

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra pedagogiky

Diplomová práce

1 VYUŽITÍ PŘIROZENÉ KOMUNIKACE S KONĚM(HORSEMANSHIPU) U DĚTÍ A MLÁDEŽE S PORUCHAMI CHOVÁNÍ

Vedoucí práce: doc. PhDr. Ludmila Muchová, Ph.D.

Autor práce: Kateřina Převorová
Studijní obor: Pedagogika volného času
Ročník: V. prezenční forma

2008

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

23. 6. 2008

Děkuji vedoucí diplomové práce doc. PhDr. Ludmile Muchové, Ph.D.
za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.
Dále děkuji paní Bc. Vladiměře Časkové a em. Univ. Prof. Dr. Dr.h.c.mult. Josefu
Leibetsederovi za poskytnutí cenných informací a materiálových podkladů.

1	ÚVOD	10
2	PORUCHY CHOVÁNÍ	13
2.1	Faktory zvyšující pravděpodobnost vzniku poruch chování	14
2.1.1	Biologické faktory:.....	14
2.1.2	Psychické faktory	14
2.1.3	Sociální faktory	15
2.2	Klasifikace poruch chování.....	16
2.2.1	Dle míry nebezpečnosti pro společnost.....	16
2.2.2	Dle dominantní složky osobnosti	18
2.3	Vývojové poruchy chování	18
2.3.1	Syndrom hyperaktivity ADHD,ADD – (ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADD Attention Deficit Disorder)	18
3	ETOLOGIE KONĚ	19
3.1	Smysly koně	20
3.1.1	Zrak	20
3.1.2	Sluch	21
3.1.3	Čich.....	22
3.2	Sociální chování ve stádě	23
3.3	Altruismus	25
3.4	Komunikace.....	26
3.5	Taktilní (dotyková) komunikace.....	27
3.6	Vizuální komunikace	27
3.6.1	Pachová komunikace.....	28
3.6.2	Akustická komunikace	28
3.6.3	Telepatická komunikace.....	29
3.6.4	Nonverbální komunikace	30
4	HIPOREHABILITACE	31
4.1	Historie hiporehabilitace	32
4.2	Obory hiporehabilitace.....	34
4.2.1	Hipoterapie.....	35
4.2.2	Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění	36
4.2.3	Kůň v terapii.....	39

4.3	Využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění (LPPJ) v léčbě dětí a mládeže s poruchami chování	40
4.3.1	Motivace	41
4.3.2	Autorita	42
4.3.3	Hranice	42
4.3.4	Nemá předsudky	43
4.3.5	Umožňuje terapeutovi „dostat se blíž“	44
4.3.6	Umožňuje terapeutovi „stát v pozadí“	44
4.3.7	„Zrcadlo člověka“	44
4.3.8	Nejsou pravidla - důvěra – respekt – hranice v životě lidí i koní	47
4.3.9	Radost	47
4.3.10	Nepodbízí se	47
4.3.11	Učení spolupráce	48
4.3.12	Sebereflexe	48
4.3.13	Koncentrace	48
4.3.14	Přenos do života	48
4.3.15	Sebevědomí	49
4.3.16	Smysluplný volný čas	49
4.4	Přirozená komunikace s koněm (Horsemanship)	49
4.4.1	Historie soužití člověka a koně	53
4.4.2	Hlavní představitelé	55
5	MOŽNOST APLIKACE PŘIROZENÉ KOMUNIKACE S KONĚM (HORSEMANSHIPU) V LPPJ U DĚTÍ A MLÁDEŽE S PORUCHAMI CHOVÁNÍ	58
6	VLASTNÍ TERAPIE S KONĚM	59
6.1	Kruhová ohrada	62
6.1.1	Hra na obě oči	63
6.1.2	Změna směru	64
6.1.3	Osobní prostor	66
6.1.4	Hranice osobního prostoru	67
6.1.5	Osobní prostor koně	67
6.1.6	Osobní prostor ve výcviku koně	68
6.1.7	Osobní prostor v terapii dětí a mládeže	69
6.2	Přátelská hra	72
6.2.1	Provedení	73
6.2.2	Využití v terapii	73
6.3	Vyslání koně např. na kruh	75
6.3.1	Provedení	75
6.3.2	Využití v terapii	76
6.4	Vlastní vyjádření klientky	84
6.4.1	Cíle, důvody, očekávání:	84
6.4.2	Co se mi líbí	85

6.4.3	Co se už pro mě změnilo.....	86
6.5	Vyjádření terapeuta.....	86
7	ZÁVĚR.....	88
8	POUŽITÁ LITERATURA	90
9	ABSTRAKT	92

2 Úvod

Zamyslíme-li se nad tím, čím byl člověk v dávné minulosti a nad tím, čím je dnes, dojdeme k závěru, že člověk se stále mění, vyvíjí, je neustále ovlivňován svým okolím a také své okolí sám ovlivňuje. Život člověka se tak na základě zdánlivě nenápadných a běžných životních situací často výrazně mění.

Jedním z faktorů, který kdysi bezpochyby ovlivnil náš vývoj, byl poznatek využití síly a energie divokých zvířat. Jedním z těchto divokých zvířat je právě kůň, který má i dnes stále svou úlohu v životě lidí. Stal se společníkem člověka již před mnoha lety, byl využíván k obživě, nošení břemen, přemísťování nákladů, jako pracovní síla v zemědělství, lesnictví, jako válečné zvíře, ozdoba královských dvorů, společník, atd. V dnešní době byla koňská síla nahrazena stroji a motory. Co však nelze nahradit je jeho pohyb, jeho mentalita, jeho postoje.

Tímto vším se zabývá poměrně nový, veřejnosti ne příliš známý obor - Hiporehabilitace. Tedy využití koně tentokrát jako „terapeuta“ nebo „pomocného terapeuta“. Stejně jako každý jiný obor, i hiporehabilitace se vyvíjí. Od úspěšného využívání koně ve fyzioterapii a rehabilitaci fyzických problémů, přecházíme postupně k myšlence, že kůň je schopen pozitivně ovlivňovat také duševní život člověka. Kůň může být velkou motivací pro člověka. Díky němu může být klient ochoten zařadit se do terapie, podřídit se autoritě terapeuta

Zdá se tedy, že terapie pomocí koně může mít dobré výsledky u dětí a mládeže s poruchami chování. Touto problematikou se zabývám již několik let, proto jsem se rozhodla toto téma rozpracovat a zhodnotit, jaký význam může mít kůň ve službách pro zdraví člověka, nebo jestli pedagogické ježdění na koni je spíše dobré využití již jinak nepoužitelného čtyřnohého „miláčka“.

Kromě hiporehabilitace se v práci věnuji komunikaci s koněm. Mám na mysli tak zvanou přirozenou komunikaci, nazývanou také Horsemanship nebo Natural

horsemanship. Jedná se o komunikaci s koněm, která vychází především z pochopení tohoto ušlechtilého zvířete. Z vlastní zkušenosti tedy vím, jaké to je „domluvit se se svým koněm“. Domnívám se, že kůň díky svému jednání a svým reakcím je schopen poskytnout člověku zpětnou reakci na jeho chování. Odvozuji tedy z této skutečnosti, že tento způsob přístupu ke koni nalezne uplatnění v hiporehabilitaci.

Téma specializuji na skupinu dětí a mládeže s poruchami chování. Protože tato skupina je mi „blízká“ a také předpokládám, že u této skupiny klientů je možné komunikaci s koněm s úspěchem v terapii využívat.

Protože naši zahraniční sousedé mají větší zkušenosti s těmito metodami, využila jsem příležitost strávit několik měsíců na stáži v Rakousku. Navštěvovala jsem centra hiporehabilitace ve Vídni. Získala jsem zde mnoho poznatků a zkušeností, které kromě mé činnosti v hiporehabilitaci využívám i v této magisterské práci.

Předpokládám, že kůň na člověka působí. Současně předpokládám, že je schopen vyvolat pozitivní změny v chování člověka.

Za cíl práce jsem stanovila shromáždit, rozpracovat a zhodnotit možnosti využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění na koni u dětí a mládeže s poruchami chování. A poukázat na nové možnosti využití koně v terapii i s obohacením o poznatky z mojí zahraniční stáže.

Na začátku práce se zabývám vymezením dětí a mládeže s poruchami chování. Charakterizuji faktory zvyšující pravděpodobnost vzniku poruch chování. Dále se zabývám klasifikací poruch chování, dle míry nebezpečnosti pro společnost a dle dominantní složky osobnosti. Zmiňuji se také o vývojových poruchách chování, protože tato skupina klientů je v terapii velice častá.

V kapitole etologie koně charakterizuji nejdůležitější vlastnosti koní. Pro práci s koněm a zvláště v terapii, je nezbytné znát toto zvíře, jeho vzorce chování a vědět, co od něj můžeme očekávat. Vymezuji pojem hiporehabilitace, historii a uvádím její rozdělení na hipoterapii, léčebně – pedagogicko psychologické ježdění (LPPJ) a sport

handicapovaných. V kapitole využití léčebně- pedagogicko psychologického ježdění v léčbě dětí a mládeže s poruchami chování předkládám nejdůležitější vlastnosti koně, které se úspěšně využívají v terapii.

Následující kapitola možnost aplikace přirozené komunikace s koněm (horsemanshipu) v LPPJ u dětí a mládeže s poruchami chování ukazuje, proč právě horsemanship je vhodná metoda pro tuto skupinu klientů. Charakterizují co je horsemanship a uvádím jeho hlavní představitele.

Stěžejní část – vlastní terapie s koněm představuje terapii s koněm, jak působí na klienta, jakou roli hraje terapeut, jaký kůň je pro který typ klientů vhodný. V závěru této části představuji praktický příklad terapie z pohledu klientky.

V závěrečné části uvádím výsledky a hodnotím celou práci.

Využití horsemanshipu v terapii, je poměrně nová záležitost. Horsemanship se již úspěšně využívá při přípravě koně na terapii, ale přímo použití této formy v terapii není příliš běžné. Proto literatura věnující se konkrétně této metodě není. V českém jazyce jsou dvě knihy o hiporehabilitaci a to skriptum Hiporehabilitace vydané kolektivem autorů. Před dvěma lety vyšla kniha Hipoterapie od slovenských autorů Hollého a Hornáčka. Dále jsem vycházela převážně z literatury o horsemanshipu od V. Bořánka a K:F. Hempflinga. Z německy psané literatury. mezi hlavní prameny patří: Truckenbrodt, Fiegler: Von Pferden lernen, A. Kroger: Partnerschaftlich miteinander umgehen, M. Gang: Erlebnispädagogik mit dem Pferd. V kapitole o etologii koně jsem použila knihu Velká etologie koní od M. Duryttya, což je nejlepší kniha na trhu v Čechách a na Slovensku.

3 Poruchy chování

„Poruchy chování můžeme vymezit jako takové vzorce chování, které jsou v dané sociokulturní normě nežádoucí, nechtěné nebo až nepřijatelné. Z vývojového hlediska je lze pak charakterizovat jako odchylky v oblasti sociálních vztahů, kdy jedinec není schopen respektovat normy a psaná i nepsaná pravidla chování na úrovni odpovídající jeho věku.“¹

Které způsoby chování jsou pro danou situaci vhodné a které nikoliv, se jedinec učí v průběhu vývoje. Jedinec musí normám také rozumět a vědět, jaké chování je v které situaci správné. Pokud jeho počínání neodpovídá daným normám z důvodu jejich nepochopení, nepovažujeme toto chování jako poruchu. Při diagnostice tedy musíme mít na zřeteli i výši mentální úrovně.

V průběhu vývoje postupně ustupuje korekce chování ze strany rodičů a vychovatelů a jedinec je nucen regulovat své chování dle vlastního uvážení. Úroveň osvojení společenských norem souvisí s pocitem viny a svědomí.

V případě dětí a dospívajících lze za poruchové chování označit takové způsoby chování, u kterých můžeme pozorovat tyto obecné znaky:

- nerespektování platné společenské normy – jak již bylo výše řečeno, jedinec musí normy chápat
- neschopnost navazovat a udržet přijatelné sociální vztahy – může být způsobeno nižší mírou empatie, egocentrismem, zploštělou emocionalitou
- bezohlednost vůči okolí, zaměření na uspokojování vlastních potřeb bez ohledu na druhé
- chybějící svědomí a pocit viny

¹ FISCHER, S. ŠKODA, J. *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. str. 128.

Poruchy v průběhu vývoje mohou být přechodné, může se jednat pouze výkyvy v chování v určité fázi vývoje. Nejčastěji se jedná o disocialitu (viz dále).

3.1 Faktory zvyšující pravděpodobnost vzniku poruch chování

3.1.1 Biologické faktory:

- Pohlaví – u žen dochází mnohem méně k poruchám chování. Důvod většího výskytu mužů může být spatřován větší agresivitou vzhledem k mužskému hormonu testosteronu.
- Věk – první známky výskytu poruch chování se projevují v pěti letech, nejvíce však v pubescenci a adolescenci.
- Vrozené dispozice - na základě temperamentu. Tendence k poruchám chování mají jedinci s vyšší mírou dráždivosti, vyšší mírou impulzivity a nízkou frustrační tolerancí. Dispozice jsou dány geneticky, mohou vznikat i v období prenatálním a perinatálním.
- Úroveň mentálních schopností – většinou se jedná o jedince s nižší mírou mentálních schopností, ale samozřejmě to není vždy pravidlem.
- Většinou u dětí s narušenou funkcí nebo strukturou CNS vznikají poruchy chování. Jedná se o LMD a syndromy ADHD a ADD.

3.1.2 Psychické faktory

- Motivace a s ní související potřeby jedince mají také velký význam mezi faktory ovlivňující poruchy chování. Například nadměrná nebo nedostatečná abnormální stimulace. Netřeba zdůrazňovat, že silným impulzem pro vznik a vývoj poruch chování je nuda. Často je nežádoucí

jednání jedince způsobeno pouze nedostatkem lásky, jistoty, sounáležitosti a bezpečí.

