy, což může přispívat také k pozitivnímu hodnocení dětí jejich dětmi.

LPPJ poskytuje velké množství stimulů, čehož lze využít u dětí, které pocházejí z prostředí, které jim neposkytuje dostatek podnětů. „Děti jsou nedostatečně zralé sociálně, odmítají přijímat vědomosti a znalosti, především od učitele a také od

ostatních lidí, nedůvěřují svému okolí a vytvářejí si samy informační bariéru, neboť s okolním světem učinily špatné zkušenosti. Pro učitele zvláštní školy je pak velice obtížné navázat s nimi vztah. Léčebně pedagogické jízdy a voltižování pak slouží k tomu, aby korigovalo a odstraňovalo tyto uměle vytvořené přehradu. Kůň přenáší v kroku nebo klusu všechny svoje tělové impulsy na záda žáka, uklidňuje jej, jestliže je eretický a stimuluje jej, chybí-li mu sebevědomí. Dítě je nutno během jízdy neustále hledat svoji rovnováhu, kontrolovat se a ovládat se a přichází obrazně řečeno „do rovnováhy“.<sup>124</sup>

Vycházíme-li z faktu, že zkušenosti a poznatky podbarvené emocionálně se do paměti ukládají snadněji<sup>125</sup>, poskytuje jízda na koni velký prostor pro procvičování paměti a učení se novým dovednostem a vědomostem. Vhodné je také využít rytmiky chodu koně. Při jízdě je možné do rytmu chodu odříkávat básničky, písničky, ale také opakovat některé učivo, např. dny v týdnu, měsíce v roce apod. „Ve speciální pedagogice může kůň výrazně zasáhnout i do výuky dětí zvláštních a pomocných škol (jízda na koni zvyšuje schopnost koncentrace, výuku lze provádět i přímo na koních formou her a soutěží). Mozek snadněji zpracuje a uloží do paměti pohyb, vědomosti a zážitky, jsou-li emocionálně podbarveny.“<sup>126</sup>

LPPJ rozvíjí celou řadu psychických vlastností. „Pravidelnou péčí o koně se rozvíjí u klientů pocit zodpovědnosti, užitečnosti, vztah k pořádku, vytrvalosti a houževnatosti. Podporují se tak jejich snahy dosáhnout daný cíl, vytvářet si nové cíle, překonávat překážky.“<sup>127</sup> Tyto schopnosti pak mají pro děti s poruchami učení velký význam v jejich běžném životě.

Lze říci, že u dětí s poruchami učení, a nejen u nich, může LPPJ fungovat i jako primární nespecifická prevence sociálně patologických jevů jako je drogová závislost, závislost na automatech apod. LPPJ jim totiž nejen kompenzuje jejich školní neúspěchy, ale dává jim pocit schopnosti něčeho unikátního, ale také naplňuje jejich volný čas a tím předchází možným nechtěným kompenzacím jejich školního neúspěchu. „U dospívající mládeže může práce u koní, ve stáji, péče o živého tvora pomoci smysluplně naplnit volný čas. Péče o koně a odpovědnost za jinou bytost poskytují dětem pocit sebedůvěry, upevňují pocit kontaktu s okolím, zvyšují sebehodnocení, podporují nacházení vlastní identity, tlumí agresivitu, rozvíjí spolupráci a vychovává k odpovědnosti a kázní.

---

<sup>124</sup> (6), s. 89.

<sup>125</sup> (1), s. 145.

<sup>126</sup> (50)

<sup>127</sup> (2), s. 41.

Kontakt s koněm a práce ve stáji je vhodnou součástí prevence a boje proti různým závislostem jako například alkohol, drogy a gamblerství.<sup>128</sup>

### 2.5.2. Děti se specifickými poruchami chování

„Poruchy chování lze charakterizovat jako odchylku v oblasti socializace, kdy jedinec není schopen respektovat normy chování na úrovni odpovídající jeho věku, event. na úrovni svých rozumových schopností.“<sup>129</sup> Do této skupiny klientů patří nejen děti se syndromem ADHD, ADD, děti s agresivním chováním a ve svých projevech také děti s LMD.

O vlivu jízdy na koni na chování klienta jsem se zmínila již v jedné z předcházejících kapitol. Něco z výše uvedeného částečně zopakuji a doplním s ohledem na danou skupinu klientů. „Pedagogické ježdění je zaměřeno na děti s poruchou chování ve vztahu k rodině, ve vztahu k vrstevníkům a ve vztahu k jiným lidem...Kůň je obsazen do role vychovatele, zprostředkovává dítěti kontakt s okolím, pomocí koně se dítě učí normám chování.“<sup>130</sup>

„Kontakt s koněm má velký vliv na psychiku, a proto je účinně využíván při nápravě poruch chování ať již ve vztahu k rodině, k vrstevníkům nebo k okolí. Děti s poruchami chování velmi citlivě vnímají, kdy nejsou okolím plně akceptovány, kdy jsou zesměšňovány, nebo jsou na ně kladeny příliš velké nároky. Často mívají silný pocit nejistoty, strachu, který potom kompenzují agresivitou, nebo resignací a změnou svého postoje k okolí. Při pedagogickém ježdění kůň přejímá roli vychovatele zcela mimovolně a přirozeně, přičemž děti tuto autoritu akceptují.“<sup>131</sup>

Pro dítě s poruchou chování je důležité pozitivní hodnocení jeho správného chování. Při práci na koni dochází k dvojnásobné odměně za správné zvládnutí úkolu. První odezva přichází ze strany koně ve formě správně provedeného úkonu. Kůň zpětně odpovídá na určité chování jezdce tak, jak si jezdec přeje. Jako další pozitivní hodnocení chování dítěte přichází pochvala ze strany terapeuta. Dítě se takto učí chovat se určitým způsobem a postupně dochází k ustalování naučeného.<sup>132</sup>

Kůň je velkým pomocníkem pedagoga či psychologa. Nejen, že reguluje a ovlivňuje chování dítěte svými reakcemi, ale také poskytuje pedagogovi či

---

<sup>128</sup> (1), s. 145.

<sup>129</sup> (29), s. 779.

<sup>130</sup> (50)

<sup>131</sup> (1), s. 145.

<sup>132</sup> (19), s. 133.

psychologovi nalézt cestu k dítěti, které by jej v běžných podmínkách odmítalo. Pokud dítě akceptuje koně, což je pro něj nevyhnutelné, získává od terapeuta řadu rad a doporučení, jak se ke koni chovat, jak koně ovládat. Takto lze postupně navázat s dítětem bližší vztah a dítě postupně začíná terapeutovi důvěřovat a je ochotno s ním spolupracovat. „Pedagog či psycholog získává v koni hodnotného pomocníka. Vlastnosti, které jsou koni dány od přírody umožňují na jedné straně neverbální komunikaci s dítětem a na druhé straně přesně vymezují hranice, které agresivní dítě nemůže překročit. Dítě musí své chování přizpůsobit koni. Začíná respektovat jeho autoritu. K tomu obvykle začne respektovat i svého jezdeckého instruktora, a na tomto základě může pedagog začít stavět. Velikost a impozantnost koně budí na jedné straně respekt a na druhé straně obavy. Tyto protichůdné emoce lze vhodně pedagogicky využít. Posloupnost vývoje emocí ve vztahu ke koni: úzkost – obdiv – lásky je asi ideál, kterého by se měl pedagog snažit dosáhnout.“<sup>133</sup> „Kontakt se zvířetem vytváří klima vycházející z přirozené potřeby, která je zvláště vyvinuta u dětí. Přítomnost zvířat vyvolává atmosféru, v níž se i obtížně zvladatelné děti nechají oslovit, protože nacházejí někoho, komu mohou důvěřovat. Zvířata přijímají děti takové, jaké jsou.“<sup>134</sup>

„V řadě škol lze najít děti s menšími nebo i extrémními poruchami chování, některé narušují školní režim a jsou postrachem učitelů. Tyto děti jsou často tělesně dobře schopné výkonu. Učitel získává ideálního výchovného pracovníka: koně. Určité vlastnosti a charakter chování, které jsou od přírody tomuto zvířeti dány, umožňují navázat s dítětem nonverbální komunikaci a vcítit se do jeho jednání. Kůň vymezuje jednoznačné hranice, které nemůže agresivní dítě překročit. Pedagog musí umět dítě povzbudit a získat jeho důvěru. Důvěra získaná prostřednictvím koně a neverbální komunikace uvolňuje dítě od ohrožujících a nevypočitatelných zážitků. Vychovává děti agresivní i děti citlivé a s nejistým chováním.“<sup>135</sup>

Při LPPJ je používána také práce v skupině klientů. Při té je podmínkou, aby děti spolu spolupracovali, kooperovali. Děti společně nejen jezdí na koních, ale také pracují ve stájích. Musejí si vzájemně pomáhat, podporovat se a domluvit se. Tímto dochází k procvičování chování k vrstevníkům. „Ke tlumení agresivity a antipatií se využívá také společné jízdy na hřbetě koně, kdy se nesnášenlivý jedinci musí navzájem dotknout a dokonce si pomáhat, aby nespadli. Učí se kooperovat: pomáhat jiným a přijímat

---

<sup>133</sup> (2), s. 163.

<sup>134</sup> (1), s. 144.

<sup>135</sup> (6), s. 89.

pomoc jiného. Navazují komunikaci. I to umožňuje vytvářet přiměřené mezilidské vztahy.<sup>136</sup>

Kůň reguluje intenzitu chování dítěte. Pokud je pobídka ze strany dítěte příliš silná, kůň zareaguje negativně až odmítavě. Dítě se tak musí přizpůsobit v síle svého jednání. Na druhé straně, pokud dítě dává pobídky příliš slabé a nevýrazné, kůň nebude ochoten je akceptovat. „Práce s koněm naučí klienta, že je třeba dané činnosti vykonávat s jistou intenzitou. Pokud je nedostatečná, kůň neposlechne, pokud je nadměrná, zareaguje obrannou reakcí. Pacient je tak nucen správně sebehodnotit svoji činnost, aby dosáhl úspěchu.“<sup>137</sup>

Do této skupiny klientů řadím i děti s LMD. Mezi projevy dětí s LMD v předškolním a školním věku patří především: poruchy motoriky; emoční poruchy a poruchy chování; poruchy koncentrace, pozornosti a paměti; poruchy řeči, vnímání a myšlení.<sup>138</sup> Pro tyto děti mohou mít hodiny LPPJ velký přínos. Pobyt na koni pohlcuje a soustředí dětskou pozornost. Dokáže dítě plně zaměstnat a tím dochází k procvičování jeho pozornosti a schopnosti koncentrace. Kůň sám o sobě reaguje na nepříjemné chování dítěte a tím jej usměrňuje. Kromě již dříve uvedených přínosů, je velkou výhodou LPPJ také možnost relaxace v rámci terapie, pokud dítě jeví známky únavy. V neposlední řadě se může také jízda na koni a péče o něj stát zálibou klienta a tím naplňovat jeho volný čas.