- Potřeba seberealizace je silný faktor, který mladého člověka může dovést k asociálnímu až antisociálnímu chování. Například snaha o sounáležitost v partě. (Užívání psychoaktivních látek, krádeže....).

3.1.3 Sociální faktory

- Rodina, bezesporu nejdůležitější sociální faktor. V případě, že se v ní vyskytují různé patologické jevy, může být rizikovým faktorem. K takovým jevům patří: Anomální osobnost rodičů (sami se dopouštějí asociálního nebo antisociálního jednání). Dysfunkce rodiny (dochází k psychické deprivaci dětí). Neúplnost rodiny (náhradní rodiče, náhradní výchova, ústavní výchova). Syndrom týraného a zanedbávaného dítěte (CAN – Child Abuse and Neglect).
- Spoluvrstevnické party a skupiny. Často negativní vliv party bývá zároveň v kombinaci s negativním působením rodiny nebo školní neúspěšností. V mladším školním věku dochází k prvním poruchám v chování. V adolescenci nabývají však vyšších, pro společnost až nebezpečných rozměrů.
- Prostředí, zanedbatelný faktor. Vyšší výskyt poruchového chování je znám ve větších městech, v souvislosti s větší anonymitou a nedostatečnou sociální kontrolou.

Pro terapeutickou a pedagogickou práci s jedinci s poruchami chování, je nezbytná znalost jejich příčin.

„Jako příklad můžeme uvést působení na poruchy chování, které vznikají v důsledku syndromu ADHD. Řada učitelů a vychovatelů si často neuvědomuje, že příčinou je dysfunkce CNS, a myslí si, že takovou formou trestu, jako je úkol spojený

*s vyššími požadavky na koncentraci a vytrvalost, něčeho dosáhne. Dosáhne pravděpodobně vyšší frekvence a intenzity nežádoucího chování, které je vlastně symptomem ADHD.*²

3.2 Klasifikace poruch chování

Poruchy chování můžeme klasifikovat a třídit různým způsobem.

3.2.1 Dle míry nebezpečnosti pro společnost

3.2.1.1 Disociální poruchy chování

Jedná se o přestupky, které nejsou pro společnost závažné. Tedy společenské odchylky menšího rázu. Běžnými pedagogickými prostředky jsou zvládnutelné (v rámci školního prostředí). Mohou však být ukazateli dalšího negativního vývoje. Tyto poruchy mohou být také v závislosti na určitém vývojovém období (např. pubescence atd.).

Mezi tyto poruchy řadíme:

- lhavost
- vzdorovitost
- zlozvyky
- může se jednat o symptomy spojené s dysfunkcemi

² FISCHER, S. ŠKODA, J. *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. str. 130.

3.2.1.2 Asociální poruchy chování

Jedná se již o výrazné odchylky od normy, závažné poruchy chování, které mohou být pro společnost nebezpečné. Důsledky jsou však závažnější pro aktéry než pro samotnou společnost. Velmi často ústí v závažnější formy a mají trvalejší charakter. Nejsou již zvládnutelné běžnými pedagogickými prostředky, a proto musí být do nápravy chování zapojen speciální pedagog, psycholog, speciální instituce (poradny, terapie až léčebny) ...

Jsou to tyto poruchy::

- záškoláctví
- útěky
- závislosti a zneužívání psychoaktivních látek

3.2.1.3 Antisociální poruchy chování:

Vyvíjí se často z asociálních poruch chování (závislosti). Vyznačují se vysokou mírou společenské nebezpečnosti. Jedná se o porušování zákonných norem. Jedinci jsou posíláni do specializovaných zařízení, která jsou spojena s udělováním sankcí. V případě školské soustavy zařazujeme ústavní ochrannou výchovu, patří sem např. i věznice.

Formy antisociálního jednání:

- kriminalita
- delikvence

3.2.2 Dle dominantní složky osobnosti

3.2.2.1 Neurotický jedinec

- labilnější, menší sebeovládání, zkratkovité reakce, nižší schopnost zvládat zátěž

3.2.2.2 Psychopatický jedinec (s poruchou osobnosti)

- nepřizpůsobivý, s neadekvátním chováním, trvalé povahové odchylky, jedná se o trvalé biologické dispozice

3.2.2.3 Jedinec sociálně nepřizpůsobivý

- sociálně patologické jednání, může být způsobeno závislostí, narušením sociálních vztahů ad.

3.2.2.4 Jedinec s nižší úrovní rozumových schopností

- manipulovatelný, žije přítomností, má slabé volní vlastnosti, slabou sebereflexi.

3.3 Vývojové poruchy chování

Tyto poruchy jsou nejčastěji disociálního charakteru a mají většinou souvislost s negativním psychosociálním prostředím, s neuspokojivými vztahy v rodině, s problémy ve škole.

3.3.1 Syndrom hyperaktivity ADHD,ADD – (ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADD Attention Deficit Disorder)

- Je zde souvislost s lehkou mozkovou dysfunkcí (LMD).

- Změny v distribuci energie (příčinou jsou nedostatky ve funkci CNS), čímž jsou ovlivněny kognitivní funkce
- Bývají přidruženy i jiné poruchy, nejčastěji specifické poruchy školních dovedností a poruchy motorické funkce.
- Nezávislé na mentálních schopnostech

Příznaky:

- Snížená pozornost
- Impulzivita
- Hyperaktivita
- Lhaní
- Vzдорovitost
- Záškoláctví
- Krádeže
- Agresivní poruchy
- Šikana

4 Etologie koně

Kůň, jakožto nezaměnitelný článek hiporehabilitace, zde nabízí svůj charakter, své tělo.svoje možnosti, dalo by se říci sebe sama. Záleží na terapeutovi, jak dokáže jeho potenciálu využít. Člověk, který s koněm pracuje, musí toto zvíře znát a dobře vědět, co od něj může nebo nemůže očekávat. A to nejen z důvodů zvýšení účinnosti terapie, ale především z důvodu bezpečnosti. Přece jenom, dostat se do většího konfliktu s pětiset kilovým a několikanásobně silnějším zvířetem, není příliš příjemná, natož bezpečná záležitost. A tak považuji minimálně za důležité, zmínit se v této práci alespoň okrajově o etologii koně.

Etologie je nauka o chování živočichů a lidí. „Objektivní zkoumání funkčního významu jednotlivých projevů chování zvířat.“³

Navzdory několika tisícileté domestikaci, je kůň celou svou bytostí lovné zvíře, tedy zvíře, které je neustále připraveno, jakmile něco není v pořádku, okamžitě utéct. A to dřív, než začne přemýšlet, co se vlastně děje. V kontaktu s koněm, je toto jedna z nejzákladnějších věcí, kterou musí člověk pochopit. Jedině když pochopí a bude respektovat základní koňský instinkt, „boj o přežití“ podaří se mu získat jeho důvěru.

Další dvě neméně důležité věci jsou: Kůň je, stádové zvíře s jasně danou sociální strukturou. A kůň je zvíře pohybu. Je stavěn pouze na 3 – 4 hodiny hlubokého spánku denně, 5 – 6 hodin klidu a zbytek dne na pomalý pohyb.

4.1 Smysly koně

4.1.1 Zrak

Kůň, jako každé lovné zvíře má oči na straně, což mu zajišťuje široký rozhled. Jeho oči obsáhnou zorný úhel téměř 360°, tedy skoro celý kruh. Nevidí jen prostor za svou záďí. Proto musí být člověk, přistupující ke koni zezadu, obezřetný a koně na svůj příchod upozornit. Kůň by se mohl vylekat a v rámci sebezáchovných reflexů člověka kopnout, i když za normálních okolností by toto neudělal. Má mnohem ostřejší zrak než člověk, zaznamená pohyby, pro člověka naprosto nezaznamenané, registruje posuny převyšující 0,2 mm. Například chvění předmětů mírným vánkem, karoserie auta běžícím motorem apod. Kůň tedy upozoruje nebezpečí, aniž si jeho dvounohý partner čehokoli všimne. Proto může jezdec jeho chování považovat neprávem za neposlušnost a bezdůvodné plašení se.

³ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 29.

Je třeba také pamatovat na to, že oko koně se v porovnání s člověkem hůře přizpůsobuje změnám intenzity světla a dopřát koni čas k adaptaci např. při vstupu do stáje z intenzivního světla. O tom, do jaké míry vidí kůň barevně, vedou odborníci neustálé dohady. S jistotou však můžeme říci, že ve tmě vidí kůň dobře, mnohem lépe než člověk. Zrak je jeden z nejdůležitějších smyslů. Nejenom, že se díky němu kůň orientuje, pozoruje okolí atd., ale je také základním činitelem komunikace.

4.1.2 Sluch

Zvuk se šíří prostředím od zdroje zvuku všemi směry, obdobně jako tlaková vlna. Prochází prostorem, kde je pohlcován různými překážkami. Sluchem kůň rozpoznává intenzitu, směr a polohu zdroje zvukového podnětu, čímž získává informace nutné k orientaci v prostředí a informace o původu a poloze vydávaného zvuku. Kůň je vybaven velice jemným a citlivým sluchovým ústrojím, které rozlišuje a vnímá daleko vyšší i nižší zvukové frekvence než například sluchové ústrojí člověka. Vlivem vnímání tohoto širokého zvukového rozsahu je koňské ucho velice citlivé na kterýkoliv ostrý zvuk. Například výstřel, výkřik, pískání, znamená pro koně nepříjemný zvukový podnět. Měřením bylo zjištěno, že po ostrém okřiknutí koně, se zvýší tepová frekvence některých koní více než trojnásobně. Proto hlasité napomínání a okřikování koní je, z pohledu koně, trestem. Naopak klidný, mírný a laskavý hlas je pro koně pochvalou. Je zajímavé a zároveň důležité, že trénováním sluchového ústrojí koně můžeme docílit navyknutí na některé ostré nebo nepříjemné zvuky. Tohoto poznatku se úspěšně využívá při výcviku koně právě pro hiporehabilitaci, nebo například pro speciální výcvik koní pro policejní účely. Kůň také dobře rozlišuje hlasy jednotlivých osob, čehož lze využít právě při tréninku.

Jak již bylo řečeno výše, jedním z nejpotřebnějších smyslů koně je zrak, kterým dokáže postřehnout téměř nepatrné pohyby v okolí. Přesto také hlasová komunikace mezi koňmi není zanedbatelná a hraje důležitou roli. Umožňuje dorozumívání na větší vzdálenost, kde citlivý koňský sluch zachytí podstatně více informací, než by

mu poskytly vizuální signály. Svým hlasem kůň ostatní zdraví. Stejným způsobem je i varuje před možným nebezpečím, nebo jim sděluje své obavy, či vzrušení.

4.1.3 Čich

Někteří autoři uvádí, že nejdůležitějším smyslem koně je čich. Slouží k orientaci ve stádě, ve stáji, ve výběhu, nebo při změně prostředí. Spolu se sluchem pomáhá dnešním domestikovaným koňům nahrazovat nedostatky zraku. Pro koně je zcela přirozené, že vše, co je pro ně neznámé, nejdříve očichávají. Tímto se postupně seznamují s okolím. Využití čichu je mezi koňmi vzájemnou komunikací. Koně se vzájemně představují očicháváním, používají pachové značky, kterými si označují svá teritoria. Klisna neustále čichem kontroluje své mládě. Čich koně je velice citlivý smysl, bez kterého by kůň ve volné přírodě dlouho nepřežil. Je pozoruhodné na jaké vzdálenosti jsou koně schopni rozlišovat a vnímat pachy. Je dokázáno, že hřebec ucítí říjnou klisnu na vzdálenost 600 až 800 metrů. Podle pachu pozná skupinu koní, ke které přísluší, rozpozná pohlaví okolních koní, v neposlední řadě také pozná svého jezdce. Čichem je kůň schopen na velkou vzdálenost rozpoznat místa, kde se vyskytuje voda. Volně žijící koně se pohybují proti větru, aby včas ucítili pach možného predátora dříve, než budou napadeni. Pokud nejsou spokojeni s vůní potravy, nebo vody, s touto nejistotou potravu nepřijmou. Je dobré zmínit, že silné a výrazné vůně, jako například pach tabáku, alkoholu, silného parfému, koním příliš nesvědčí, protože jim tyto pachy překrývají pachy základní. Pach také slouží jako "neviditelná pošta", která přenáší informace o momentálním, psychickém stavu či rozpoložení koně. Když je kůň nervózní nebo má strach, automaticky se začne potit, druzí to ucítí, zaregistrují napětí či hrozící nebezpečí a okamžitě zpozorní. Stejným pachovým způsobem také kůň pozná, když se ho bojí člověk, který se také vlivem strachu, nebo určité stresové situace zapotí. Hodně lidí má z praxe s koňmi zkušenost, že přijdou-li do stáje v čerstvě vypraném oblečení nebo v oděvu, ve kterém pobývali v jiné stáji, koně je očichávají zvláště pečlivě.

Nesmíme však zapomínat, že i když se říká, že čich je prostředek komunikace, neznamená to automaticky nabídnuté přátelství. Koně se mezi sebou často napřed očichají a pak se pokopou. Stejně tak i neznámý jezdec může být očichán a vzápětí napaden. Toto chování je vyvoláno přirozeně, vytvářením hierarchického a hodnotového žebříčku koně.

Další velice důležitá informace, na kterou nesmí terapeut při hiporehabilitaci zapomínat je, že má-li se kůň s čímkoliv seznámit, ať je to návštěvník, jezdec, klient, sedlo, hřeben, nebo deka, musí vše důkladně očichat. Teprve potom přestane být nedůvěřivý, stává se klidným a je schopen lépe spolupracovat s terapeutem i klienty.

4.2 Sociální chování ve stádě

Kůň ve svém několik milionů let dlouhém vývoji se stal a zůstal stádovým zvířetem. „*Lichokopytníci všech druhů, poddruhů, plemen nebo kmenů jsou sociálně žijící zvířata.*“⁴

„*Stálý, jednotný typ sociálního soužití koní přináší jeho členům výhody, které se v průběhu evoluce těchto zvířat zafixovaly a staly se životní nutností.*“⁵

Ve stádě je jednotný organizovaný pořádek, což znamená respektování a dodržování vnitřních pravidel stáda. Každý jedinec má svá určitá práva a může se projevovat a chovat jen na základě svého hierarchického postavení. Tato hierarchie, současně s usměrňováním dominantních členů, eliminujících zbytečné rozbroje a bezpředmětné konflikty, zaručuje klid a harmonický život zvířat ve skupině. Stádo je zárukou přežití, bezpečí, uspokojování životních potřeb. Zde můžeme nacházet velkou podobnost se sociálním životem člověka. Neboť ten je stejně jako kůň

⁴ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 278.

⁵ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 279.

sociálně žijící tvor. Tento „status stádového zvířete“, kromě toho, že dělá koně koněm, má nezanedbatelný význam v terapii, ale o tom pojednáme později.

Uspokojování stádového pudu patří mezi základní potřeby koně. Proto pro psychické zdraví koně, obzvláště koně v terapii, považují jeho umístění ve stádě (minimálně dva koně) za nutnost.

V LPPJ je úroveň postavení koně v žebříčku stáda důležitý prvek. Terapeut musí znát hierarchické postavení svého koně. Postavení zvířete ve stádě plyne totiž z jeho vlastností (míra dominance, bojovnost, inteligence, šikovnost...), které jsou důležité pro použití koně v terapii.

O uspořádání hodností ve stádě, hierarchii, dominantních, vedoucích a alfa zvířatech, se vedou neustálé dohady, panují různé názory. Není divu, pozorovat denní život a chování těchto lichokopytníků je sám o sobě složitý proces, který je bohužel zkomplikován faktem, že původní divoká stáda koní již neexistují.

U jedinců, žijících ve stádě, můžeme pozorovat mnoho rozdílných typů chování, které jsou rozděleny na čtyři základní skupiny pudů. V první řadě se jedná o pud sebezáchovy. Díky tomuto pudu se životně ohrožený jedinec automaticky, bez pomoci vytvořených vlastních záchranných plánů, snaží vyhnout situaci končící smrtí. Druhým pudem je pud reprodukční, který aktivuje sexuální přitažlivost a chování mezi samci a samicemi. Mezi hierarchicky nejvýše postavenými jedinci dochází k výběru partnera, k námluvám a následně k páření. Toto pravidlo zaručuje, že zplozený potomek zdědí s největší pravděpodobností vlastnosti těch nejlepších příslušníků stáda. Tento pud také následně vyvolá mateřský a otcovský pud, který zaručuje komfort a bezpečí pro narozená mláďata. Třetím pudem je pud zvědavosti. Motivuje jedince k získávání informací, které jsou potřebné k zdravému vývoji jedince i celého stáda. Na základě těchto nasbíraných informací dochází k hodnocení běžných i životně důležitých situací a k využití nabytých zkušeností. Posledním pudem je pud stádový, který vyvolává v každém konkrétním jedinci pocit nebezpečí a nejistoty mimo své stádo. To znamená, že stádo je bráno jako místo bezpečí, ale také jako navrhovatel řešení v krizových situacích. Například je-li stádo z jedné strany

napadeno dravcem, automaticky začne prchat celé stádo, včetně jedinců, kteří napadeni nebyli.

4.3 Altruismus

Existuje opět spousta definic a vysvětlení, co přesně je altruismus. Uvádím zde definici podle Wilsona: „*Chování, které vede ke zvýšení bezpečí, zdraví či spokojenosti někoho jiného a to za cenu určitých osobních nákladů či ztrát, někdy dokonce za cenu obětování vlastního života.*“⁶

Je to dosud neprozkoumaná, ba opomíjená oblast v životě koní. To, že o altruismu koní téměř nic nevíme, neznamená, že neexistuje. Je známo mnoho případů, kdy klisny riskují své zdraví, dokonce i život pro svá mláďata. Domnívám se, že to není nic výjimečného. Van Lawick byla však svědkem nevšední události. Jednalo se o zebry žijící na africkém kontinentu.

„Citovaný autor při jedné příležitosti pozoroval, jak psi hyenovití pronásledovali stádo přibližně dvaceti zeber, než se jim podařilo oddělit jednu dospělou klisnu, její hříbě a jednu jednorocní zebra. Jakmile zbytek stáda zmizel za horizontem nedalekého kopce, smečka psů hyenovitých ony tři zebry obklíčila. Jejím hlavním cílem bylo zjevně malé hříbě. Matka a roček je však k němu nepustili. Po nějaké chvíli začali psi útočit na klisnu, přičemž doráželi na její horní pysk, což zebry většinou zcela znehybní. Van Lawick odhadovala, že smečka psů nakonec dosáhne svého cíle. A proto užasla, když uslyšela, jak země duní pod kopyty deseti zeber mířících přímo na smečku psů. Stádo se k nim přirýtilo, vzalo mezi sebe tři dočasně

⁶ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 307.

zajaté zebry a vzápětí spolu odcválalo. Psi je pronásledovali jen chvíli a nakonec se svého záměru vzdali.“⁷

Tento, trochu překvapující případ pouze podtrhuje spoustu pozorování a zkušeností chovatelů.

4.4 Komunikace

Komunikace podle Révérsze je *“Typ chování mezi žijícími tvory stejného nebo jiného druhu, charakterizovaný vzájemností, mající kořeny v biologické dědičnosti a konstituující jeden z hlavních životních projevů.“⁸*

Fraňková a Bičík řadí mezi základní vlastnosti komunikačního procesu tyto znaky:

- záměr jedince (skupiny) vyslat určitý signál svému okolí, jedná se o dynamický vztah
- nejedná se o korelaci mezi množstvím energie vynaložené na zprostředkování signálu a reakcí příjemce
- nespočívá v prostém ovlivňování chování dalšího individua
- smyslem je zprostředkování, eventuálně výměna informací mezi subjekty (téhož nebo různých druhů)
- cílesměrná aktivita (nemusí být okamžitým předáním informací, ale cílem je zprostředkovat sdělení delší dobu, např. značkování teritoria)

⁷ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 309.

⁸ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 257.

- druhově specifické chování
- predispozice ke komunikačnímu chování je ve větší míře vrozená
- zvířata (zvláště koně) v důsledku soužití s člověkem získávají také nové, nepůvodní formy komunikace⁹

4.5 Taktilní (dotyková) komunikace

Uplatňuje se při těsném kontaktu dvou subjektů. Je významným komunikačním prostředkem v sociálním životě koní.

- sdělení submisivity (olizování, drbání)
- prostředek usmiřování, konejšení, redukce agresivity
- navazování sexuálních vztahů
- hříběti přináší kontakt s matkou pocit bezpečí, ochrany, význam pro emocionální vývoj

4.6 Vizuální komunikace

Příjem informace z okolí na větší vzdálenost. U koní má velký význam. Je jejich charakteristickou komunikací. Souvisí se smyslovými modalitami, motorickou

⁹ srov. DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 257-258.

činností, s pohyby některých částí těla. Ve vizuální komunikaci se uplatňuje postavení těla nebo určitých částí těla (uši, krk ...), pohled, mimika atd.

Pomocí těchto signálů jsou koně schopni sdělovat:

- informace o stavu svého vnitřního prostředí
- své mentální pochody
- téměř všechny informace

4.6.1 Pachová komunikace

Jedná se o chemické signály, neboli feromony. Fylogeneticky starší a univerzálněji rozšířená komunikace než vizuální a akustická. Může působit na větší vzdálenosti.

Z hlediska účelu rozlišujeme:

- pohlavní feromony
- stopové feromony
- pachové stopy
- poplachové feromony

4.6.2 Akustická komunikace

Akustická komunikace u koní nemá moc veliký komunikační význam. a ani se nevyskytuje příliš často, Není divu, ržání koně, které se nese na velké vzdálenosti snadno upozorní nepřítele na přítomnost kořisti.

Akustickou komunikaci dělíme na:

Vokální zvuky:

- řehtání – jemné řehtání při namlouvání klisny hřebcem, oznámení hříbatům konec odpočinku jejich matkami, hříbata zařehtáním zdraví matky po určité době odloučení, klisny a hříbata řehtají, když se navzájem hledají, domestikovaní koně řehtají v souvislosti z očekávaným přísunem krmiva, koně se zdraví mezi sebou
- kvičení – krátké, vysoko položené zvuky, jež znamenají agresí, nebo odmítavý postoj klisny ke hřebcovi

Nevokální zvuky:

- dupání – hrudní končetinou o zem může znamenat nervozitu, nespokojenost
- frkání – odstranění nečistot z cest dýchacích, projev strachu, znepokojení nebo uvolnění

4.6.3 Telepatická komunikace

“Co je to telepatická komunikace mezi živočichy? Tele – se vztahuje ke vzdálenosti – patie k cítění. To znamená, že telepatická komunikace je schopnost prožívat pocity někoho jiného, a to na dálku. Není to jen test mentální agility či schopnosti vyhrazené malému procentu populace (většinou citlivým nebo talentovaným bytostem). Jedná se totiž o vrozenou schopnost všech živočišných druhů, včetně člověka. Tam, kde spolu lidské a živočišné bytosti vycházejí ve vzájemném porozumění, objevuje se naplno noblesa a individualita každého z nich.

*...I naprosto skeptičtí pozorovatelé si musí všimnout rozdílů při skutečném telepatickém spojení, kdy dojde ke kontaktu mezi lidmi a jinými živočišnými druhy.*¹⁰

Zvířata dokážou přijímat myšlenky, mentální pochody, emoce, úmysly a zprávy. Mají vrozenou schopnost telepatie.¹¹

Podle některých názorů, se malé děti rodí se schopností používat mentální nebo telepatickou komunikaci s ostatními jedinci (živočichy). Ostatně s řečí těla je to jediný jazyk, kterým se dorozumívají, než se naučí mluvit. Po naučení se verbální komunikaci ztrácí tato schopnost postupně na významu. A schopnost, která se nepoužívá se vytrácí.

4.6.4 Nonverbální komunikace

Základní dorozumívací prostředek u koní. Kůň komunikuje výhradně “řečí těla”. Za miliony let, kdy se kůň vyvíjel, můžeme říci, že tato jeho řeč je velice dobře propracovaná. Lidé komunikují také nonverbálně. Poslední dobou je toto téma velice aktuální. Některé studie dokonce uvádí, že až přes 90% komunikace u člověka je nonverbální. Jiné nepopírají komunikaci beze slov hlavní sdělovací význam, k tak velkým číslům jsou však obezřetnější. Těžko soudit, snad jen můžeme říci, že koně na rozdíl od lidí své vlastní řeči těla rozumí...

“Existují názory, podle kterých koně umí odhadnout mnohem lépe signály lidského těla, než lidé těla svých čtyřnohých partnerů.”¹²

¹⁰ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 259 – 260.

¹¹ srov. Tamtéž. str. 260

Nebudu se zde zabývat do hloubky tímto způsobem dorozumívání, nebudu vysvětlovat, co které gesto koně přesně znamená. Není to předmětem mé práce a vydalo by na několik knih. I přes to, že je základem jakékoliv práce s koněm, ať již z hlediska bezpečnosti, spokojenosti čtyřnohého partnera a jeho člověka ve vzájemném vztahu, úspěchu ve sportu...Obzvláště v terapii porozumění řeči koně má veliký význam, přesněji řečeno, je nutností, a to nejen proto, že potřebujeme mít spokojeného a psychicky vyrovnaného koně a musíme mu umět jasně sdělit, co od něj chceme, ale zároveň je důležité rozumět co nám sám kůň říká. Může nám totiž mimo jiné také sdělit velice cenné informace o stavu pacienta.

5 Hiporehabilitace

Hiporehabilitace je komplexní léčba. Zahrnuje jak fyzické, tak psychické, pedagogické a sportovní možnosti vlivu koně na člověka. Působí jak na fyzickou, tak na psychickou stránku člověka. Ačkoli tyto složky působí současně a nelze je od sebe oddělit, z hlediska zaměření terapie rozdělujeme tuto léčbu do tří skupin, podle cíle terapie. Tedy podle převládající složky na:

- Hipoterapii
- Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění (LPPJ)
- Sport handicapovaných

Definování tohoto pojmu je nejednotné. V odborné literatuře je používán zároveň termín hipoterapie, který vyjadřuje část hiporehabilitace, rehabilitaci „tělesné schránky“ člověka, tedy fyzioterapii. Tyto dva termíny bývají zaměňovány. Pro

¹² DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 261.

ujasnění a správné použití těchto pojmů se budu držet vymezení tak, jak je uvedeno výše.

Slovo hiporehabilitace vzniklo složením slov: řeckého hiposs, tedy kůň a latinského rehabilitace. Předpona re-, znamená opakovat, znovu a znovu. Habilitace znamená uschopňovat. Rehabilitis můžeme tedy přeložit jako znovuschopný.

Pod pojmem rehabilitace tedy můžeme v našem kontextu chápat takový proces, který primárně umožní obnovení ztracené funkce, snížení újmy způsobené onemocněním, nebo umožní handicapovanému jedinci lépe se se svým handicapem – hlavně společensky – vyrovnat. Pojem rehabilitace je tedy definovaný svým cílem, který často leží mimo chorobný proces a je více méně sociocentricky orientovaný.¹³

Na to, co přesně je hiporehabilitace a jak kůň na člověka působí, vyslovují autoři různé názory. Každý má své osvědčené metody. Někdo např. považuje za terapii to, co pro druhého je pouhý kontakt s koněm. Hollý a Hornáček vymezují, jak kůň tedy opravdu na člověka může působit v pravém slova smyslu. Kůň tedy opravdu může:

- asistovat při léčbě
- být prostředkem ke vtažení pacienta do léčby
- pomoci rehabilitaci, resocializaci, socializaci¹⁴

5.1 Historie hiporehabilitace

Terapeutické ježdění je nejstarší terapie prováděná pomocí zvířat. Údajně už Řekové v Antice znali uzdravující účinky koní.¹⁵

¹³ HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K. *Hipoterapie. Léčba pomocí koně*. Ostrava: 2005. Montanex. S. 14.