„Pedagogům je známá zkušenost, že tzv. hypokinetické děti, které měly celou školní docházku problémy s koexistencí ve školním kolektivu, nedokázaly chvilku posedět, jednoduše problémové, ale převážně inteligentní děti se výborně uplatnili v prostředí, které se na rozdíl od školy kolem nich neustále měnilo. Jako by platilo pravidlo – když okolí stojí, musím se hýbat já. Když se okolí pohybuje, já mohu zůstat klidný. Proto se tyto děti výborně uplatnily v dynamických povoláních – například jako ošetřovatelé zvířat, jmenovitě koní.“<sup>139</sup>

---

<sup>136</sup> (2), s. 41.

<sup>137</sup> (2), s. 41-42.

<sup>138</sup> (36), s. 2.

<sup>139</sup> (2), s. 164.



### 2.5.3. Děti se smyslovými vadami

Hodiny LPPJ bývají diagnostikovány dětem zrakově postiženým, nevidomým, dětem sluchově postiženým a hluchým.

„Pro školní účely byly děti se zrakovým postižením rozděleny Světovou zdravotnickou organizací do těchto skupin:

- děti slabozraké (od 30/60 na lepším oku s optimální korekcí)
- děti se zbytky zraku (méně než 3/60 na lepším oku)
- děti prakticky nevidomé (méně než 1/60 nebo těžké zúžení zorného pole – postižený není schopné orientovat se v neznámém prostředí)
- děti naprosto nevidomé (úplná ztráta světlocitu – amauróza).<sup>140</sup>

LPPJ může být prováděno u všech těchto skupin dětí. Vždy je ovšem nutné při aplikování terapie na koni přihlížet k rozsahu postižení zraku.

Jedním z hlavních přínosů LPPJ pro zrakově postižené dítě je rozvoj jeho smyslů, které mu zůstaly zachovány a stimulace zraku v rozsahu, který je mu zachován. „Výcvik smyslů u zrakově postiženého dítěte je hlavním úkolem speciálně pedagogického působení, resp. provádění reedukace tam, kde je alespoň částečně vnímání zachováno. Dalším úkolem je příprava na školní povinnosti, což představuje u zrakově postiženého dítěte osvojení si specifických dovedností, kterými se rozvíjejí zrakové funkce (stimulace zraku) a sluchové vnímání. Uvědoměle se posiluje čich a chuť, a dovednosti, kterými se nacvičuje haptizace (aktivní hmat), prostorová orientace a samostatný pohyb.“<sup>141</sup>

Významný přínos pro zrakově postižené dítě je i v oblasti fyzické. Jízda na koni stimuluje rovnovážné centrum, což má pro takové dítě velký význam v oblasti praktického života. „Pro bezpečné zvládnutí mnoha tělesných úkolů, před které stává dítě jeho prostředí, je důležité zvládnout rovnováhu. Je třeba ji udržovat hladkými, plynulými pohyby, ne rychlými a trhavými.“<sup>142</sup> Jak jsem uvedla již výše, má jízda na koni pozitivní vliv také na motoriku a koordinaci pohybů. „Motorika, tj. celková pohyblivost dítěte, hraje významnou úlohu v jeho výchově a vzdělávání. U zrakově postižených jsou v jejich hybnosti odchylky, zejména však u osob s vrozenou slepotou. Jejich vývoj je v důsledku absence zrakových vjemů a možnosti zpětné vazby výrazně

---

<sup>140</sup> (4), s. 15.

<sup>141</sup> (4), s. 22.

<sup>142</sup> (4), s. 24.

opozděný v oblasti hrubé motoriky: jsou to pohyby celého těla, pohyby velkých svalových skupin, schopnost dítěte koordinovaně používat tělo jako celek.<sup>143</sup> Právě tyto obtíže lze při jízdě na koni alespoň částečně odstranit. „Léčebně pedagogické ježdění a voltižování bylo používáno u zrakově postižených a slepých dětí a cílem bylo odstranit poruchy v motorické koordinační oblasti. Vyšetřením se ukázal jasný vzestup v „motorickém koeficientu“ u těžce zrakově postižených dětí.“<sup>144</sup>

Při práci se zrakově postiženými dětmi je důležité dodržovat několik pravidel. Prostor, na kterém se zpočátku bude dítě s koněm pohybovat by měl být jasně vymezený. Dítě by se mělo s tímto prostorem dostatečně seznámit. Dále by se mu měl poskytnout dostatek času na seznámení s koněm. Při práci s větším počtem takto postižených dětí, je nutné, aby na každé dítě dohlížel jeden instruktor.

Pro děti zrakově postižené a slepé je kůň možností prožití specifického pohybu, kterého není samo běžně schopné dosáhnout. Pro takto postižené dítě je pobyt na koňském hřbetu plný nových podnětů. Tím, že pohyb koně je pravidelný, může dítě jeho pohyby předpovídat a tak se na pohyb koně adaptovat. Pobyt na koňském hřbetu handicapovanému dítěti umožňuje také zcela nový prožitek vlastního těla. „Problematické vnímání pohybu vlastního těla pacienta (zejm. pacientů nevidomých) je ovlivňováno přenášením pohybů koně na klienta. Dítě se může spolehnout na pravidelnou motoriku koně, získává tak sebejistotu. Kůň dává klientu možnost prožitku z pohybu, který jinak dítě nezvládne. Hipoterapie umožňuje klientovi prožitek ovládnutí většího prostoru než je u něj běžné.“<sup>145</sup> „Ježdění na koni může být pro pacienty se zbytky zraku nebo s jeho úplnou ztrátou přínosem pro získání lepší rovnováhy a prostorové orientace. Kromě toho má velký význam psychologický z poznání nového zážitku z tělesného styku s velkým zvířetem.“<sup>146</sup>

I pro děti sluchově postižené mají hodiny LPPJ velký přínos. „Sluchově postižené a hluché děti mají poruchy v tělesné koordinaci. Příčina je často v poruše smyslu pro rovnováhu, který může být organicky zapříčiněn při onemocněních vnitřního ucha. Tyto děti proto musí získávat pohybovou a prostorovou zkušenost, zkoušet rytmizaci pohybů a provádět výuku k rovnováze.“<sup>147</sup> Pozitivní vliv má jízda na

---

<sup>143</sup> (4), s. 23.

<sup>144</sup> (6), s. 90.

<sup>145</sup> (32), s. 137.

<sup>146</sup> (10), s. 68.

<sup>147</sup> (6), s. 90.

koni pro sluchově postižené děti v oblasti motorické a koordinační. Toto všechno jim pobyt na koni umožňuje současně s pozitivním vlivem na jejich sebevědomí a sebehodnocení.

Také při práci se sluchově postiženými dětmi je nutné přizpůsobit se jejich specifickým potřebám. Slovní komunikaci je nutné nahradit komunikací prostřednictvím zraku. Je nutné, aby před zahájením terapie došlo ke správnému vysvětlení jednotlivých symbolů a znaků, např. označení rohů jízdárny, nové jízdárenské povely,... Znaky užívané při instruktáži dítěte je možné vytvořit společně s dítětem nebo použít systém speciální posunkové řeči s jízdárenskou problematikou např. Signs for Deaf and non-Communicating Riders dle Sayera<sup>148</sup>.

Jakkoliv smyslově postižené dítě se nejprve adaptuje na krok koně při jízdě s madélky. Postupně se dítě pouští nejprve jednou a později oběma rukama. Při nácvičku korektního sedu je někdy vhodné využít asistovaný sed, při kterém terapeut sedí za dítětem.<sup>149</sup> Při nácvičku rovnováhy a jistoty lze použít i klus. Po získání jistoty a udržení korektního sedu je možné, aby dítě začalo samostatně aktivně ovládat koně. „Až po toto období se jedná o základní výchovu. Následuje výuka základních jezdeckých povelů, jízda přes kavalety, cval a ev. ti nejšíkovnější přecházejí na jízdu terénem.“<sup>150</sup>

Nejzdatnější jezdcí z řad dětí se smyslovými vadami se později mohou věnovat jízdě na koni jako sportu a to v rámci sportovního ježdění handicapovaných, kde mají možnost se účastnit i soutěží a závodů. Pro ostatní z nich se může jízda na koni stát celoživotním koníčkem, při kterém mají možnost dokázat mnohdy více než jejich zdraví vrstevníci. V tomto shledávám já osobně největší přínos LPPJ pro smyslově postižené děti. U takto postižených dětí můžeme na LPPJ nahlížet také jako na stimulační ježdění, později děti mohou přejít na sport pro handicapované.

#### **2.5.4. Děti s mentálním postižením**

U dětí s mentálním postižením jsou aplikovány všechny tři skupiny hiporehabilitace. Hipoterapie u dětí s kombinovanými vadami, LPPJ při korekci

---

<sup>148</sup> (11), s. 70.

<sup>149</sup> (2), s. 77.

<sup>150</sup> (10), s. 69.

individuálních psychosociálních problémů a sport pro handicapované pro děti s lehkým mentálním postižením.<sup>151</sup>

LPPJ jako jednu z možností psychoterapie (nazýváno též jako psychoterapeutické ježdění) rozeberu podrobněji v následující kapitole. Na tomto místě se tedy zmíním pouze o určitých zásadách, které jsou nutné dodržovat při práci s touto skupinou klientů.