¹⁴ srov. HOLLÝ, K. HORNÁČEK, *Hipoterapie. Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 2005. str. 16.

¹⁵ srov. LEUGNER, S. WINKELMAYER, R. SIMON, R. *Mensch und Tier. Eine harmonische Beziehung*. Klosterneuburg: Norka. s. 14

První cílený popis léčebného využití koně v novověku je znám od sedmnáctého století, kdy Němec Thomas Sidehman předepisoval jízdu na koni z léčebných důvodů. Na začátku osmnáctého století uvedl Friedrich Hoffmann, že více dobra než lék nadělá jízda na koni.

Autoři v osmnáctém století zdůrazňují největší léčebný účinek koně právě jen při kroku a vyzdvihují především psychologické působení jízdy jako zdroj radosti. Pacienti lépe spí a zbavují se melancholie, jde tedy opět o kladný vliv na psychiku.

Velikán světové literatury J.W.Goethe, který sám aktivně jezdil, hovořil o splývání koně a člověka tak, že není jasné, kdo koho vlastně vychovává. T.G.M. jezdil aktivně v osmdesáti letech a říkal: „je to nejrychlejší tělocvik, to cvičí najednou celé tělo, ruce, nohy, plíce – jen to zkuste“.

Avšak hipoterapii jako léčebnou metodu můžeme považovat až od poloviny minulého století. Systém a odbornou bázi hipoterapii poskytly německé školy, nicméně první, kdo využil koně jako nástroje k rehabilitaci, byla v padesátých letech norská fyzioterapeutka Elisabet Bodtkerová. Ta na svých ponících vozila děti postižené mozkovou obrnou. V roce 1961 vyšel v Reiter – Revue International článek Ernsta Druschky „Gymnastik zu Pferde – ein Weg zur Heilung“. Ten dal popud k vývoji hipoterapie.¹⁶

Česká republika se může pochlubit poměrně dlouhodobou tradicí využívání koní pro léčebné metody. V osmdesátých letech minulého století se začínají koně využívat systematicky k terapeutickému ježdění, což znamená, že léčba je navržena a předepsána odborným lékařem¹⁷ V počátcích praktikování této metody, byla terapie prováděna neodborně a s výskytem rizik. Vlivem získávání nových poznatků, rekvalifikací a speciálním proškolením odborného personálu se kvalita služeb i samotných léčebných metod podstatně zlepšila. Dnes již tuto praxi provádí odborníci s osobnostním předpokladem vykonávat tuto náročnou práci tak, aby zmírnili

¹⁶ srov. KOLEKTIV AUTORŮ, *Hiporehabilitace*. Praha: OF Nadace, 1995. str. 32.

¹⁷ srov. KOLEKTIV AUTORŮ, *Hiporehabilitace*. Praha: OF Nadace, 1995. str. 10 – 16.

nežádoucí obtíže, které klienta provázejí. Za účelem pozvednutí úrovně byla také založena Česká hiporehabilitační společnost (ČHS).

Česká hiporehabilitační společnost je dobrovolné, nezávislé a nepolitické občanské sdružení. Byla založena v roce 1991 a sdružuje všechny odborníky, používající koně v lékařství, pedagogice a sportu. Sdružuje tedy lékaře, fyzioterapeuty, pedagogy i jezdecké instruktory, ale i klienty a rodiče handicapovaných¹⁸

Cílem činnosti organizace je *“prosazovat a udržovat odborné provádění metody, školit pracovníky, zajišťovat vydávání odborné literatury, sloužit jako informační databáze a zprostředkovat kontakt mezi jednotlivci. Dále navazovat kontakt s příslušnými odbornými organizacemi v Čechách i na mezinárodní úrovni, pomáhat při zakládání nových center a při výměně zkušeností mezi centry již fungujícími i rozvíjet kontakty se společnostmi podobného zaměření - Česká rehabilitační a fyziatrická společnost, Česká jezdecká federace, Riding for the Disabled Association.”*¹⁹

Hiporehabilitační organizace z celého světa se soustřeďují okolo organizace Federation of Riding for the Disabled International.

5.2 Obory hiporehabilitace

Jak již bylo výše řečeno, hiporehabilitace je komplexní léčba. Působí na člověka celého, se všemi jeho složkami. Nelze tedy jednotlivé úseky působení od sebe oddělovat. Přesto podle zaměření terapie, převážně z důvodů udělování profesních licencí, a rozdělení finančních zdrojů, dělíme hiporehabilitaci do tří částí:

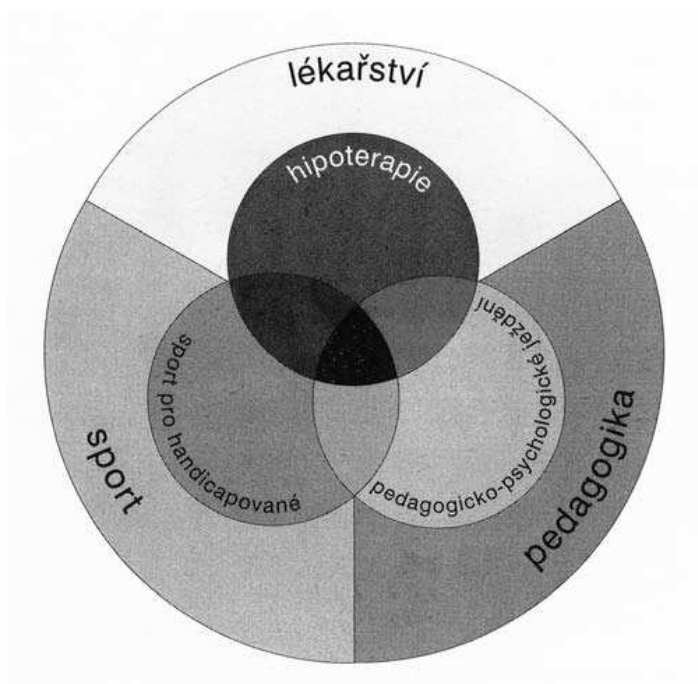
- Hipoterapie

¹⁸ srov. <http://www.chs.unas.cz/index.php>

¹⁹ <http://www.chs.unas.cz/index.php>

- Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění
- Sport handicapovaných.

Pro názornost zde uvádím schéma podle Klüwera:²⁰



Na obrázku je patrné, že se všechny tři složky prolínají a navzájem ovlivňují.

5.2.1 Hipoterapie

Hiporehabilitace je léčebná metoda využívající přirozeného pohybu koně s jeho typickým chůzovým mechanismem jako motorického vzoru, na který se klient adaptuje. Jedná se o formu fyzioterapie. Je zaměřena na pacienty s fyzickým

²⁰ KOLEKTIV AUTORŮ. *Hiporehabilitace*.

postižením. Fyzické postižení se týká primárně tělesných funkcí. Sekundárně jsou příčinou omezení v činnostech, omezením ve společenských aktivitách.

Využívá, jedinečný a ničím nenahraditelný pohyb koňského hřbetu při kroku koně. Hipoterapie je zaměřena na obnovu a podpoření tělesných funkcí, zvýšení kondice. Vlivem trojdimenzionálního pohybu koňského hřbetu (frontální, sagitální, horizontální) vznikají pohybové impulsy, které jsou přenášeny na pacienta. Ten je tím nucen přizpůsobovat se pohybu hřbetu, balancovat a hledat rovnováhu a také soustředit se na pohyby svého těla.

Tato metoda je nejčastěji využívána u pacientů s poruchami CNS a postižením pohybového aparátu:

- S diagnostikovanou poruchou CNS – neurologická onemocnění
- Bez diagnostikované poruchy CNS – ortopedické vady, nemoci pohybového aparátu. Např. na základě metabolické poruchy, zánětu, degenerace, úrazu...
- Postižení kardiovaskulárního aparátu – IM
- Vlivem interních onemocnění na pohybový aparát

5.2.2 Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění

V léčebně pedagogicko – psychologickém ježdění je kůň zařazen jako medium do oblasti pedagogické a psychologické s cílem podpořit pozitivní změny chování, odstranit nebo zmírnit projevy některých duševních poruch, smyslového deficitu, k vytváření chybějících citových vazeb, korekci postojů k okolí apod.

Pozitivní působení koně na psychiku člověka je známo od pradávna. Ale cílená a odborná terapie pomocí koně, se začala provádět až od poloviny minulého století. Jak již bylo výše řečeno, nejprve se začala systematicky rozvíjet hipoterapie, tedy fyzioterapie a teprve později přišlo na řadu pedagogicko-psychologické ježdění, působení na psychiku člověka pomocí koně. LPPJ se provozovalo nejprve jako voltíž

(cvičení na koni) a ježdění. Postupem času, jak byl kůň využíván k terapii se ukázalo, že velký vliv na pozitivní působení koně na člověka má jejich vzájemný vztah. Začal být tedy kladen větší důraz na rozvíjení vztahu člověka a koně. Stejně tak jako hipoterapie, ani LPPJ není pouhé ježdění na koni, jakýsi trénink jízdy nebo výuka dobrého zacházení s koněm. Cílem tedy není zdatný jezdec a dobrý ošetřovatel koní. Cílem je zlepšit nebo stabilizovat psychický stav klienta, docílit pozitivních změn v chování jedince a ve vývoji jeho osobnosti. Nezanedbatelný je také vliv na pohybový aparát člověka.

Terapie může být individuální, nebo skupinová, vede ji vždy nejméně jeden vyškolený terapeut a mohou být přítomni i pomocníci. Samozřejmě nesmí chybět kůň.

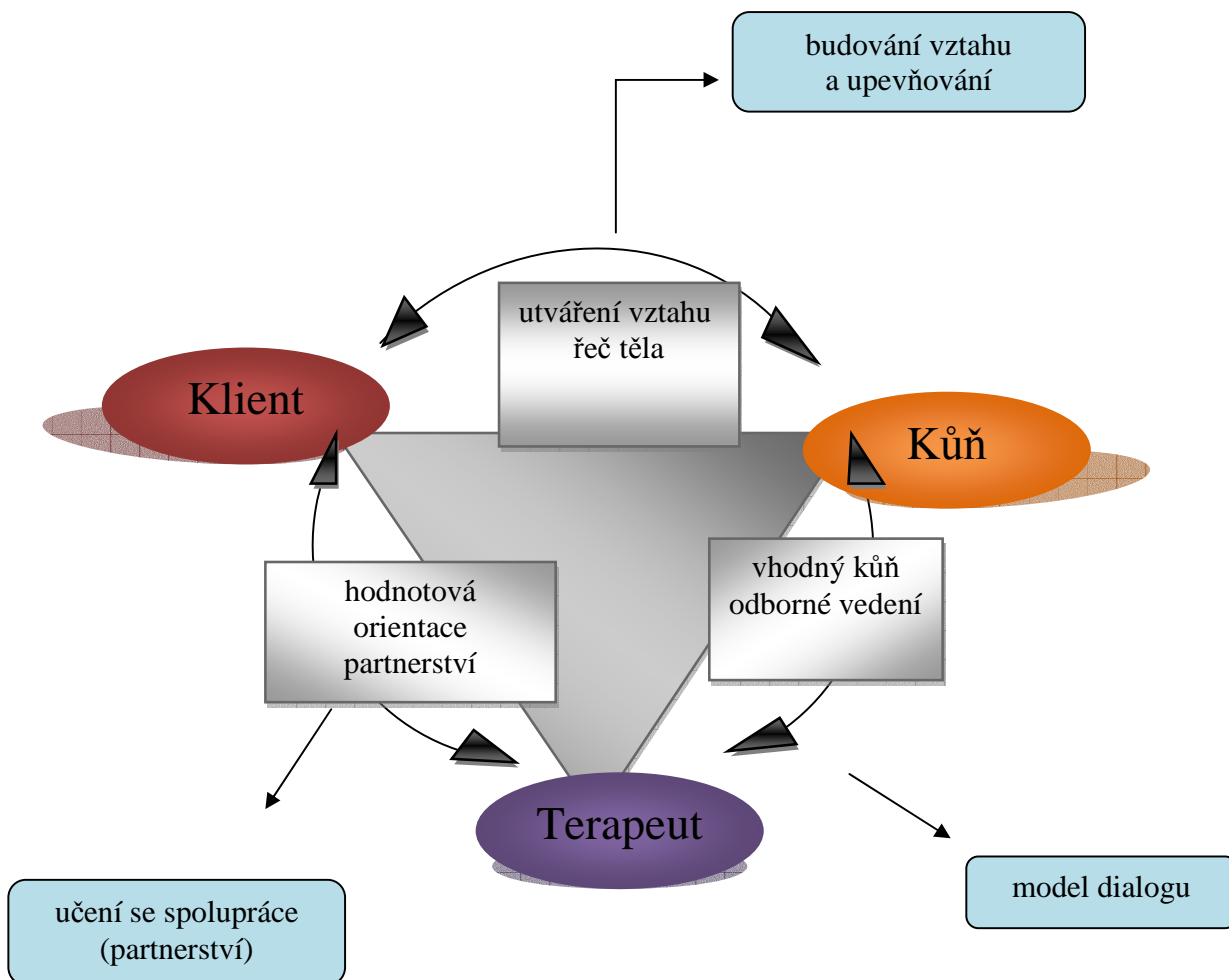
Terapeutickou jednotku vede terapeut, který si sám hodinu uzpůsobí podle svých představ a možností. Velkou roli v úspěšnosti terapie také hraje správný odhad možností a schopností daného koně.