Je nutné s ohledem na postižení volit specifický přístup: strukturované hodiny, jednoznačné instrukce, krátké a časté reprízy, dodržování rytmu hodiny. „Při práci s mentálně retardovanými je nutno dodržovat až rigidní postupy, které si musí účastníci opakováním nacvičit.“<sup>152</sup>

Osobně shledávám jako velký přínos pro děti s mentálním postižením v oblasti rozvoje pohybu. Kůň dítě aktivizuje, nutí jej se pohybovat. Dochází tak k rozvoji celého pohybového aparátu a to jak při jízdě na koni, tak také při péči o něj. Na péči o koně lze také pohlížet jako na určitou pracovní terapii.

„V nedávné době patřili nemocní s diagnostikovanou mentální retardací ke kontraindikovaným pro léčebné ježdění. Do hiporehabilitace je však možno zařazovat lehce a středně těžce mentálně retardované jedince. U středně těžce retardovaných je větší množství kombinovaných postihů, takže tam funguje i hipoterapie v užším slova smyslu, kterou se řeší neurologická a jiná somatická přidružená postižení. Lehce mentálně retardovaní jedinci mohou být úspěšně zařazováni do sportovního ježdění postižených v oblasti speciálních disciplín, kde je mimořádně evidentní vliv ježdění a účasti na závodech na zlepšení kvality jejich života. Motivační faktor se dá využívat i jako jistý způsob odměny za jinou žádanou činnost. Nezanedbatelný je vliv ježdění na jejich tělesné zdraví, které bývá často také oslabeno.“<sup>153</sup>

### **2.5.5. Děti s jinými duševními poruchami**

Tato podkapitola je věnována dětem s jinými duševními poruchami než jsou mentální retardace a specifické poruchy chování. Jedná se o děti vykazující psychopatický vývoj, o děti s úzkostnými poruchami, děti s posttraumatickým stresovým syndromem, neurotické poruchy, somatoformní poruchy, afektivní poruchy apod.

---

<sup>151</sup> (30), s. 211.

<sup>152</sup> (2), s. 167.

<sup>153</sup> (2), s. 166.

Celkově se jedná o velice různorodou skupinu klientů s různorodými symptomy. Budu se tedy věnovat tomu, jak může kůň fungovat v psychoterapii a jaký vliv může mít obecně na duševní poruchy. Jízda na koni i pro duševně postiženého člověka je přínosná pro všechny složky jeho osobnosti. „Kůň koriguje psychické a fyzické příznaky vyvolané duševní chorobou.“<sup>154</sup>

Pokud dochází k využívání jízdy na koni v psychoterapii, je nazývána psychoterapeutickým ježděním. „Psychoterapeutickým ježděním se rozumí začlenění práce s koněm, vození se na koni a ježdění na koni (tedy hipických aktivit) jako psychologického media ke zmírnění nebo odstranění příznaků duševního onemocnění, psychologického problému nebo mentálního handicapu.“<sup>155</sup>

Jízda na koni má ohromný vliv na emoční prožívání jedince. Při jízdě nemůže člověk zůstat pasivní, musí se projevovat a to nejen fyzicky, působením na koně, ale také psychicky. Kůň v něm vzbuzuje určité pocity. V tomto shledávám velký přínos pro duševně postižené, jejichž emotivita je mnohdy velice plochá a nevýrazná. „U postižených dětí a i u zdravých i dospělých popisují někteří po prvé jízdě na koni pocit tzv. „aury“, tj. zvláštní pocit uvolnění a i štěstí, což není zrovna příhodné slovo. Po stránce neurofyzilogické a situaci v hladinách mozkových působků to lze vykládat počátečním přílivem adrenalinu a noradrenalinu a po ukončení jízdy pak stav, který prožívají sportovci po zdařilém náročném výkonu: nadšení a pocit nejvyššího uspokojení pod vlivem endorfinů.“<sup>156</sup>

Psychoterapeutické účinky jsou různé, liší se dle povahy klienta a typu jeho postižení. I zde ovšem nalézt některé účinky společné. „Nejčastěji působí v oblasti podporování silných stránek schopností pacienta. V redukci subjektivních potíží, v redukci poruch chování a sekundárně v maximalizaci autonomie pacienta v léčbě a dosažení maximální možné nezávislosti na psychické poruše. Dosahuje se toho hlavně cestou kognitivního učení, zvyšování sebeúcty prostřednictvím kontroly schopností a úspěchu a cestou testování reality. Nejkrásnější je na tom to, že to všechno je implicitně zahrnuté v samotné hipologické práci.“<sup>157</sup>

I při práci s takovými dětmi je důležité mít neustále na zřeteli specifika jejich duševní choroby. U dětí s duševní poruchou je důležité zvolit vhodný začátek terapie. Především z toho důvodu, že je to pro dítě mnohdy poprvé, co se na vlastní kůži setkává

---

<sup>154</sup> (38), s. 26.

<sup>155</sup> (2), s. 147.

<sup>156</sup> (6), s. 96.

<sup>157</sup> (2), s. 151 – 152.

s takto mohutným zvířetem jako je kůň. Ten u něj vyvolává strach a obavy. Je tedy nechat dítě důkladně adaptovat na tohoto nového tvora, aby si samo dítě nevytvořilo zbytečnou kontraindikaci. „Ve struktuře hiporehabilitace je třeba věnovat vždy pozornost animoterapeutickému úvodu, v němž se lámou předsudky a počáteční úzkostné postoje ke koni.“<sup>158</sup> Úvod by měl být dostatečně hravý a pro dítě zajímavý. Dítě by mělo dostat prostor pro pohlazení koně, jeho nakrmení pamlskem, vedení koně na ruce apod. Správný začátek terapie ji velice ovlivní a právě na něm záleží, jak bude pacient k terapii přistupovat. Je tedy důležité si vyčlenit pro úvodní terapii dostatek času i prostoru a přistupovat k němu velice citlivě.

„Je známo, že u duševně postižených dětí je nejsprávnější terapie, zabírající celé tělo a celou osobnost. Nejvhodnější jsou kroužky pro dětské hraní, rytmické pohybové sestavy, cvičení a podobně. Během jízd na koni lze ležet, otáčet se, cvičit a to buď sám nebo s partnerem. Při tom je prožívána teplota a pohyby velkého zvířete v maximálním měřítku, cvičení lze rytmizovat i používat hudby. Duševně postižený člověk stejně jako nepostižený má touhu uzavírat přátelství a navazovat kontakty. Kůň jej akceptuje, nechává jej vysednout nahoru, „povýší jej“. Vychovatel je při tom zavzat do této komunikace a má možnost tyto úspěchy přenést na další pedagogické pole.“<sup>159</sup>

Vždy je nutné si uvědomit, že terapie by neměla být v žádném případě trestem a LPPJ je tedy možné provádět pouze s dětmi, které o to mají zájem. Nelze nějaké dítě do této činnosti nutit. Zde by došlo ke ztrátě terapeutického účinku jednotlivých jízd, ale také k možnému zhoršení klientových obtíží.

„Psychologické ježdění koriguje psychické a fyzické symptomy vyvolané duševními chorobami. Kůň svou přirozenou autoritou a reakcemi „nastartuje“ emocionální a psychické pochody vedoucí k částečné nebo úplné nápravě výše uvedených zmíněných symptomů: narušený vztah k lidem, ztráta identity, úzkost, agrese, snížené nebo nezdravě zvýšené sebevědomí, sociální maladaptace, závislost na alkoholu a drogách... Kůň je využíván i jako resocializační prvek.“<sup>160</sup>

---

<sup>158</sup> (2), s. 164.

<sup>159</sup> (6), s. 90.

<sup>160</sup> (50)

## **Praktická část**

V této části práce budu vycházet ze zkušeností a poznatků, které jsem získala při práci v občanském sdružení Reha – sdružení pro rehabilitaci. Zde se účastním hodin LPPJ jako asistentka hipoterapeutky Mgr. Ivety Němečkové a pod jejím dohledem také částečně vedu některé děti při hodinách LPPJ.

Zaměřím se na popis průběhu LPPJ u některých klientů, uvedu výsledky svého dotazníkového šetření a dále uvedu některé cviky prováděné v rámci LPPJ.

V současné době sdružení Reha působí v areálu Barrandovských stájí v prostoru ateliérů Barrandov. K dispozici máme dva koně (Sendy a Dolar). Na hodiny LPPJ docházejí děti v průběhu roku, kromě letních prázdnin, kdy je pro ně organizován tábor. Zde dostávají děti větší prostor pro péči o koně, samostatně také jezdí a dozvídají se nové informace z oblasti koňské problematiky.

# 1. Průběh LPPJ konkrétních klientů

## 1.1. Průběh LPPJ u klientky se zrakovým postižením

Klientka: Marie

Narozena: 1990

Dg.: Amaurosis – slepota, lehce rozliší světlo a stín

Ze zprávy praktické lékařky pro děti a dorost ze dne 1.10. 2004:

Doporučuji hiporehabilitaci. Je v péči pro amaurosis, léčba indikovaná.

### Říjen 2004:

Dívka přichází na základě doporučení praktické lékařky. Již od počátku vykazuje výborný vztah ke koni. Její sed je v kroku stabilní, k menším poruchám dochází v klusu.

Plán: nácvik korektního sedu v klusu, nácvik prostorové orientace na jízdárně, nácvik samostatného vedení koně, snaha o zapojení klientky do péče o koně.

### Říjen 2005:

Na hodiny dochází pravidelně. Přes léto se zúčastnila obou stacionářů i tábora. Vztah ke koním nadále výborný. Sed korektní v kroku, klusu i cvalu. Na jízdárně se orientuje výborně. Koně vede samostatně na jízdárně i v terénu za pomoci předvodiče. Koně po jízdě pochválí. Z péče o koně zvládá samostatně čištění.

Plán: prohlubování dovedností v ovládání koně, nácvik vedení koně bez předvodiče, prohloubení dovedností v oblasti péče o koně.

### Leden – červen 2006:

Na hodiny dochází pravidelně. Dle sdělení rodičů se na koně velice těší, vztah ke koním výborný. Výrazná závislost na koni Sendym. Sed korektní ve všech chodech koně. Prostorová orientace na jízdárně bez předvodiče. Práce na jízdárně za vedoucím koněm. Vyjížděky do terénu za vedoucím koněm. Výborně zvládá koně. Z péče o koně ovládá čištění, krmení, pomoc ve stáji.

Plán: zdokonalování a prohlubování dosavadních dovedností, v budoucnu možný přechod do jezdeckého oddílu pro handicapované.