Během LPPJ dochází k neustálé dynamické interakci mezi účastníky. Pro lidský vývoj nezbytná potřeba sociálního učení je podporována a rozšířena o živé medium. Uvnitř tohoto komplexního sociálního učebního pole, vzniká trojdimenzionální vztahová situace, vztahový trojúhelník: kůň – klient – terapeut.²¹


²¹ Srov. KRÖGER, A. *Partnerschaftlich miteinander umgehen*. Warendorf: FNbuch, 2005. ISBN 3-88542-465-7. s. 27.

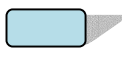
Vztahový trojúhelník (Beziehungsdreieck)

kůň – klient – terapeut




tři činitelé


předpoklady k dosažení cílů


cíle vztahů

Na schématu demonstuje Carl Klüwer předpoklady úspěšné terapie. Kdy kůň, klient a terapeut jsou ve vzájemném vztahu a navzájem se ovlivňují.²²

Léčebně pedagogicko-psychologické ježdění působí na člověka komplexně. Ovlivňuje jeho fyzickou, psychickou i sociální stránku. Hana Hermannová, terapeutka v LPPJ pracující v psychiatrické léčebně v Praze Bohnicích píše, že: *„Absolutní předností psychologického ježdění je komplexnost vlivu na klienta v oblasti fyzické, psychické, smyslové, emocionální a sociální. Je výrazně aktivační, zároveň však zklidňuje a harmonizuje. Ve své podstatě je kůň prvek konstantní (nemění podobu ani reakce), variabilní je způsob jeho využití. Úkolem terapeutů je cítit využití koně na konkrétní problém a metodiku uzpůsobit momentálnímu stavu (KO) klienta.“*²³

Cílovou skupinou LPPJ jsou děti a adolescenti s poruchami učení a chování, lidé s psychosociálními a výchovnými problémy, s psychiatrickými problémy a lidé s mentálním postižením.

5.2.3 Kůň v terapii

V hiporehabilitaci, tedy v procesu, kterého se účastní klient a terapeut, vstupuje třetí, neméně důležitý prvek – kůň. Proč je právě kůň zařazován do terapie, proč nestačí „jen“ působení terapeuta? Co tedy kůň nabízí?

Kůň nabízí:

- přátelství
- zrcadlo člověka
- autorita
- „ted' a tady“

²² Srov. KRÖGER, A. *Partnerschaftlich miteinander umgehen*. Warendorf: FNbuch, 2005. ISBN 3-88542-465-7. s. 28.

²³ http://www.chs.unas.cz/2006_3.jpg str.2

- ježdění
- upřímnost
- nestrannost
- nezaujatost
- nemá předsudky
- tichost
- důvěru
- bezpečí
- sebereflexi
- pohyb
- smysl pro rovnováhu
- nevtírá se
- dovoluje terapeutovi stát v pozadí
- motivace
- symbol
- sám sebe
- přenos situace s koněm do běžného života

5.3 Využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění (LPPJ) v léčbě dětí a mládeže s poruchami chování

Děti a mládež s poruchami chování jsou různorodou skupinou, zahrnující klienty s poruchami pozornosti, hyperkinetickými poruchami (poruchy vyznačující se poruchami v koncentraci s kombinací špatně ovládaného chování), klienti se vzdorovitým, disociálním a agresivním chováním. Tyto skupiny klientů mají většinou problém spolupracovat, dodržovat pravidla a respektovat autoritu. Na druhé straně do

této skupiny řadíme děti a mládež se submisivním chováním a úzkostnými poruchami.

V této kapitole poukazuji na některé vlastnosti koně, kterými působí na člověka. Zabývám se zde tedy jeho nejdůležitějšími vlastnostmi a ukazuji některé možnosti jejich vlivu a využití právě na děti a mládež s poruchami chování.

5.3.1 Motivace

Motivace je snad jedna z nejvýznamnějších a nejsilnějších stránek terapie s koněm všeobecně, děti s poruchami chování nevyjímaje. Mnohdy díky tomuto faktoru je jedinec ochoten zúčastnit se léčby a na ní se účastnit (ve smyslu spolupráce). Samozřejmě, pokud má dítě odpor ke koním, motivace nejspíše nebude žádná. V tomto případě celá hiporehabilitace ztrácí smysl. Ale „láska“ k těmto tvorům také není podmínkou. Ve většině případů po krátkém seznámení se s koněm nikdo nezůstane chladný. A i když přece jenom kůň nevzbudí příliš pozornosti, v LPPJ je nepřehledné množství možností, jak zaujmout jinak. Například různé hry, cvičení, soutěže apod. Kůň se samozřejmě účastní, ale zůstává více méně v pozadí.

Kůň motivuje člověka k(e):

- zahájení terapie a spolupráce – je motivačním prostředkem ke vtažení pacienta do léčby
- změně (nápravě) vlastního chování jedince (kůň sám o sobě, přirozeně vyžaduje od člověka určité zacházení)
- spolupráci s terapeutem (pokud se chce klient něco nového naučit, s koněm lépe komunikovat, zlepšit se, musí přijmout terapeutovo vedení)

- lepší komunikaci a spolupráci v terapeutické skupině, pokud se jedná o skupinovou terapii (v některých činnostech musí účastníci spolupracovat, jinak nedosáhnou cíle)

5.3.2 Autorita

Kůň svou přirozeností, osobností, velikostí disponuje přirozenou autoritou. Což má velký význam právě u těchto klientů, kteří autority neuznávají, mají k nim odpor, negativní zkušenosti atd. V takových případech neuškodí prožít pozitivní zkušenost s nějakou „přijatelnou a akceptovatelnou autoritou“.

5.3.3 Hranice

Hranice jsou jednou z věcí, kterou klienti s poruchami chování potřebují velice nutně zakusit. Kůň má kromě přirozené autority, jak už jsme psali výše, oproti terapeutovi velkou výsadu. A to, že má dovoleno používat „tělesných trestů“. Je samozřejmé, že tento kůň nesmí být agresivní a nebezpečný, přesto ale důraznější a citelné oznámení, že určité chování opravdu není vhodné, vůbec není na škodu. Ba naopak, v některých případech je přímo žádoucí. Například šťouchnutí hlavou, štípnutí zuby má někdy výrazný výchovný efekt. Také z tohoto hlediska by měl terapeut opravdu dobře znát zvíře se kterým pracuje a vědět, že jeho reakce budou přiměřené. Zároveň by měl dbát o zdravý psychický stav svého čtyřnohého svěřence a v žádném případě nepotlačovat přirozené jednání zvířete. Kůň v terapii by měl mít vlastní sebevědomí a měl by umět včas klientovi naznačit, že jeho chování je již nevhodné a neúnosné.

Popsala jsem zde „extrém“ v určování hranic koně. Mnohem běžnější způsob je, že pokud klient nepřizpůsobí své chování požadavkům terapeuta a koně, prostě

nedosáhne svého cíle. Kůň se bude plašit nebo chovat nervózně nebo bude jeho požadavky ignorovat, neprojeví dostatek respektu.

5.3.4 Nemá předsudky

My lidé jsme často ovlivněni, „uděláme si obrázek“ o jiném člověku, často jen na základě poskytnutých informací od někoho jiného. S těmito předsudky pak samozřejmě k druhému přistupujeme a i nevědomě podle nich s danou osobou jednáme. Domnívám se, že není možné, aby byl terapeut i při sebevětší snaze, zcela oproštěn od tohoto vlivu. A samozřejmě vyhnout se všem informacím o stavu pacienta a o jeho minulosti nejspíše nebude nejlepší řešení. Znalost příčiny chování jedince je pro jeho nápravu důležitá. I když se neubráním otázce, jestli je opravdu nutností k terapii znát minulost a stav klienta. Tato otázka by mohla být samostatným předmětem zkoumání. Jakýmsi kompromisem by mohla být účast dítěte na terapii, prvních několik hodin, právě bez poskytnutých informací terapeutovi o tomto svěření. Tento způsob se i v některých centrech LPPJ provozuje.

Nicméně sebelepší snaha koně o vytvoření si úsudku o člověku, který k němu přistupuje, z předem získaných informací, bude mít nulové výsledky. Proto u koně na sto procent platí pravidlo „tady a teď!“. Kůň nemůže mít „nezdravou“ lítost k týranému dítěti, nemůže přistupovat s opatrností nebo odstupem k někomu, kdo včera uhodil kamaráda. Jako by říkal: „Neotáčej se za tím co bylo, nesvaluj zodpovědnost za své chování na někoho jiného, kdo ti třeba ubližoval, záleží jen na tobě, jak se teď zachováš, jsi zodpovědný za svůj život sám. Nezáleží na tom cos udělal, můžeš začít znova, s čistým štítem, teď. Jsme tady a teď, teď máš možnost jednat úplně jinak. Nezávisle na tom, co od tebe někdo očekává, já neočekávám nic.“

5.3.5 Umožňuje terapeutovi „dostat se blíž“

V LPPJ terapeut většinou není vnímán jako autorita nebo pouze „terapeut“. Tuto pozici můžeme přirovnat k vedoucímu zájmového kroužku. Je tedy klientem lépe přijímán, klient má k němu bezprostřednější vztah, aniž by ztrácel svou autoritu a možnosti terapeutického působení. Dá se říci, že se tedy klient podvoluje léčebnému procesu, aniž si tento proces uvědomuje.

5.3.6 Umožňuje terapeutovi „stát v pozadí“

Kůň sám nutí člověka změnit své chování, přizpůsobit se. Což znamená utlumit svou agresivitu, hyperaktivitu, nebo naopak otevřít se ze své uzavřenosti, úzkosti, submisivity, nutí člověka naučit se prosadit, rozhodovat se atd. Terapeut samozřejmě hodinu vede, ovlivňuje, sám na klienta působí, ale může koni přenechat „hlavní slovo“, které bývá od čtyřnohého partnera mnohem lépe přijímáno.

5.3.7 „Zrcadlo člověka“

Člověk se často, ve vztahu s koňmi, dopouští mnoha hrubých chyb. Nejedná-li se o extrémně hrubé a násilné chování, kůň tyto lidské chyby neřeší a chová se nadále, jako by se nic nestalo. Dává tím člověku další šanci na cestě k vzájemnému porozumění. Bude-li klient hrubým a nevybíravým způsobem něco vyžadovat od koně, kůň na tento nepříjemný a nežádoucí způsob odpoví nezájmem o klienta, nebo se nějakým způsobem ohradí. Jakmile však klient své chování napraví a začne se chovat ke koni podle vzoru zkušeného terapeuta, kůň začne opět spolupracovat. Nejedná-li se o extrémní případy hrubosti a agrese, kůň nabízí spolupráci a přátelství téměř okamžitě. Toto poznání, nabídnutí se znovu ke spolupráci, je podstatnou zkušeností pro klienta. Ten má možnost si uvědomit, že existuje i jiná reakce na

nežádoucí chování než pouze větší agrese. Většina mladých klientů toto koňské chování objevuje jako zcela neznámou a novou věc. Je vhodné, aby terapeut na toto vstřícné chování poukazoval a také od svých svěřenců vyžadoval. U úzkostných a do sebe uzavřených dětí, je dobré prožít: „Toto se ti nepovedlo, ale nevadí, nic se neděje, zkus to znovu.“

Klient poznává, že pokud udělá chybu, má okamžitě možnost vše napravit. Kůň v něm tedy podporuje nejen odvahu zkoušet něco nového a překonávat sám sebe, zároveň klienta učí chybovat. Protože mít odvahu chybovat je známkou zralé osobnosti.

Klient tedy nabývá pocitu, že mu bylo odpuštěno. Zejména pro děti a mládež s poruchami chování je důležité prožít pocit, že jim bylo odpuštěno, že mohou začít znovu „s čistým štítem“, bez předsudků. Tato zkušenost je pro ně výzvou a možností změnit své chování.

Záměrně jsem nenapsala, že kůň odpouští, pouze, že klient nabývá pocitu, že mu bylo odpuštěno. Z hlediska etologie koně nemůžeme tvrzení, že kůň odpouští, prokázat. I když v terapii má tento „pocit odpuštění“ pro účastníka značný význam. V práci jsem již poukázala na skutečnost, že kůň prožívá přítomnost. Jeho reakce jsou tedy na konkrétní, právě probíhající situaci. Změní-li tedy klient své chování ke koni, okamžitě získá od koně reakci na toto „nové“ chování. V případě, že tedy klient změni své chování k lepšímu, dostane ze strany koně kladnou odpověď. Tím nabývá klient přesvědčení, že mu bylo odpuštěno.

Výsledky praktických výzkumů některých hiporehabilitačních center potvrzují, že kůň nereaguje na klienta pouze kladně nebo záporně, v závislosti na kladném nebo záporném chování klienta ke koni. Ale kůň zároveň „odráží“ psychický stav klienta, jeho psychické rozpoložení, radost, smutek, nervozitu apod.

Čím je toto chování vyvoláno?