## 1.2. Průběh LPPJ u klientky s mentální retardací

Klientka: Michaela

Narozena: 1997

Dg.: mikrocephalie, mentální retardace

### Červen 2005:

Sed není zcela stabilní. Vztah ke koni není plně vyhraněný, na výzvu koně pohladí na boku, po čase i po krku a zádi, Pozornost odbíhá.

Plán: nácvik korektního sedu v kroku a klusu, věnovat pozornost jejímu vztahu ke koni.

### Říjen 2005:

Zlepšení sedu na vedeném koni. V krátkých úsecích klus na lonži, jinak pracuje pouze na vedeném koni. Při jízdě dochází lépe ke zklidnění. Jízdy se jí líbí.

Plán: stabilizace korektního sedu v kroku a klusu, nácvik péče o koně a jeho samostatné vedení.

### Leden 2006:

Další mírné zlepšení sedu v kroku, v klusu nestabilní. Aplikovány vyjížděčky do terénu na vedeném koni. Pokusy o samostatné vedení koně zatím bez úspěchu. Koně po jízdě pohladí i odmění pamlskem. Na koně se těší. Počátky péče o koně.

Plán: nácvik korektního sedu v kroku a klusu, v rámci možností pokus o samostatné vedení koně, nácvik dalších dovedností v oblasti péče o koně.

### Červen 2006:

Sed v kroku stabilní. Nácvik orientace na koni, ukazování si částí těla. Při vyjížděce dochází k velkému zklidnění. Samostatného vedení stále není schopna. Vztah ke koni výborný. Koně po jízdě pohladí i odmění pamlskem. Z péče o koně zvládá v rámci možností hřebelcování.

Plán: nácvik korektního sedu v klusu, pokusy o samostatné vedení.

### Říjen 2006:

Průběžné zlepšení koordinace pohybu. Krátce zvládá klus na lonži a je schopna si v něm udržet korektní sed. Vztah ke koni výborný.

Plán: prohlubování dovedností z oblasti péče o koně, procvičování korektního sedu, nácvik samostatného vedení koně při asistovaném sedu.

### 1.3. Průběh LPPJ u klientky s LMD

Klientka: Leona

Narozena: 1995

Dg.: Sy LMD – těžší forma

#### Březen 2006:

Sed zvládá. Výrazný psychomotorický neklid. Obtížně se soustředí, velmi roztěkaná.

Používán kůň Dolar – klidný. Vztah ke koni dobrý.

Plán: Navázání vztahu s klientkou, snaha o její spolupráci s terapeutem.

#### Duben 2006:

Lehké zklidnění. Daří se navázat kontakt s dítětem. Začíná spolupracovat a reagovat na terapeuta.

Plán: Soustředění pozornosti, prohlubování spolupráce s terapeutem, péče o koně.

#### Červen – červenec 2006:

Výrazný posun v soustředění, při jízdě dochází k rychlému a výraznému zklidnění.

Patrná snaha o udržení pozornosti. Koně již střídá. Klus na lonži zvládá. Rytmizace – písničky, broukání. Počátky péče o koně.

Plán: prohlubování všech získaných dovedností, samostatné vedení koně.

#### Září – říjen 2006:

Soustředění se stále zlepšuje. Nácvik koordinace horních končetin. Sed stabilní a korektní v kroku i klusu. Krátce je schopna si vést koně na otěži na jízdárně – soustředění. Péče o koně ji baví.

Plán: maximalizace jejích dovedností v oblasti péče o koně, nácvik samostatného vedení koně na jízdárně, později v rámci možností i v terénu.

## 1.4. Průběh LPPJ u klientky s LMD-ADHD

Klientka: Veronika

Narozena: 1999

Dg.: LMD-ADHD, chabé držení

Zpráva od dětského neurologa ze dne 17.9.2004

Má odklad ŠD, je v MŠ Hurbanova

Obj.: Výtečně spolupracuje, řeč je lehce dyslalická. Brýlová korekce. Taxe správně, diadocho lehce nestejnsměrná, špetka neobratná. Chabější držení bez svalové asymetrie.

Závěr: Sy LMD-ADHD, chabé držení

### Říjen 2004:

V korku sed korektní a stabilní. Jízdu zvládá i bez kontroly zraku. Nácvik stability a rytmizace při jízdě. Velmi dobře spolupracuje. Základy péče o koně.

Plán: nácvik sedu v klusu, počátky samostatného vedení, nácvik rytmizace.

### Říjen 2005:

Od června do listopadu na jízdy nedocházela z důvodu větší nemocnosti.

Sed korektní a stabilní. Jízda bez korekce zraku. Snaha o koordinaci ruce x trup. Nácvik korektního sedu v klusu na lonži. Nácvik rytmizace – říkanky.

Plán: počátky samostatného vedení koně, péče o koně.

### Červen 2006:

Byla častěji nemocná – nechodí pravidelně.

Sed korektní a stabilní v kroku, krátce i v klusu na lonži. Obtížně se soustředí – ke zlepšení dochází při jízdě na koni. Na jízdárně se snaží vést koně na otěži sama. Péče o koně před i po jízdě – patrná neobratnost. Vztah ke koni výborný.

Plán: prohlubování a stabilizace dosavadních dovedností.

### Říjen 2006:

Nástup do školy – integrace – obecná škola. Cvičí grafomotoriku s efektem. Pokroky v soustředění. Vztah ke koni výborný. Samostatné vedení koně na jízdárně.

Plán: Samostatné vedení koně v terénu.

### Listopad 2006:

Operace apendixu, jízdy přerušeny.

## 2. Dotazníkové šetření

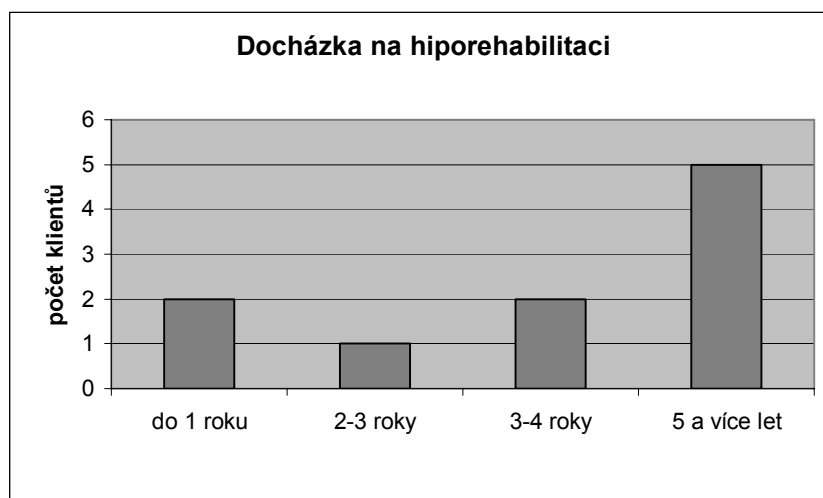
Rodičům dětí, které docházejí na hodiny LPPJ do občanského sdružení Reha, jsem předložila k vyplnění dotazník (viz. Příloha č. VII). Byli požádáni, aby jej vyplnili, pokud možno i společně se svým dítětem.

V dotazníku jsem místo termínu LPPJ užívala z důvodu lepší srozumitelnosti pro rodiče termín hiporehabilitace.

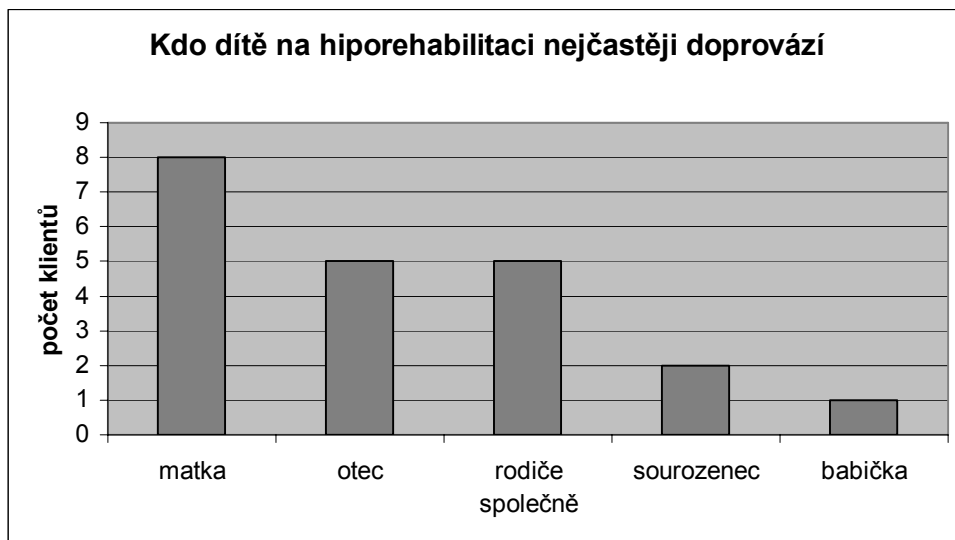
Dotazník je zaměřený na vztah dětí ke koním a k jízdám, zda děti jízdy baví a zda rodiče sami v LPPJ shledávají nějaký přínos pro své dítě. Po vrácení dotazníku jsem měla ještě možnost s rodiči o LPPJ mluvit osobně.

Celkový počet vydaných dotazníků byl 10, návratnost byla 100%.

První otázka se ptala na to, jak dlouho dítě na hiporehabilitaci dochází. V občanském sdružení Reha je docházka dětí na jízdy dlouhodobá. 50% dotazovaných uvedlo, že dochází na koně alespoň 5 nebo více let. U dalších dětí je docházka kolem 2-4 let. Pouze dva klienti uvedli, že jezdí necelý rok.



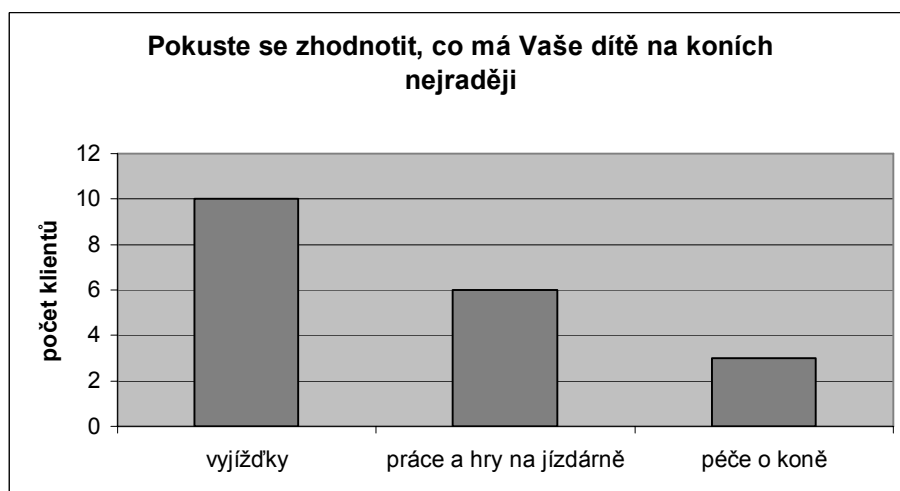
Další otázka zjišťovala zapojení rodiny do hiporehabilitace, přesněji řečeno kdo dítě na jízdy doprovází. Z dotazníků vyplývá, že děti na hiporehabilitaci doprovází někdy matka (8x) a někdy otec (5x), mnohdy také oba rodiče současně (5x). Déle pak děti doprovází straší sourozenec (2x) a babička (1x). Z rozhovorů s rodiči vyplynulo, že se nejvíce snaží své dítě doprovázet v rámci možností oba dva současně. Rodiče také uvedli, že jednou za čas s nimi přijedou i prarodiče dítěte nebo jeho sourozenci.



Všichni dotazovaní rodiče uvedli, že se jejich dítě na koně těší. Projevy jsou různé („když nemůže jít, je smutný“, „pořád vzpomíná na koně“, „výskoky, tleskání, smích, shánění mrkve“).

Všichni rodiče také uvedli, že si myslí, že jejich dítě jízdy na koni baví.

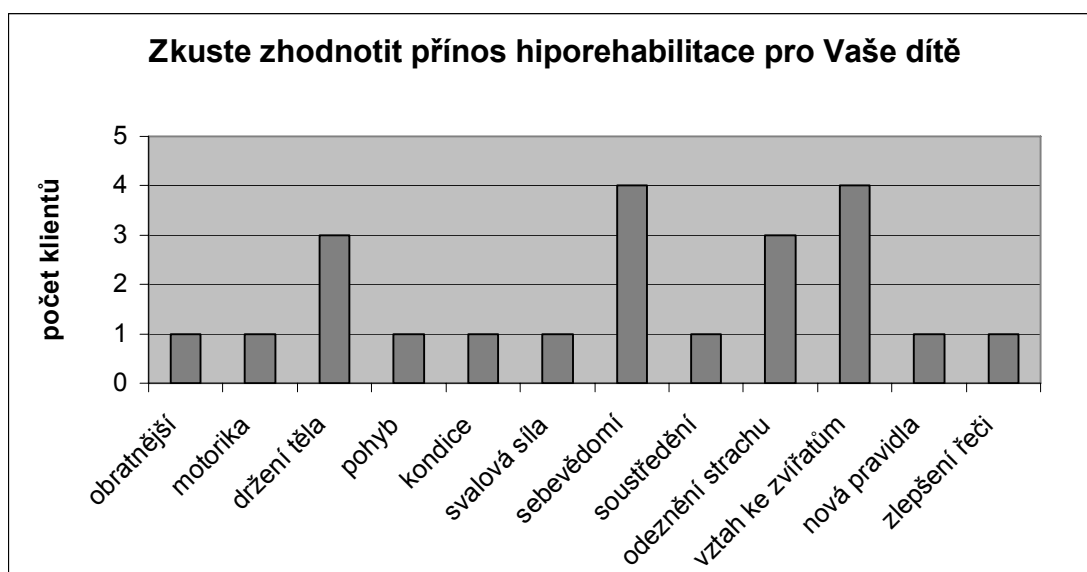
Na otázku zjišťující, co mají děti na koních nejraději, uvedli všichni rodiče, že vyjížďky. Jako další uváděli, že jízda na jízdárně a hry na jízdárně (6x). Péče o koně byla zvolena méně (3x).



V další otázce jsem zjišťovala, zda děti vypráví o koních a o jízdách na nich svému okolí (např. rodičům, sourozencům, širší rodině, kamarádům,...). Všichni rodiče uvedli, že ano (např. „pořád o nich mluví“, „ano, vypráví všem“, „říká jména koní na kterých jel a říká, v rámci možností svojí řeči co na koni dělal“).

Další otázkou jsem zjišťovala, zda by dítě chtělo mít vlastního koně. Jedná se o otázku, která je zaměřená na vztah dítěte ke koni. Z 10 dotazovaných odpovědělo 8 rodičů, že jejich dítě takového přání má. Ve dvou případech nebyla uvedena žádná volba. V prvním případě se jedná o dívku s mentální retardací, která mluví velice málo a nebylo možné se jí tedy na danou otázku zeptat, ve druhém případě se jednalo o chlapce, který dochází na LPPJ pouze 2 měsíce a matka uvedla jako odpověď na tuto otázku „zatím o tom nemluví“.

V poslední otázce jsem zjišťovala, zda sami rodiče shledávají hiporehabilitaci pro jejich dítě přínosnou a kde oni sami vidí zlepšení svého dítěte. 8 rodičů shledává zlepšení v oblasti fyzické („držení těla“, „kondice“, „obratnější“, „pohyb“, „svalová síla“, „celkové držení těla“, „motorika – jak chůze tak i cviků na jezdoucím koni“). Dále rodiče uvádějí vliv na psychiku dítěte („odeznění strachu z velkých zvířat“ – 3x, „zlepšení vztahu ke zvířatům“ – 4x, „získání sebevědomí“ – 4x, „soustředěnější“ – 1x). Rodiče uvedli také přínos důležitý z hlediska pedagogického („zlepšila se řeč“ – 1x, „učí se novým pravidlům – 1x).



Dále jsem se od rodičů dozvěděla, že většina dětí docházející na LPPJ má alespoň jednu hračku – koně, a ve svém dětském pokoji mají vylepeny obrázky koní a samy se zajímají o koňskou problematiku („odebírám časopis Jezdectví“, „jezdíme se dívat na závody“, „zajímá jí jakýkoliv článek o koních“).

### 3. Vybrané cviky

Již v teoretické části jsem uvedla, že rovnováhu i motoriku lze na koni cvičit také pomocí některých cviků. Na větších fotografiích je cvik zobrazen u klientů. Na menší fotografii figurantka provádí ideálně provedený cvik.



#### „Trhání jablek“

*klient natahuje obě ruce vzhůru*



#### „Letadélko“

*klient roztáhne obě ruce a otáčí se postupně za jednou a druhou rukou*



#### „Vysoká kolena“

*klient zvedá kolena nahoru a od koně*





„Leh na krk koně“

*klient si lehne na krk  
koně a snaží se jej  
obejmout*



„Dámský sed“

*klient si sedá do  
dámského sedu*





## Závěr

Svoji práci jsem věnovala tématu léčebně pedagogicko-psychologické ježdění. Jedná se o jednu z částí hiporehabilitace. Snažila jsem se propojit teoretické poznatky z odborné literatury, sborníků, periodik i z internetových stránek sdružení, která hiporehabilitaci provádějí, s praktickými poznatky, které jsem získala v občanském sdružení Reha.

V úvodu své práce jsem si stanovila 3 hypotézy, které nyní zhodnotím. Jako první hypotézu jsem stanovila, že LPPJ je komplexní metoda, která působí na všechny složky dětské osobnosti. Tuto hypotézu považuji ve své práci za potvrzenou. Účinky v oblasti fyzické, psychické i sociální jsem uvedla v teoretické části a také se jim věnovala v kapitole dětských klientů LPPJ. V dané kapitole jsem se snažila zaměřit se na ty účinky, které považuji pro danou skupinu dětských klientů za dominantní. V praktické části jsem popsala průběh LPPJ na konkrétních případech. I v těchto případech je zřejmé, že působení koně na osobnost dítěte probíhá v nejrůznějších rovinách.

Jako druhou hypotézu jsem si stanovila, že LPPJ rozvíjí motorické schopnosti dítěte nenásilnou formou při jízdě na koni. Považuji za potvrzené, že jízda na koni je z hlediska motoriky velice náročná. Při jízdě na koni dochází neustále k procvičování motorických dovedností, především hrubé motoriky. Tím, že je dítě neustále nuceno hlídat si své motorické projevy a udržovat je pod svou kontrolou, dochází k nácviku motoriky. K nácviku motoriky dochází při samotné jízdě i při různých cvičích a hrách. Při cvičích je nutné, aby byli pro dítě správně uvedeny a propojeny se hrou natolik, aby je pociťovalo zábavné. Při jízdě na koni se ovšem nejedná o samoúčelné procvičování. Dítě se snaží svou motoriku ovládat ne pro ni samotnou, ale pro to, aby mohlo snadněji ovládat koně a aby pro něj byla jízda příjemnější. V tomto shledávám tedy nenásilnost procvičování motoriky. Z dotazníkového šetření, které jsem provedla vyplývá, že děti, resp. jejich rodiče, hodnotí LPPJ nejen jako pro děti potěšující, ale také jako přínosné a to i v oblasti motoriky. Z těchto důvodů považuji i svoji druhou hypotézu za prokázanou.

Jako poslední jsem si stanovila hypotézu, že LPPJ je smysluplnou náplní volného času dětí. Z mého dotazníkového šetření i z jednotlivých popisů průběhu LPPJ u vybraných klientů vyplývá, že jízda na koni je pro děti potěšením a že se o koně zajímají nejen během samotných jízd v rámci hiporehabilitace. Děti velice brzy získávají ke koním blízký vztah a jízdě na koních je těší. V tomto shledávám

smysluplnost LPPJ, především proto, že poskytuje handicapovaným dětem možnost naplnit svůj volný čas činností, která je těší a která je pro běžné děti mnohdy nedostupná. To, že LPPJ má smysl i z hlediska účinků na ostatní složky osobnosti, jsem dokázala na základě odborné literatury v kapitole týkající se účinků LPPJ. Pokud tedy, jak jsem popisovala ve své práci, LPPJ zvyšuje kvalitu života dětských klientů a je pro ně potěšením, považuji svoji poslední hypotézu alespoň za částečně potvrzenou. Uvědomuji si, že mé dotazníkové šetření nelze zobecňovat. Zjištěná data z mého dotazníkového šetření jsou ovšem významnou zpětnou vazbou pro hipoterapeutická tým občanského sdružení Reha. Pro konečné potvrzení mé poslední hypotézy by bylo zapotřebí provést kvalitativně i kvantitativně větší šetření a jeho výsledky porovnávat s referenční skupinou, která se tohoto typu terapie neúčastní.