Výzkumy prokázaly, že se v lidském mozku, převážně v Brocově oblasti (centrum řeči), nacházejí takzvané zrcadlové neurony (mirror-neuron systém, neboli MNS). Tyto neurony zabezpečují shodné zakódování a rozkódování mimoslovního

sdělení u odesílatele a příjemce. Je zajímavé, že již jen pouhé pozorování pohybů někoho jiného, způsobí aktivaci mozkové kůry, která má na starosti přesné ovládání pohybů. „*Jak vědí sportovní fanoušci, hudebníci a odborníci na řeč těla, už jen sledování pohybů a držení těla jiných osob může u pozorovatele vyvolat motorickou reakci, která může vrcholit nechtěným napodobováním.*“²⁴

V naší společnosti se nyní stále častěji setkáváme s jedinci, kteří mají mimo zdravotních problémů také komunikační problémy a problémy s chováním. Tento fakt oslovuje mnoho odborníků, kteří by rádi využili svých vědomostí, schopností a poznatků a pomohli těmto jedincům. Právě na základě nových poznatků o zrcadlových neuronech a jejich funkcích by mohlo dojít v této oblasti k výrazné pomoci. *Mirror neurons patří do skupiny neuronů, kteří převádějí smyslové vjemy a informace do pohybové formy. Tyto neurony byly původně objeveny v mozkové laloku opic. Následná studia o zobrazovacích funkcích mozku a neurofyziologická studia prokázala, že se tyto zrcadlové mechanismy projevují také u lidí. Podle anatomických výzkumů hrají zrcadlové mechanismy významnou roli v dorozumívání, napodobování, v řeči a pocitových oblastech.* ([Fabbri-Destro M, Rizzolatti G.](#)

Dipartimento di Neuroscienze, Sezione Fisiologia, Università di Parma, Parma;and.

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18556470?ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum)

Hovořili jsme o možnostech využití role zrcadlových neuronů pro znovuzískání pohybových funkcí horních končetin u jedinců, kteří byli poznamenáni nehodou. ([Buccino G, Solodkin A, Small SL.](#)

Dipartimento di Neuroscienze, Sezione di Fisiologia, Università di Parma, Via Volturno 39, 43100 Parma, Italy. bucgio77@ipruniv.cce.unipr.it

²⁴ <http://www.project-syndicate.org/commentary/hari1/Czech>

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16633020?ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_DiscoveryPanel.Pubmed_Discovery_RA&linkpos=1&log\$=relatedarticles&logdbfrom=pubmed

5.3.8 Nejsou pravidla - důvěra – respekt – hranice v životě lidí i koní

Tato skupina dětí a mládeže nesnáší slova typu: Musíš! Nesmíš! Vlastně je slyší pořád. V hiporehabilitaci slyší častěji: Co chceš dneska dělat? Co chceš? Samozřejmě, že základní pravidla a zákazy musí být. Už v rámci bezpečnosti, ale není jich tolik, sami klienti je většinou přijímají dobrovolně.

5.3.9 Radost

Jedna z nejpřednějších vlastností terapie s koněm. Bez radosti a bez chuti se dá jen těžko léčit. Když nechce duše, mysl člověka, jen těžko bude chtít tělo. Pozitivní a kladně emocionální zážitky prospívají jak agresivním, hyperaktivním, tak i úzkostným, uzavřeným nebo zneužívaným dětem. Ostatně prožitek radosti a toho, že život je krásný, prospívá každému.

5.3.10 Nepodbízí se

Kůň není pes – kůň je jiný biologický druh, je nastaven jinak, neběží nám naproti, když se přiblížíme k ohradě, není celý nadšený z naší přítomnosti. Zjednodušeně řečeno, člověk je koni „jedno“. Kůň si nevynucuje naši lidskou lásku, pozornost, zájem. Důvěru koně si musí člověk získat. Trochu obtížné, ale o to je to cennější. Dobře se nechá tato vlastnost využívat zvláště u týraných nebo zneužívaných dětí. Přílišná vstřícnost a aktivita koně by je vyplašila a mohla odradit.

5.3.11 Učení spolupráce

Kromě toho, že je klient nucen spolupracovat s koněm a terapeutem, učí se spolupráce ve skupině. Často i se členy skupiny, s kterými normálně (ve škole) nekomunikuje (a pokud ano, tak „ručně“). Některé věci prostě sám nezvládne a proto spolupráce s ostatními je nutná.

5.3.12 Sebereflexe

Kůň reaguje okamžitě. Má dokonce rychlejší reakce než člověk. Reaguje na lidské jednání. A na rozdíl od člověka se nedokáže přetvářet. Dává tedy okamžitou a pravdivou (nehranou) odpověď. Kůň není schopen nám říkat (řečí svého těla): „Jo, skvělý, děláš to dobře!“ A přitom si myslet opak.

5.3.13 Koncentrace

Pro děti a mládež s poruchami koncentrace se LPPJ úspěšně využívá. Protože kůň se těší většinou velkému zájmu, ze strany těchto dětí, sami se snaží soustředit se. Kůň bývá také velkou motivací. Například pro snahu ve škole, když za odměnu pak bude ježdění.

5.3.14 Přenos do života

Člověk a kůň si jsou v některých ohledech velice podobní. Kůň stejně jako člověk cítí radost, bolest, smutek, spokojenost ... Je stádové zvíře, stejně jak člověk je společenský a sociální tvor. Proto v terapii vznikají situace, které si klient může „přenést“ do života (řešení různých situací, rozhodování, komunikace, pozitivní zážitky, zkušenost dobrého vztahu, kamarádství, partnerství...).

5.3.15 Sebevědomí

Kůň svým chováním a reakcemi přispívá ke zvýšení, nebo naopak snížení nezdravého sebevědomí. Nutí uzavřeného člověka otevřít se, něco dokázat, víc si věřit. Umí ale i bez „servítek“ sdělit: „Tohle opravdu není ono, v tomhle dobřej nejsi, musíš na sobě pracovat.“

5.3.16 Smysluplný volný čas

Ježdění nabízí smysluplné využití volného času. Velký význam má v prevenci patologického chování.

5.4 Přirozená komunikace s koněm (Horsemanship)

Přirozená komunikace s koněm, horsemanship nebo také natural horsemanship. Poslední dobou tolik používaná a omílaná slova. Že by dříve lidé s koňmi nekomunikovali? Nebo alespoň ne přirozeně? To přece říct nemůžeme. Vždy byli lidé, třebaže v menšině, kteří měli pro koně pochopení a snažili se jim porozumět. Ale dobrá tedy, držme se „terminologie“ a nazývejme formu této komunikace s koněm horsemanship nebo přirozená komunikace.

Dle mého názoru termín není moc vhodný. Můžeme snad říci, že kdo např. jezdí „anglii“ s koněm nekomunikuje? Nebo špatně komunikuje? A kdo se neřídí radami a postupy slavných horsemanů se s koněm neumí dorozumět? A kromě toho mnoho přirozenosti v komunikaci mezi lovným zvířetem (koněm) a lovcem (člověkem) nevidím. Nicméně, nemůžeme popřít, že během dějin se v jednání s koněm člověk nemálo prohřešil a že tedy snad dnešnímu „blýskání se na lepší časy koním“ můžeme jen tleskat.

I když si to vůbec nemusíme uvědomovat a většinou to tak bývá, v přístupu ke koni se chováme jako predátoři. A kůň nás tak vnímá. Už náš zevnějšek, oproti koni žádné uši, oči vepředu (ne na straně) atd. značí koni, že si musí dávat pozor. A lidské počínání? Snad ještě horší. Když potřebujeme koní něco vysvětlit, natož když se něco nedaří, použije člověk, dle své přirozenosti, síly a donucování. Jelikož kůň je bezesporu zvíře silnější, použije člověk násilí a různých „neregulérních prostředků“. Ve styku s člověkem se kůň často setkává s nepochopením, nedorozuměním. V určitých situacích je často pouhé nepochopení požadavku ze strany koně člověkem vysvětleno jako neposlušnost a neochota a toto problémové chování vyřešeno trestem. Kůň je všeobecně přátelské a velice ochotné zvíře. Místo pochopení, empatie a porozumění se však setkává s nepochopením a násilím. A to často činěným z nevědomosti a dobré vůle majitele. Naopak může být kůň od svého dvounohého partnera rozmazlován, což samozřejmě vzájemnému vztahu také nesvědčí. Vše vychází z neznalosti „koňského světa“ a rozdílném založení člověka a koně. Jsou tedy tyto dva světy opravdu tak rozdílné? Je vůbec možné je dohromady „skloubit“?

Na rozdíl od případů výše popsaných, existují mnohé, svědčící o opaku, o opravdovém přátelství mezi člověkem a koněm. Pravda, není jich mnoho, přesto však jsou jasným důkazem, že opravdové přátelství člověka a koně, (lovce a jeho kořisti) není jenom zbožným přáním všech majitelů těchto zvířat.

Na čem je tedy partnerství člověka a koně založeno:

- oba jsou společenští (sociální) tvorové. Člověk žije ve skupině lidí. Kůň je stádové zvíře. Pro oba znamená společnost příslušníků stejného druhu bezpečí, zajištění potravy, zajišťuje zdravý vývoj jedince ad. Dokonce vyvstávají nové výzkumy, které tvrdí, že v rámci evoluce, existovali živočichové právě jako společenští tvorové a až teprve později se rozdělili na dravce a kořist.
- nonverbální komunikace. I když řeč těla má u koní mnohem větší význam, na rozdíl od lidí, kteří kladou důraz většinou na verbální

komunikaci, přesto, aniž si to třeba uvědomují, hraje tato komunikace velikou roli. A i přesto že se jedná, jak již bylo řečeno o vztah: predátor – kořist, mají ve své komunikaci kůň a člověk mnoho podobných prvků.

- člověk se musí komunikaci s koněm naučit. Musí poznat chování koně, jak s ním komunikovat, zacházet. Musí v sobě své „predátorské instinkty“ potlačit a naučit se s koněm zacházet tak, aby on nám rozuměl. Kůň se těžko bude učit lidské řeči.

Domnívám se, že k navázání dobrého a přátelského vztahu s jakýmkoli živým tvorem je nutná dobrá komunikace. A jelikož jednání s někým (s koněm) je neustálá komunikace, považuji ji za základ veškerého zacházení s koněm. Ať už koně využívám k práci, sportu zábavě nebo hipoterapii.

Přirozená komunikace s koněm, neboli horsemanship, nebo natural horsemanship, není nějaký určitý směr, který má přesná pravidla. Jedná se spíše o zacházení s koněm na základě porozumění a jeho pochopení, empatie, apod. Snad se někomu může tato věta zdát zbytečná nebo divné se tímto směrem zabývat. Ale věřte, že snaha o pochopení koně opravdu není a hlavně nebyla na „denním pořádku“ a „komunikace“ donucovacími a nežádá krutými prostředky byla považována za běžný a osvědčený výcvik koně. Až na začátku 20. století přišli osobnosti, které řekly: „Jde to i jinak.“ A není třeba vysvětlovat, že vztah založený na vzájemném porozumění je mnohem efektivnější, i vzhledem např. ke sportovním výsledkům, než vztah postavený na strachu. Během celého soužití člověka a koně se jistě našli lidé, kteří měli pro koně pochopení a jistě ne všechny tréninkové metody byly špatné! Ale pro určitý pořádek v názvosloví, se tyto nové metody dorozumívání s koněm nazývají „Přirozená komunikace“.

Co tedy horsemanship je:

„Horsemanship ztělesňuje jisté duchovní a filosofické přesvědčení, že kůň je cítící tvor s oprávněnými potřebami, inteligencí a emocemi.

Horsemanship představuje systém a metodu tréninku, která je založena na komunikaci a způsobu vzájemného porozumění.

Nejprve je vždy kladen důraz na duchovní, emoční a mentální stav koně. Veškerá práce s koněm je založena na vzájemném respektu. Celý trénink se odehrává na bázi spolupráce, kdy koně nikdy nenutíme k požadovanému výkonu nebo cviku. Vždy nabízíme možnost výběru, správnou volbu ale nabízíme tak, aby šla snadno, a špatná volba se stala pro koně obtížnou. Necháváme koně, aby se některé věci naučil sám chápat a ne je jen mechanicky opakoval. Nikdy nejde o to, kdo je vítěz a kdo poražený. Není to zápas, ale jde o to, jak si najít cestičku ke společnému úspěchu. Zde je nutné odložit svou pýchu, ego, machismus a agresi, jako i další oblíbená člověčí vyjadřování, která blokují opravdovou spřízněnost.

Horsemanship vychází z pozorování chování koně v jeho přirozeném prostředí. Pochopení koňského světa, jeho reakce, uvažování a instinkty jsou základem veškeré práce. Podstatou tréninku je skutečnost, že my vstupujeme do světa koní a chováme se jako součást koňského stáda.

Horsemanship ukazuje, že snahy o vtažení koně do lidského světa nevedou nikam.

Horsemanship jako tréninková metoda se dá použít, a s úspěchem se požívá, ve všech druzích jezdeckého a dostihového sportu. Na rozdíl od tradičních metod má tu výhodu, že pokud vám kůň správně porozumí, udělá pro vás vše až do výše svých fyzických možností. Koně jsou od přírody ochotni s námi spolupracovat. Vše, co občas vidíme jako neposlušnost nebo agresivitu koně, je pouze výsledek vzájemného nepochopení. Kůň v případech, kdy nerozumí, bojuje pouze o vlastní sebezáchranu.²⁵

K dobrému vztahu s koněm je potřeba splnit několik základních kroků:

²⁵ cit. BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdeckví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. str. 14.

- kůň se musí s člověkem cítit bezpečně bez úzkosti a strachu
- člověk musí prezentovat sebe sama jasně, pro koně přijatelným způsobem
- získat si jeho respekt
- ukázat koni místo (hodnostní pozici) ve společnosti lidí
- vyvolat u něj schopnost reagovat na naše podněty
- snažit se nezničit v koni opravdového koně, tzn. uchovat v něm svobodného ducha, s kterým přišel na svět
- dopřát mu v každém ohledu co nejvíce svobody²⁶

Ještě několik metod a zásad používaných v horsemanshipu:

- kůň musí mít vždy na výběr, musíme mu umožnit vlastní volbu
- pokud něco nejde, darujte mu vždy část svobody navíc
- věci, které po koni nechceme, musíme znepříjemnit, nastavit jako obtížné
- věci, které po něm chceme, musí být pro něj jednoduché, pohodlnější, musí jít snadno
- kůň nikdy nemusí
- nejde o žádný souboj, nikdo neodchází jako vítěz
- každá tréninková hodina by měla být ukončena pro koně pozitivně
- pokud to nejde, neztrácej hlavu, jdi domů a dej si kafe a cigáro, zítra to půjde²⁷

5.4.1 Historie soužití člověka a koně

Ve srovnání s ostatními zvířaty byl kůň domestikován „teprve nedávno“. Jeho domestikace začala někdy před šesti tisíci lety.