Smyslem mé práce nebyl podrobný a kompletní výčet všech možných primárních i sekundárních účinků LPPJ. Snažila jsem se zaměřit na ty, které mají význam pro zvýšení kvality života handicapovaného dítěte.

# Bibliografie

## Monografie a sborníky

- (1.) CASKOVÁ, Vladimíra. Hipoterapie jako metoda. In PIPEKOVÁ, Jarmila, VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. vyd. Brno: Paido, 2001. s. 140-146.
- (2.) HOLLÝ, Karol, HORNÁČEK, Karol. *Hipoterapie: léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 2005. 293 s. ISBN 80-7225-190-2.
- (3.) JARKOVSKÝ, Jiří. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením: somatická a psychologická hlediska*. 1. vyd. Praha: Triton, 2001. 158 s. ISBN 80-7254-192-7.
- (4.) KEBLOVÁ, Alena. *Zrakově postižené dítě: metodický materiál*. 1. vyd. Praha: Septima, 2001. 67 s. ISBN 80-7216-191-1.
- (5.) KLENKOVÁ, Jiřina. *Možnosti stimulace preverbálních a verbálních schopností vývojově postižených dětí*. Brno: Paido, 2000. 123 s. ISBN 80-85931-91-5.
- (6.) KLIK, Jan. Léčebně pedagogické jízdy a voltizování. In KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. s. 88-97.
- (7.) *Koně: velká kniha o chovu a výcviku koní*. Přel. J. Přikrylová, T. Husáková. 1. vyd. Praha: Agentura cesty, 1995. 207 s. Přel. z The Book of the Horse. ISBN 80-7181-014-2.
- (8.) KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. 101 s. účelový výtisk Nadace OF.
- (9.) KULICHOVÁ, Jana. Z historie léčebného ježdění na koni. In KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. s. 10-11.
- (10.) KULICHOVÁ, Jana. Pohybová výchova zrakově postižených pomocí koně. In KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. s. 68-69.
- (11.) KULICHOVÁ, Jana. Terapeutické ježdění na koni při vadách sluchu a hluchotě. In KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. s. 70-75.
- (12.) KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ, Lea ed. *Edukace dětí se speciálními potřebami v raném a předškolním věku*. Brno: Paido, 2004. 126 s. ISBN 80-7315-063-8.

- (13.) LANGMEIER, Josef; BALCAR, Karel; ŠPITZ, Jan. *Dětská psychoterapie*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. 431 s. ISBN 80-7178-381-1.
- (14.) LINHART, Jiří aj. *Slovník cizích slov pro nové století: základní měnové jednotky, abecední seznam chemických prvků, jazykové pojmy, 30 000 hesel..* Litvínov: Dialog, 2002. 412 s. ISBN 80-85843-61-7.
- (15.) ORINIAKOVÁ, Pavla. Výroční zpráva občanského sdružení Koník za rok 2001, České Budějovice, 2002.
- (16.) ORINIAKOVÁ, Pavla. Výroční zpráva občanského sdružení Koník za rok 2003, České Budějovice, 2004.
- (17.) PIPEKOVÁ, Jarmila; VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. vyd. Brno: Paido, 2001. 165 s. ISBN 80-7315-010-7.
- (18.) PIPEKOVÁ, Jarmila. Nové terapeutické možnosti v péči o tělesně postižené – hipoterapie a canisterapie. In PIPEKOVÁ, Jarmila; VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. vyd. Brno: Paido, 2001, s. 131-136.
- (19.) PLEVOVÁ, Irena. Co je hipoterapie. In VŠETIČKA, František. *Acta Universitatis Palackianae Olomouensis Facultas Paedagogica Psychologica IV a V: K současným problémům psychologie*. 1. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1994, s. 129-135.
- (20.) POKORNÁ, Věra. *Teorie a náprava vývojových poruch učení a chování*. 3. vyd. Praha: Portál, 2001. 333 s. ISBN 80-7178-570-9.
- (21.) RIEFOVÁ, Sandra F. *Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole: praktické postupy pro vyučování a výchovu dětí s ADHD*. Přel. Lenka Staňková. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. 251 s. Přel. z How to reach & teach ADD/ADHD children. ISBN 80-7178-287-4.
- (22.) SERFONTEIN, Gordon. *Potíže dětí s učením a chováním*. Přel. Koldinský Milan. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. 149 s. Přel. z The hidden handicap. ISBN 80-7178-315-3.
- (23.) ŠUSTEROVÁ, Marie. *Informace, kontakty a služby pro osoby s handicapem*. Praha: Městské centrum sociálních služeb a prevence, 2004. 159 s.
- (24.) TROJAN, Stanislav aj. *Lékařská fyziologie*. 4. vyd. Praha: Grada, 2003. 771 s. ISBN 80-247-0512-5.

- (25.) TROJAN, Stanislav, DRUGA, Rastislav aj. *Fyziologie a léčebná rehabilitace motoriky člověka*. 1. vyd. Praha: Grada, 1996. 175 s. ISBN 80-7169-257-3.
- (26.) TŘESOHLAVÁ, Zdeňka aj. *Lehká mozková dysfunkce v dětském věku*. Praha: Avicenum, 1983.
- (27.) *Učebnice jezdeckví a vozatajství: základní výcvik jezdce a koně*. Přel. A. Fráter, M. Fráterová, D. Stachová. 1. vyd. Praha: Saga, 1998. 196 s. Přel. z Richtlinien für Reiten und Fahren .ISBN 80-86133-17-6.
- (28.) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0.
- (29.) VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. vyd. Praha: Portál, 2004. 870 s. ISBN 80-7178-802-3.
- (30.) VALENTA, Milan, MILLER, Oldřich. *Psychopedie: teoretické základy a metodika*. 1. vyd. Praha: Parta, 2003. 443 s. ISBN 80-7320-039-2.
- (31.) VÁVROVÁ, Eva. Příprava koně pro hipoterapii. In PIPEKOVÁ, Jarmila, VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. vyd. Brno: Paido, 2001, s. 147-154.
- (32.) VESELÁ, Jana. Hipoterapie z pohledu psychologa – terapeuta. In PIPEKOVÁ, Jarmila, VÍTKOVÁ, Marie aj. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. 2. vyd. Brno: Paido, 2001, s. 137-139.
- (33.) VŠETIČKA, František. *Acta Universitatis Palackianae Olomouensis Facultas Paedagogica Psychologica IV a V: K současným problémům psychologie*. 1. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1994. 197 s. ISBN 80-7067-272-2.
- (34.) WATSONOVÁ, Mary Gordon, LYON, Russel, MONTGOMERYOVÁ, Sue. *Kůň: historie chovu, plemena, péče o koně, jezdecký výcvik*. Přel. V. Motyčka. 1. vyd. Havlíčkův Brod: Fragment, 2003. 256 s. Přel. z The Horse: A Komplete Guide. ISBN 80-7200-486-7.
- (35.) ZAHŘÁDKA, Lubor. Jízda na koni a její vztah ke zdraví a nemoci člověka – vývoj problematiky v literárním přehledu. In KULICHOVÁ, Jana aj. *Hiporehabilitace*. 1. vyd. Praha: ČHS, 1995. s. 12-16.

(36.) ŽÁČKOVÁ, Hana, JUCOVIČOVÁ, Drahomíra. *Metody práce s dětmi s LMD – především pro rodiče a vychovatele*. 4. vyd. Praha: D&H, 2001. 20 s.

## Periodika

- (37.) CASKOVÁ, Vanda. Kurzy a školení v hiporehabilitaci. *HIPorehabilitace – informační zpravodaj o rehabilitaci na koni*, 2004, ročník XI, číslo 1, s. 4.
- (38.) EICHLER, Viktor. Hipoterapie – metoda léčby a rehabilitace pomocí koně. *Já mám koně...*, 2004, roč. 1, červen – číslo 1, ISSN 1214-7184, s. 26.
- (39.) HANULAY, Juraj. Mechanika pohybu koně. *Jezdectví*, 2002, roč. 50, únor, ISSN 1210-5406, s. 20-23.
- (40.) HOJNÁ, Tereza. Děti a koně. *Rolnička, zpravodaj pro rodiče*, 2000, březen, číslo 31, vydává Společnost pro ranou péči.
- (41.) KULICHOVÁ, Jana. *HIPorehabilitace – informační zpravodaj o rehabilitaci na koni*, 2003, ročník X, číslo 2.
- (42.) KULICHOVÁ, Jana. *HIPorehabilitace – informační zpravodaj o rehabilitaci na koni*, 2004, ročník XI, číslo 1.
- (43.) KULICHOVÁ, Jana. *HIPorehabilitace – informační zpravodaj o rehabilitaci na koni*, 2004, ročník XI, číslo 3.
- (44.) STACHOVÁ, Dominika. Pohyb koní z pohledu moderních měřících metod. *Jezdectví*, 2002, roč. 50, říjen, ISSN 1210-5406, s. 26-29.
- (45.) STACHOVÁ, Dominika. Pohyb koní z pohledu moderních měřících metod – 2. část. *Jezdectví*, 2002, roč. 50, listopad, ISSN 1210-5406, s. 26-29.

## Elektronické zdroje

- (46.) FOLTINKOVÁ, Pavla. Rehabilitační péče a doplňující formy rehabilitační péče – hipoterapie a canisterapie v ÚSP pro mentálně postižené Ostrava. Platný [http://www.osu.cz/zsf/sbornik/prisp\\_13.pdf](http://www.osu.cz/zsf/sbornik/prisp_13.pdf). 19.7.2005
- (47.) HERMANNOVÁ, Hana. Hiporehabilitace koně a její realizace v praxi. Platný <http://cshipo.wz.cz>. 14.7.2005.
- (48.) HERMANNOVÁ, Hana. Hiporehabilitace a specifická role koně. Platný <http://dobromysl.cz/scripts/detail.asp?id=50>. 14.7.2005.
- (49.) HERMANNOVÁ, Hana. Aplikace hipoterapie u dětí s DMO. Platný <http://www.sweb.cz/maflena/DATA/CLDMO.htm>. 14.7.2005.
- (50.) HERMANNOVÁ, Hana. Kůň ve službách lidského zdraví. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLZDRAVI.htm>. 15.7.2005.
- (51.) HERMANNOVÁ, Hana. Rozdělení hiporehabilitace koně. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLROZDEL.htm>. 15.7.2005.
- (52.) HERMANNOVÁ, Hana. Hiporehabilitace – kůň terapeut. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLKUNTP.htm>. 15.7.2005.
- (53.) HERMANNOVÁ, Hana. Hipoterapie z pohledu kineziologie. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLKINEZI.htm>. 15.7.2005.
- (54.) HERMANNOVÁ, Hana. Jak realizovat hiporehabilitaci v praxi. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLREALIZ.htm>. 15.7.2005.
- (55.) HERMANNOVÁ, Hana. Fakta o hipoterapii v ČR. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLFAKTA.htm>. 15.7.2005.
- (56.) HERMANNOVÁ, Hana. Současnost a budoucnost hipoterapie. Platný <http://www.plbohnice.cz/hipo/CLSOUBU.htm>. 15.7.2005.
- (57.) KOMÍNKOVÁ, Šárka. Hipoterapie v léčbě následků dětské mozkové obrny. Platný [http://neurocentrum.cz/DMO\\_info.htm](http://neurocentrum.cz/DMO_info.htm). 14.7.2005
- (58.) KOUCKÁ, Pavle. Zelená terapie. Platný <http://www.portal.cz/scripts/detail.asp?id=5121>. 15.7.2005.



- (59.) MAŠKOVÁ, A. Co je to hipoterapie. Platný <http://hipoterapie.euweb.cz/cojeto.php>. 16.7.2005
- (60.) ORINIAKOVÁ, Pavla. Informace o hipoterapii. Platný <http://os.konik.cz/hipoterapie.php?show=obsah>. 15.7.2005.
- (61.) RATHOUSKÁ, Michaela. Hiporehabilitace – Jízda svobodných rytířů. Platný <http://jezdectvo.cz/hiporehabilitace.php>. 16.7.2005
- (62.) SZOSTEK, Grzegorz. Hipoterapia, The Handicapped Children Aid Foundation Hippotherapy. Platný [http://hipoterapia.org.indexen.php?action=f\\_histo.php](http://hipoterapia.org.indexen.php?action=f_histo.php). 15.7.2005.
- (63.) VEJVAROVÁ, Věra; ŠIMONOVÁ, Jana. Co je to hiporehabilitace a jak působí?. Platný <http://www.os-svitani.cz/hiporehabilitace.php>. 15.7.2005.
- (64.) VEJVAROVÁ, Věra; ŠIMONOVÁ, Jana. Klienti OS Svítání. Platný <http://www.os-svitani.cz/klienti.php>. 15.7.2005.
- (65.) VEJVAROVÁ, Věra; ŠIMONOVÁ, Jana. Indikace a kontraindikace. Platný <http://www.os-svitani.cz/indikace.php>. 15.7.2005.
- (66.) American Hippotherapy Association. Platný <http://www.americanhippotherapyassociation.org>. 15.7.2005.
- (67.) Česká hipoterapeutická společnost. Platný <http://chs.unas.cz>. 14.7.2005.
- (68.) Česká hipoterapeutická společnost. Léčebné pedagogicko psychologické ježdění. Platný <http://chs.unas.cz/lppj/lppj.htm>. 14.7.2005.
- (69.) Hiporehabilitační zařízení v ČR. Platný <http://hiporehabilitace.unas.cz/tisk.php?krajCR>. 20.2.2005.
- (70.) Občanské sdružení Epona. Hiporehabilitace. Platný <http://epona.hipoterapie.cz>. 19.7.2005
- (71.) Reprok, o.s. Indikace a kontraindikace hiporehabilitace. Platný <http://www.liberecko.cz/spolky/reprok/indikace.htm>. 15.7.2005.
- (72.) Saratoga Therapeutic Equestrian Program. History of Hippotherapy. Platný <http://www.s-t-e-p.com/history.asp>. 15.7.2005.
- (73.) Sborník přednášek z XI. mezinárodního hipoterapeutického kongresu z roku 2003. Platný <http://www.lovasterapia.hu>. 8.2.2006.

# Přílohy

## I. Týdenní plán koně v hiporehabilitaci

Příklad týdenního plánu pro již připraveného koně v rámci hiporehabilitace <sup>161</sup>

DEN	DOPOLEDNE	ODPOLEDNE
Po	práce pod sedlem, příprava terénu	hipoterapie
Út	hipoterapie	výběh, pastva
St	jízdařská práce, kavalety, skoky pro radost	hipoterapie
Čt	drezurní příprava pod jezdcem	hipoterapie
Pá	hipoterapie	práce v terénu
So	zápřež	výběh
Ne	výběh, pastva, volný den	

---

<sup>161</sup> (31), s. 149.

## II. Pohyby trupu koně



### Pohyby trupu koně:<sup>162</sup>

1. – pohyby trupu kolem příčné osy – houpání nahoru a dolů
2. – pohyby hřbetu nahoru a dolů - pružení
3. – pohyby trupu okolo podélné osy – válení
4. – pohyby trupu okolo svislé osy – houpání doprava a doleva, kroucení

---

<sup>162</sup> (45), s. 26.

### III. Zobrazení korektního sedu



Figurantka předvádí korektní sed



Uvádění klientky do korektního sedu



Korektní sed v rámci možností u klientky s diagnózou mikrocephalie, mentální retardace

## IV. Slovník

Lonž, lonžovací otěž: otěž z popruhu dlouhá cca 12 m, která je připevněná k uzdečce a umožňuje výcvik a vedení koně v kruhu okolo cvičitele

Obřišník: pás z popruhu s řemínky a přezkami, který obepíná hrudník koně a slouží k upevnění příkrývek

Obřišník s madélky: pás s popruhu s řemínky a přezkami, který obepíná hrudník koně a na němž jsou také umístěna madélka, která slouží dítěti k přidržování

Paravoltiž: jedná se o jednu z forem sportovního ježdění a zároveň o rehabilitační metodu, je to voltiž pod zdravotním dozorem, přípravu cvičenců je vedena fyzioterapeutem a sledována lékařem

Sedlová podložka: obvykle vyrobena z ovčí kůže nebo z plsti z ovčí vlny, stejného tvaru jako sedlo, pokládá se pod sedlo, aby chránila hřbet koně před odřením

Voltiž: gymnastika na nesedlaném koni

## V. Informace o občanském sdružení Reha – sdružení pro rehabilitaci

### Hipoterapie – poskytování odborné péče – popis projektu

#### O organizace

Reha – sdružení pro rehabilitaci pracuje od roku 1994 s dětmi s tělesným, mentálním či kombinovaným postižením, s dětmi s lehkou mozkovou dysfunkcí a specifickými poruchami učení, či s dětmi s vadným nebo chabým držením těla. **Naší hlavní činností je poskytovat těmto dětem odbornou péči formou hipoterapie a léčebně pedagogického ježdění a rozšiřovat tak jejich možnosti plnohodnotného zapojení do společnosti.** V průběhu devíti let jsme tak měli možnost přispět ke zkvalitnění života asi třem stům dětem a jejich rodinám.

Reha vznikla v roce 1994 jako samostatné sdružení tři roky po zahájení hipoterapie ve speciální škole pro děti s kombinovanými vadami v Praze 10, Starostrašnické 47. Do současné doby pracuje základ rehabilitačního týmu ve stejném složení. Od začátku roku jsme poskytli pravidelnou péči formou hipoterapie a léčebně pedagogického ježdění 40-ti klientům.

#### O projektu v roce 2005

**Cílem projektu je poskytovat i v roce 2005 odbornou péči formou hipoterapie a léčebně pedagogického ježdění dětem s tělesným, mentálním či kombinovaným postižením, dětem s lehkou mozkovou dysfunkcí a specifickými poruchami učení, či dětem s vadným nebo chabým držením těla a předcházet tak zhoršování jejich zdravotního stavu a kondice. Hipoterapie tak napomáhá rozšiřovat jejich možnosti plnohodnotného zapojení do společnosti.**

#### Náplň projektu

**V roce 2005** budeme pokračovat v odborné péči o děti s tělesným, mentálním či kombinovaným postižením, s dětmi s lehkou mozkovou dysfunkcí a specifickými poruchami učení, či s dětmi s vadným nebo chabým držením těla formou hipoterapie a léčebně pedagogického ježdění.

Projekt je připraven **pro 40 klientů**, kteří dojíždějí na hipoterapii jednou až třikrát týdně. Pro práci s nimi využíváme 3 cíleně připravované koně.

**Hipoterapie – rehabilitace na koni** – je komplexní rehabilitační metoda, která pomáhá především dětem s dětskou mozkovou obrnou, skoliózou, vadným držením těla a dalším ortopedickým či neurologickým postižením. Samotný pohyb jezdce vyvolaný pravidelným trojrozměrným krokem koně a teplo, které kůň vysílá, pomáhá uvolňovat zvýšený svalový tonus způsobený spastickými formami DMO a posilovat svalový korzet páteře. Základem pro hipoterapii je práce na vedeném neosedlaném koni v kroku, později s prvky samostatného ježdění. Prvním krokem pro úspěšnou hipoterapii je dosáhnout u klienta korektního sedu jako předpokladu pro rozvoj motoriky. Speciální cviky, které s dětmi realizuje rehabilitační pracovnice a pozitivní vztah klientů ke koni

umocňují léčebný a preventivní efekt hipoterapie. To umožňuje rozvíjení jejich pohybových možností a kompenzaci důsledků postižení.

Hipoterapie je komplexní rehabilitační metoda, která má příznivý vliv i na psychiku dětí a vytváří pozitivní motivaci k další práci.

Hipoterapie je prováděna na základě doporučení lékaře a ve spolupráci s odborným lékařem, který o dítě dále pečuje. Hipoterapii provádí kvalifikovaná rehabilitační pracovnice s kurzem pro hipoterapii.