²⁶ srov. tamtéž str. 34.

²⁷ srov. Tamtéž str. 43.

Člověk postupně zjistil, že se kůň nechá využít i k jiným účelům než pouze na maso. Jeho síla, rychlost a vytrvalost byla pro člověka velkým přínosem. *„Příroda však koně naprogramovala jako něco jiného než vděčného služebníka lidí. A tak člověk zvolil svůj nejobvyklejší nástroj dorozumění: hrubou sílu. Bylo to surové, nedostatečné a nehodné vznešeného účelu. Síla však zůstala základem jezdeckví po dlouhá staletí.“*²⁸

Než se však člověk přestal dívat na koně jinak než pouze jako na potravu, uplynula dlouhá doba. Kůň tedy poznal člověka jako predátora, který v něm vidí pouze potravu. Člověk byl pro něj smrtelné nebezpečí. *„A i když se později přibližoval ke koním s předstíraným přátelstvím, jejich vztah bude vždycky křehký, neboť strach, který se jim vryl do srdce, je tak hluboký, že se nedá vykořenit.“*²⁹

A tak začala dlouhá cesta komunikace a „komunikace“ mezi predátorem a kořistí. Během této doby se občas našly osobnosti, které měly pochopení pro koňskou duši. Avšak se svými „mystickými schopnostmi“ zůstávali raději v tajnosti, neboť ne každá doba přála výjimečným dovednostem a nemuselo chybět mnoho a „čaroděj“ mohl skončit na hranici.

Většina těchto jmen zůstala v zapomnění. Mezi nejstarší známé „krotitele“ koní s výjimečnými dovednostmi patří John Solomon Rarey (1827 – 1866). Avšak „do světa“ se tato metoda dostala až ve 20. století, díky Tomu Dorrancovi.

Můžeme říci, že tato „revoluce“ v zacházení s koněm není nic nového. Jde jen o to, mít pochopení, přemýšlet a snažit se porozumět. Avšak málokdo dokázal jít proti proudu a „dělat to jinak než ostatní“ nebo vůbec přemýšlet nad tím, že to může jít i jinak... Jak píše Václav Bořánek, *„Žádné z popisovaných technik dnešních trenérů horsemanshipu nebo komunikace s koňmi nejsou nové a originální. Často se vám stane, že pokud dojdete v komunikaci se svým koněm dost daleko na to, abyste*

²⁸ BOŘÁNEK, V. KRÝSOVÁ, B. *Zaříkavači koní*. Kap. Úvod. Harmony, 2006. s.10.

²⁹ Tamtéž, s. 11.

začali sami pro sebe objevovat nové techniky, objevíte v literatuře, že někdo jiný používal tuto techniku již dávno.“³⁰

5.4.2 Hlavní představitelé

Po roce 1950 se na americkém venkově objevilo několik „zaříkávačů“, kteří o sobě nechali vědět. A rozšířili svoje dovednosti do světa. Uvedu zde několik z nich.

5.4.2.1 Tom Dorrance

Narodil se nedaleko Joseph v Oregonu v roce 1910. Legendou se stal ještě za svého života. Tento tichý a skromný muž je snad právem označován za největšího z horsemanů. Mezi jeho žáky patří například Ray Hunt, Pat Parelli, Buck Brannaman, ...

O jeho osobnosti snad výstižně mluví Milly Hunt Porterová v předmluvě jeho knihy: „*Od začátku je historie plná jedinců, kteří ojediněle a osobitě chápou velmi obyčejné věci v jejich okolí a vidí více a dělají s tím více než všichni ostatní, kteří dostali stejnou příležitost.*“³¹

Tom jednal s každým zvířetem s respektem k jeho osobnosti, k jeho jedinečnosti a uznával jeho hodnotu.

„... *Nejdůležitější pro můj vztah s koňmi byla naše vzájemná komunikace. ... Je to cit, který jsem musel vybudovat v sobě, pro sebe a sám. Opravdová jednota a přirozená komunikace mezi koněm a člověkem je cit, který musí v sobě každý probudit. Musí to přijít z nitra. Věřím, že koně člověku přirozeně důvěřují. Je však na něm, aby pochopil a respektoval přirozený koňský instinkt „boj o přežití“, protože jen tak se mu podaří získat jeho důvěru. Často jsem byl svědkem toho, jak člověk*

³⁰ BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdectví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. str. 70.

³¹ Tamtéž, s. 32.

opomenul koňskou potřebu sebezáchrany, a ztratil tím ihned jeho důvěru. Důvěru koně lze získat jen tak, že člověk prezentuje sám sebe a své požadavky tak, aby byly srozumitelné. Sám vím, kolik umí koně odpouštět.

*Přál bych si, abych vám mohl popsat obraz toho, co já vidím v koni, jak já se dívám na koně a pokouším se vidět jako kůň. Pokouším se nemyslet si cokoli než to, že je kůň. Pokouším se pozorovat koně a nechat je, aby mi sami řekli, jak pokračovat dál. ... Já se ale pokouším ukázat, že kůň je opravdu něco zvláštního v jeho vlastní jedinečnosti. Pokouším se zdůraznit výjimečnost koně a vysvětlit, že každý kůň je jedinečný a je potřeba vidět jaký je a jaký má potenciál.*³²

5.4.2.2 Bill Dorrance

Starší bratr Toma Dorrance. Narodil se v roce 1906 na rodinné farmě. V té době byli lidé na koních závislí, práce s nimi, byla tedy jeho i bratra Toma denním chlebem. Od dětství toužil stát se trenérem koní. Knihy nebo kurzy o horsemanshipu neexistovali, ale Bill začal brzy vnímat, že někteří jezdci pro koně nemají cit. Zjistil, že důležité je naučit se svého koně vnímat, a potom ho naučit reagovat na to, co cítíme.

5.4.2.3 Ray Hunt

V roce 2005 obdržel Ray Hunt ocenění Horseman of the Year. Bylo mu 75 let. Se svou ženou Carolyn cestuje po celém světě a učí lidi. Je dalším z žáků Toma Dorrance. Zajímal se o systém přípravy mladých koní, jejich obsedání a následnou práci s dobyt看em. V roce 1960 koupil koně jménem Hondo a ten ho donutil změnit svůj dosavadní přístup ke koním. Dosavadní metody krocení koní na něj naprosto nefungovali a často byla práce s ním bojem o život. Obrátil se tedy o pomoc na Billa Dorrance, který ho odkázal na svého bratra Toma.

³² Tamtéž s. 39.

„Tom Dorrance byl člověk, který mi ukázal novou cestu. Hondo byl kůň, který mě donutil se po ní vydat.“³³

5.4.2.4 Pat Parelli

Narodil se roku 1954 nedaleko San Franciska v Livermore, v rančerské rodině. Pata Parelliho ovlivnili hlavně Henry Troy a později Tom Dorrance a Ray Hunt. Vypracoval tréninkový plán pro koně a lidi na základě přirozené komunikace: Parelli Natural Horse-Man-Ship. Při zacházení s koněm je nejlepší způsob komunikace zevnitř ven. To znamená, že žádná technika nenahradí náš vnitřní postoj. Chce dojít k tzv. SAVVY (porozumění a pochopení založené na dostatku zkušeností a vypěstovaném citu), k čemuž vypracoval studijní program. Na základě komunikace koní mezi sebou ve stádě sestavil Parelli systém Sedmi her. Vymyslel ho na základě určování dominance ve stádě. Pomocí těchto her má tedy člověk možnost stát se ve vztahu se svým koněm dominantním (alfa zvířetem), pro koně srozumitelnou cestou.

Stručně popíšu těchto Sedm základních her, protože v přípravě koně pro léčebné využití v hipoterapii se dají s úspěchem využívat. Vlastní hipoterapie je jen pasivní ze strany pacienta – ale v LPPJ už to jsou vlastní terapeutické lekce.

1. Přátelská hra - spočívá v dotýkání se koně na celém těle rukama a různými předměty (vodítko, bič,...). Přesvědčujeme tím koně, že nejsme nebezpeční a že nám může důvěřovat.
2. Dikobrazí hra - Na koně vyvíjíme tlak, např. prsty. Učíme ho tím uhýbat tlaku.
3. Řídící hra - Je vlastně dikobrazí hra bez fyzického kontaktu.
4. Jo Jo hra

³³ Tamtéž s. 52.

5. Vzdálení a přiblížení - Koně pohledem necháme zacouvat a pak ho k sobě přivoláme. Tato hra vypovídá také o našem vztahu s koněm. Jestli např. chce nebo nechce couvat, chce nebo nechce přijít, apod.
6. Posílání na kruh - Je rozdělena do tří částí: vyslání koně na kruh, uvolnění se a přivolání zpět. Pozor, tento postup rozhodně není lonžování.
7. Ustupování do strany - Učí koně laterálnímu pohybu do stran.
8. Stlačovací hra - Žádáme koně, aby prošel zúženým prostorem. Což je pro něj, jako pro zvíře klaustrofobické, problém.

6 Možnost aplikace přirozené komunikace s koněm (horsemanshipu) v LPPJ u dětí a mládeže s poruchami chování

V 4.3. Využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění (LPPJ) v léčbě dětí a mládeže s poruchami chování, jsem uvedla nejdůležitější možnosti, jak kůň může na člověka působit. Jsou to vlastně „výhody“, příležitosti, které kůň nabízí, „dává k využití“. Záleží, dle mého názoru, ve velké míře na terapeutovi, jak těchto schopností koně využije. Motivace, autorita, hranice, spolupráce, sebereflexe, přátelství, přenos do života, komunikace atd. – Jak těchto možností nejlépe využít? To vše může vznikat při čištění koně, ježdění, voltiži ...

Ale domnívám se, že pro účinnou terapii je důležitý vztah, vztah – kůň – klient – terapeut. Základem a počátkem pro vybudování tohoto trojdimenzionálního vztahu je většinou vztah mezi koněm a klientem. Kůň nejprve klienta zaujme, „vtáhne“ do terapie, motivuje... Potom se začíná budovat a upevňovat vztah s terapeutem. Pro vybudování dobrého vztahu je potřebná komunikace a porozumění, empatie. Kůň se těžko bude učit řeči lidí. Maximálně pár povelů (stůj, jdi ...). Toto však nelze přeci

nazývat opravdovou komunikací. Nezbývá, než se naučit řeči koní. Jak bylo popsáno v předešlé kapitole, kůň se vokálními zvuky projevuje jen velmi málo. Dobrá zpráva, člověk se tedy nemusí učit řehtat. Zato v komunikaci tělem, je kůň mistr. Zatímco lidé trénují od malinka komunikaci verbální, jejich čtyřnohý partner celý život zdokonaluje dorozumívání řeči těla. Nezbývá, než kromě angličtiny, němčiny začít s „konštinou“. Snad se tím i člověk vrací zpět ke své zanedbané, přesto základní formě dorozumívání.

7 Vlastní terapie s koněm

Nebudu zde popisovat techniky práce s koněm v kruhové ohradě, nebo jak s koněm přesně komunikovat, jak mluvit naším tělem, aby nám kůň rozuměl. Samozřejmě, pro tuto formu terapie je ovládnutí těchto dovedností a pochopení problematiky nutností, ale bohužel, není náplní této diplomové práce. Musela by být jinak možná desetkrát delší. Vysvětlím zde tedy jen některé prvky a techniky, které jsou nutné k pochopení problematiky, která je předmětem této práce.

Nejlépe by bylo, začínat každou terapeutickou hodinu úklidem stáje, vyvezením hnoje, zametením apod. Děti se tak učí, že kůň není stroj, že je to živý tvor, se svými potřebami a že není jenom zábava, ale také práce. Děti tak mají pohyb, učí se zodpovědnosti, o někoho pečovat, mezi sebou spolupracovat. Získávají i touto prací, zdánlivě s koněm nesouvisející k němu lepší vztah. Jak praví přísloví: „Práce šlechtí člověka.“

Pokud nemáme možnost nechat klienty nejprve pracovat, měli by alespoň koně vyčistit. Vždy, před každou hodinou. Tato aktivita není prováděna kvůli čistotě koně, zdaleka pro něj není tak důležitá, jako pro klienty. Ti se tím učí pravidelné činnosti, zodpovědnosti. Již tady vzniká vztah mezi klientem a zvířetem.

Po vyčištění, by měli klienti koně připravit, tzn. správně postrojít.

Terapeut by měl dbát na to, aby se klienti vždy s koněm pozdravili. Mohou ho oslovit, říct mu „Ahoj“, pohladit na přivítanou, nechat se koněm očichat. Toto je důležitý bod v terapii. Je to „slušnost“ ke koni, který chce vědět, s kým má co do činění a klient se učí „slušnému chování“. Učí se pozdravit, projevit se atd. U některých dětí je toto jedno z výjimečných slušných pozdraveních, které udělají rádi, bez donucení a s citem, na rozdíl například od pozdravů se spolužáky ve školce nebo ve třídě.

Už při čištění dochází ze strany koně ke korekci nevhodného chování. Například hyperaktivní děti se musí zklidnit, jinak by se kůň mohl začít plašit, nebo jen dát najevo nespokojenost ... Naopak úzkostné nebo do sebe stažené dítě je nuceno se otevřít, prosadit. Protože jinak na ně nebude kůň reagovat, například při požadavku na ustoupení, podání nohy apod.