Při práci s dětmi preferujeme přítomnost rodičů, se kterými pravidelně konzultujeme jak průběh hipoterapie, tak doporučujeme další cvičení či přístup k dítěti, ab byla zajištěna co nejvyšší účinnost terapie.

**Léčebně pedagogické ježdění** je určeno dětem se specifickými poruchami učení, lehkou mozkovou dysfunkcí, či dětem se smyslovými vadami.

*(Příklad z naší praxe:*

*Již třetím rokem je jednou z klientek našeho střediska nevidomá klientka. Na koně chodí 1-3 krát týdně a má z práce obrovské potěšení. Ačkoliv jsme to původně nepředpokládali, naučila se sama zvládat koně v kroku, klusu i ve cvalu, na vyjíždě i na jízdárně. Koně si sama nasedlá i vyčistí. Dovednosti, které získala při práci s koněm jsou pro ni velkým přínosem při integraci do běžného života.)*

Tuto práci vede rehabilitační pracovnice ve spolupráci se speciální pedagožkou s trenérem ježdění. Děti se zde přirozeným způsobem učí složité pohybové koordinaci, zlepšují koncentraci pozornosti, učí se vnímat rytmus a výrazně „podněcují“ činnost rovnovážného centra. Nedostatečné rozvinutí těchto funkcí je zdrojem velké části problémů, které mají děti se syndromem lehké mozkové dysfunkce při zvládnání školní docházky a zařazování se do společnosti. Při práci s dětmi preferujeme přítomnost rodičů, se kterými pravidelně konzultujeme jak průběh hipoterapie, tak doporučujeme další cvičení či přístup k dítěti, aby byla zajištěna co nejvyšší účinnost terapie.

**Výjezdové soustředění** pořádáme již čtvrtým rokem. Jezdíme s dětmi na 12 - 14 dní pod stany do míst vhodných k ustájení koní. Pro práci máme 3 – 5 koní. V minulém roce 2004 jsme byli v (20 km od Dačic) – v malé vesničce, ve které jsme měli propůjčený malý objekt s hospodářskou budovou. V roce 2005 budeme výjezd pořádat ve Vestci (u Louňovic pod Blaníkem). Děti spí ve stanech, které si s naší pomocí a pomocí rodičů postaví. Kromě obědů si jídlo připravujeme sami. Děti nám pomáhají zajistit seno a krmení pro koně, s naší dopomocí čistí stáje, krmí a napájí koně, vodí je do výběhu atp.. V rámci soustředění je větší prostor i pro práci na koni, vyjížděky či vycházky na koni do okolí. Každoročně připravujeme také etapovou hru. V minulém roce byla na téma – Keltové v Čechách. Tento výjezd se dětem vždy velmi líbí. K nejkrásnějším zážitkům patří také večerní posezení u ohně s vyprávěním a zpíváním. Děti s postižením mají méně příležitostí k takovýmto prázdninovým akcím bez rodičů a jejich dobrý pocit a radost přispívají k pozitivnímu dopadu celé této velmi náročné akce.

Provoz střediska:

**Provoz střediska je celoroční.** Kromě pravidelné práce organizujeme pro naše klienty týdenní prázdninové pobyty ve středisku v Radotíně a

dvoutýdenní výjezdové soustředění dětí s koňmi. V roce 2005 pojedeme s dětmi a koňmi do objektu ve Vestci u Louňovic pod Bláníkem.

Celoroční práce s dětmi na koni probíhá ve stáji v Praze 5 – Radotíně, v ulici V Lázních, kam jsme provoz přestěhovali začátkem roku 2003 z původního působiště v Praze 4 – Komořanech. Získali jsme tak příjemné prostředí v rekreační zóně u řeky Berounky.

Pro práci máme k dispozici kruhovou jízdárnu a velkou obdélníkovou jízdárnu 30 x 50 m. S dětmi vyjíždíme i do přírodního terénu v okolí Radotína.

#### Harmonogram projektu:

#### **leden – červen srpen – prosinec 2005**

Pravidelná rehabilitace probíhá dvakrát týdně. V pracovních dnech odpoledne, o víkendů v průběhu dne. V běžném týdnu poskytujeme průměrně 20 rehabilitačních lekcí po 30 minutách (celkem 10 hodin hipoterapie a léčebně pedagogického ježdění).

#### **červenec – srpen 2005**

12 ti denní výjezd s koňmi je určen klientům střediska, kteří mají rehabilitaci doporučenou odborným lékařem, psychologem, speciálním pedagogem, i zájemcům o hipoterapii, které nemůžeme z kapacitních důvodů uspokojit v průběhu roku. Rehabilitace i léčebně pedagogické ježdění probíhá podle stejných kritérií, jako pravidelná rehabilitace. Každé dítě pracuje na koni dvě hodiny denně. Kromě tohoto programu je pro děti připravena i etapová hra a tábornické činnosti.

#### **leden – prosinec 2005**

Pravidelná příprava koní pro práci s dětmi probíhá celoročně 4x týdně. Koně jsou cvičeni pro práci s klienty – nejezdí podle pravidel přípravy koní pro hipoterapii. Tato příprava je nezbytnou součástí práce střediska vzhledem k zajištění bezpečnosti dětí a efektivní rehabilitace.

#### Odborné zajištění hipoterapie

**Tým**, který pracuje s dětmi se skládá

- z rehabilitační pracovníce s kvalifikací pro hipoterapii,
- speciální pedagožky,
- vodičů koni – zkušených jezdců, kteří zajišťují bezpečnost dětí při práci,
- spolupracujeme s trenérem jezdeckví a rehabilitačním lékařem, který zajišťuje v případě potřeby správnou indikaci terapie.

Spolupracujeme také s dalšími odbornými lékaři a terapeuty, kteří mají děti ve své odborné péči a v případě potřeby s nimi konzultujeme další postup. Velmi se nám osvědčila i spolupráce s rodiči dětí, kteří jsou při rehabilitačních lekcích pravidelně přítomni.

**I když zajišťujeme vysokou odbornost práce, v posledních dvou letech ji z velké části vykonáváme z pozice dobrovolníka.**

Jménem členů, pracovníků i klientů občanského sdružení Reha, Vám děkuji za posouzení projektu a možnost podpořit naši činnost.

Mgr. Iveta Němečková

Předsedkyně o.s. Reha



## **VI. Zásady bezpečnosti při LPPJ v o.s. Reha**

- 1. Dítě je vždy po dozorem dospělého (rodičů, terapeuta).**
- 2. Předání dítěte k terapii a po ukončení zpět rodičům je vždy jasné tak, aby bylo zřejmé kdo má kdy za dítě odpovědnost.**
- 3. Děti při jízdě používají ochranné přilby (vlastní nebo zapůjčené).**
- 4. Děti při jízdách používají obřišník s madélky.**
- 5. Děti přicházejí na LPPJ ve vhodném oblečení (dlouhé kalhoty) a vhodné obuvi (pevná obuv).**
- 6. Je zakázáno aby děti vstupovali nebo pobývali bez dozoru v prostoru stájí.**
- 7. Je nutné, aby děti i rodiče respektovali pravidla chování se v blízkosti koně, především nepřistupovat ke koni zezadu.**
- 8. Rodiče odpovídají za to, že má dítě sjednané úrazové pojištění.**

## VII. Dotazník

### DOTAZNÍK

Dobrý den, tímto bych Vás ráda požádala o vyplnění tohoto krátkého dotazníku.

Jedná se o anonymní dotazník, jehož výsledky budou použity v diplomové práci s názvem Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění u dětí.

Předem Vám děkuji za vyplnění dotazníku.

*Kateřina Kohoutová – studentka HTF UK*

Kolik let (měsíců) Vaše dítě dochází na hiporehabilitaci?.....

Kdo dítě nejčastěji na hiporehabilitaci doprovází?.....

.....

Těší se Vaše dítě na koně? ANO / NE - jak se to projevuje?.....

.....

Myslíte si, že Vaše dítě jízdy na koni baví?.....

Pokuste se zhodnotit, co má Vaše dítě na koních nejraději (např. vyjížďky, práce na jízdárně, krmení koně, péče o koně...)?.....

.....

Vypráví Vaše dítě o koních (např. druhému rodiči, prarodičům, širší rodině, kamarádům,...)? .....

.....

Chtělo by mít Vaše dítě vlastního koně?.....

Zkuste zhodnotit přínos hiporehabilitace pro Vaše dítě (v čem se zlepšilo apod.)?.....

.....

.....

Vaše připomínky:.....

Ještě jednou Vám děkuji za vyplnění dotazníku.

*Kateřina Kohoutová – studentka HTF UK*

## VIII. Doplňující fotografie



Jezdí se na nesedlaném koni s obříšníkem s madélky

Využívá se koně vedeného na ruce



i koně vedeného na lonži



Zkušeni klienti si již koně vodí samostatně v terénu



Nedílnou součástí LPPJ je závěrečné odměnění koně



## Summary

In this document I inquired into the theme the pedagogical-psychological horse riding for children. This is one form of hippotherapy. I tried to interconnect the information from treatises with my own knowledge, which I got during my practice in association Reha. In this document I studied the effects for particular components of children's personality. I studied particular groups of handicapped children, for which is pedagogical-psychological horse riding used.

I determined three hypotheses. The first is that pedagogical-psychological horse riding is completely therapy and it takes effects for particular components of children's personality. This thesis I consider as confirmed. I showed the effects of pedagogical-psychological horse riding for psychical, physical and social component of children's personality. In practice part of my work I focused on processes of therapy some of children.

The second hypothesis is that pedagogical-psychological horse riding advances the kinetic skills of children during own horse riding. This thesis I considered as confirmed, because the horse riding is kinetically difficult and the children do the special exercises focused on kinetic.

My third hypothesis is that pedagogical-psychological horse riding is purposes content of children's free time. My research showed, that the horse riding is for children pleasure and the children interested in the horse during their free time (for example: reading horse books and magazines, speaking about horse...). I know, that results of my research are testify only for association Reha, because I can't consider this thesis as confirmed or not.

The sense of my work wasn't the list of all possible or hypothetical effects of pedagogical-psychological horse riding, I interested in these effects which go beyond to life of handicapped children.