V první hodině je třeba účastníky seznámit s pravidly organizace, s bezpečností, jak ke koni přistupovat, jak se k němu chovat. Děti a mládež s poruchami chování samozřejmě většinou neradi slyší o pravidlech, jejich dodržování. Na rozdíl od jiných, například školních pravidel a řádů, pravidla stáje, organizace přijímají lépe, protože většinou se terapie s koněm sami rádi účastní. A pokud jsou i přesto problémy v této oblasti, ještě je tu kůň. Než stokrát vysvětlovat, zásady bezpečnosti a chování u koně, nekřičet, zklidnit se, ... obvykle stačí nechat promluvit jeho samotného. On sám „řekne“ – dá najevo nelibost. A když upozornění nonverbální komunikací nezabere, mohou přijít na řadu zuby a opravdové štípnutí. I toto jednání není na škodu, spíše má výrazný výchovný efekt a terapeut by neměl koni bránit takto se projevit. Samozřejmě musí koně znát a vědět, že se na něj může spolehnout. Že „uličnickovi“ neukousne kus ruky. Ale každý by měl brát ohledy na druhého a vědět kde jsou hranice. Speciálně s tímto „fenomémem“ mají tito klienti problém. A proto neuškodí si někdy na vlastní kůži vyzkoušet, že každý má svůj osobní prostor a potřeby, které je radno respektovat.

Proto je důležité, jak jsem již zmiňovala, v přípravě koně pro hipoterehabilitaci, zachovat v něm jeho přirozenost a nevychovat z něj zvíře, které si nechá všechno líbit na úkor sebe sama.

Terapeut má také možnost při vysvětlování pravidel a jejich důvodů nechat klienty vyzkoušet si situaci při jejich nedodržení. To znamená určitou situaci uměle vyvolat. Například: Kůň se bojí určitého zvuku nebo předmětu. Terapeut rozdělí mládež do dvou skupin, jedna dělá rámus nebo mává předmětem, v koňských očích zdrojem nebezpečí. Druhá část má za úkol být u koně, který má strach a plaší se, třeba na něj i položit ruce. Zde prožívají strach se zvířetem, mají možnost vyzkoušet si jeho pocity „na vlastní kůži“. Tato situace je vede k lepšímu pochopení druhého, k empatii.

V úvodních hodinách terapie považují za důležité seznámit účastníky s koněm. Myslím teoreticky. S jeho chováním, potřebami, osobností. Tuto část považují za důležitou, ne jenom jako úvod, uvedení do problematiky nebo z bezpečnostních důvodů, ale pokud je dobře terapeutem prezentována, může být terapeuticky významná.

A mohu použít výroky průkopníků horsemanshipu:

Na otázku: „*Co vidíte v koni pane Dorrance?*“ *Tom odpovídal, jak bylo jeho zvykem velmi stroze: „Já vidím koně.“* *Nebo také: Pane Dorrance, co vám říká tento kůň, když se na vás podívá? Tom se usmál, zdvihl ramena a odpověděl: „Že je kůň.“*“³⁴

Nejsou právě tyto dvě stručné věty základem celé komunikace a přátelství s koněm? Pokud s ním chceme úspěšně komunikovat, musíme ho brát takového jaký je. Pokud se chci se svým koněm domluvit, nemůžu z něj dělat něco, co vůbec není. Např. nemůžu od něj očekávat inteligenci a chápání jako má člověk. Nějaké „zbožšťování a klanění“ by se s největší pravděpodobností zrovna tak míjelo účinkem. Arogantním, povýšeným přístupem se nejspíše také nedopracuji ke

³⁴ Tamtéž s. 37.

spolupracujícím, ochotnému koni. Myslím, že zde se člověk učí přístupu nejen ke koním, ale ke všem živým tvorům. I k lidem. Jak často vznikají mezi lidmi nedorozumění, až nenávist, vycházející většinou z nepochopení. Očekávám od druhého víc, než je schopen nebo ho naopak podceňuji. Nechápu nebo se nesnažím pochopit jeho situaci a to, proč právě tak reaguje. Indiánské přísloví praví: „Nesud' člověka, dokud neujdeš alespoň jednu míli v jeho botách.“

Ještě jedna myšlenka, tentokrát od Raye Hunta: „*Nechtějte po koni příliš těžké věci, nebuďte arogantní. Dovolte koni, aby myslel po svém. Na to je třeba disciplína a možná pro vás to bude to nejtěžší.*“³⁵

Ano, dovolte koni, každému živému tvorů, člověku, aby se choval po svém, tak jak chce. Nemanipulujte a „netlačte“ jiné, když třeba v dobré vůli, tam, kam nechtějí. Jak můžete vědět, co je pro druhé nejlepší? Oni sami jsou zodpovědní za svůj život.

7.1 Kruhová ohrada

Do kruhu ohraničený prostor o průměru 16 – 20 metrů. Slouží k lepší komunikaci s koněm. Výborná pomůcka, usnadňuje navázání komunikace s koněm a její rozvíjení. Dopřává koni svobodu (je otázka do jaké míry), umožňuje práci s ním bez vodítka, ohlávky, bez jakýchkoli pomůcek. A zároveň zajišťuje, že nám kůň neuteče na kilometry daleko. Má možnost utéct, brzy však zjistí, že kroužením kolem objektu, s kterým nechce nic mít, se jenom unavuje a stejně se od něj nevzdálí. Je tedy po krátké době nucen začít vyjednávat. Skvělá šance pro člověka, už záleží jen na něm, jak jí dokáže využít, jak se dokáže prezentovat.

„*Stálé poznání, že kontrola nad koněm nevyžaduje zvláštní vybavení či výstroj, jen vaši mysl, udělá pro vybudování vztahu nejvíce. Právě v kruhovce začnete nejvíc vnímat to, že vztah koně a člověka je oboustranná dohoda.*“³⁶

³⁵ Tamtéž s. 64.

³⁶ BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdeckví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. str. 58.

7.1.1 Hra na obě oči

Člověk (klient) přivede koně do kruhové ohrady a pustí ho. Kůň má zde většinou nepřeborné množství zájmů a potřeby prozkoumávat všechno jiné, než člověka. Klient uvede koně do pohybu a v pohybu ho také udržuje, dokud kůň nezačne dvounohého tvora brát na vědomí a nenabídne spolupráci, vyjednávání. Člověk tedy koně od sebe odežene a udržuje v pohybu. A pak v klidu čeká, až se kůň rozhodne sám a bez donucení navázat komunikaci, tzn. podívá se na něj oběma očima. Čímž říká: „Dobrá, zkusíme to spolu...“ V tu chvíli pozve koně k sobě, začne ustupovat směrem od koně. „V ten okamžik se vy i váš kůň stáváte „jedním“. Čím více se vy vzdalujete, tím více se on přibližuje. Říká se tomu „napojení“ a přináší to fantastický pocit. Jako by mezi vámi byla neviditelná nit, na níž koně vedete a kterou nelze přerušit.“³⁷

Kůň poté člověka následuje. To znamená, že kamkoli se v tu chvíli vydáte, kůň jde dobrovolně za vámi.

Ke správnému provedení je potřeba v pravý okamžik „použít“ správné množství energie (patříčné množství ke koni vyslat) abych ho vyslala na kruh a potom energii „vypustit“ a tím mu dát najevo: „Můžeš přijít.“ Kůň tím člověka nutí naučit se zacházet se svou energií, je nucen „mluvit tělem“.

Na rozdíl od psa a jiných zvířat se kůň „nevtírá“. Nevnučuje se. Normálnímu koni je člověk jedno, (pokud se mu přímo nevyhýbá). Člověk si musí koně získat. Což stojí často nemalou námahu a neustálé zkoušení nových způsobů.

Toto napojení je základ – základ a začátek komunikace. Skvělá příležitost pro navázání vztahu, který potom můžeme rozvíjet.

³⁷ cit. BRANNAMAN, B. REYNOLDS, W. *Za hlasem ztracených koní. Životní příběh jednoho z nejznámějších amerických horsemanů.* Jindřichův Hradec: Harmony, 2007. ISBN 978-80-903484-3-1. str. 78.

Bill Dorrance říká: „*Problém, který je u lidí nejčastější, je, že se domnívají, že mohou se svým koněm začít pracovat na daleko vyšší úrovni, než na jaké se v současné době nachází a přeskočí některé opravdu důležité věci. Tak, aby dosáhli lepších výsledků, je třeba se vrátit hodně zpátky, než kde původně začínali.*“³⁸
Výborný trénink trpělivosti.

Snad všichni velikáni horsemanshipu se shodují na tom, že jedna z nejdůležitějších věcí je cit. Umět se vcítit do koně, jeho potřeb, jeho pocitů. Domnívám se, že pokud se člověk učí s koněm učit empatii, používá potom toto „umění“ i v běžném životě mezi lidmi.

- pro děti a mládež je toto napojení velký emocionální zážitek
- je velkou motivací k dalším návštěvám terapie
- může být jedním z mála prožitků takového „souznění“ s někým
- hyperaktivní, neklidné, agresivní děti jsou nuceni se zklidnit, nasměrovat energii správným směrem, soustředit se
- uzavřené, tiché, úzkostné a vystrašené děti jsou nuceni se otevřít, prosadit se, zviditelnit. Jinak jsou koněm ignorovány nebo na jejich „povely“ reaguje jen slabě.

Klient dostává od koně ihned zpětnou vazbu, protože kůň reaguje okamžitě na jeho chování.

7.1.2 Změna směru

- v kruhové ohradě
- změna směru koně vně kruhu – kůň se točí zadní částí těla k člověku

³⁸ BOŘÁNEK, V. KRÝSOVÁ, B. *Zařikávači koní*. Harmony, 2006. ISBN 80-903484-2-4. s. 42.

- změna směru dovnitř kruhu – kůň se točí přední částí těla k člověku

Člověk je nucen lépe vnímat svoje tělo, učit se jím mluvit. Dostává totiž od koně okamžitou reakci. Pasivní stání v ohradě a věta: „Změň směr!“ nemá nejmenší výsledek. Člověk s koněm komunikuje mlčky, opravdu jen na základě pohybů a postavení vlastního těla. Kůň reaguje na minimální signály, dokonce čím jemnější, tím lepší.

„Koně komunikují mezi sebou pomocí řeči těla, svého výrazu, postavení uší, výrazu očí, náznaky pohybu a podobně. Díky tomu se snaží stejným způsobem číst i ve svém dvounohém kolegovi. A daří se jim to. Člověk ve své nadutosti, nadřazenosti a pýše, v domněnku, že jeho řeč je dokonalá, zapomíná na jedno. Složitější lidský jazyk se vyvíjel možná dvacet tisíc let. Dorozumívání uprostřed stáda trénují ti uličníci přes padesát milionů let. Díky svým schopnostem komunikovat přežil kůň na pláních celého světa.“³⁹

- pracujeme s koněm bez ohlávky, bez ničeho
- znamená to pro klienty silné emocionální prožitky. Holý kůň bez ničeho, reaguje pouze na signály jejich těla.
- Jedná se o jakousi „rovnocennou“ komunikaci, kdy je koni ponechána svoboda, vlastně člověk nemá nic, čím by koně mohl ovládat, žádné vodítko, ohlávku ... musí se jen snažit koně „nezklamat“ a udržovat jemné pouto mezi nimi. Zároveň na sebe klienti berou zodpovědnost za své chování. Což je v případě dětí a mládeže s poruchami chování důležitý prvek v terapii. Tuto zodpovědnost totiž většinou nepocítují. Většinou jsou „ze všech stran“ hlídáni a slyší jen: „Nesmíš, musíš...“ Nepříjemné, ale na druhou stranu pohodlné...

³⁹ BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdeckví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s.

Ale tady, v kruhové ohradě, jen já a kůň. A všechno závisí na mém jednání.
Jak se já zachovám, takový pak bude výsledek ...

7.1.3 Osobní prostor

Aniž si to uvědomujeme, při komunikaci s další osobou udržujeme podvědomě tělesný odstup, který je závislý na vzájemném vztahu. Mluvíme o takzvaném osobním prostoru. Každý z nás má svůj osobní prostor. Cítíme-li se s někým dobře, náš obranný osobní prostor se zmenšuje. Naopak ke zvětšení osobního prostoru dochází při kontaktu s osobami nám nepříjemných. Překračováním hranic osobního prostoru vnikáme do cizího soukromého území, což může mít za následek vyvolání obranných reakcí. Proto bychom tyto hranice neměli u nikoho překračovat. Dodržování tohoto prostoru je známkou respektu. Osobní prostor je také prostorem či místem, které jedinec považuje za součást svého těla. Našemu tělu nejbližší zóna se nazývá zónou intimní. Vstup cizího člověka do osobního prostoru můžeme tolerovat, ale narušení intimního prostoru cizím člověkem je příčinou fyziologických změn v našem těle. Srdce začne tlouci rychleji, hladina adrenalinu v krvi se zvyšuje, do mozku proudí více krve a svaly se připravují na možný útok nebo útěk.

Velikost osobního prostoru může být různá, odvislá na tom v jak hustě zalidněných místech a v jakých kulturních podmínkách daný jedinec vyrůstal. Stejně jako lidé i zvířata mají své osobní prostory. U zvířat žijících ve stádech si pak můžeme často všimnout konfliktů, vyvolaných právě překračováním osobních prostorů.

Jak jsem již popisovala výše, člověk a kůň, i přes své nemalé odlišnosti, jsou sociálně žijící tvorové. V tomto se velmi podobají. Sociální vztahy a život ve společenství jsou jedny z nejdůležitějších vlastností, které, jak pro člověka, tak i koně, znamenají bezpečí a jistotu. Harmonický život ve společnosti je základem pro zdravý vývoj jedince. Soužití v takovém společenství však právě proto, také vyžaduje

dodržování určitých pravidel.

Co tedy znamená osobní prostor u koní? Jak této vlastnosti využíváme při komunikaci s koněm, při jeho výcviku? Jaký dopad má v terapii?

7.1.4 Hranice osobního prostoru

Jelikož každý jedinec je jinak vnímavý a citlivý, vnímá proto rozdílně svou i cizí hranici osobního prostoru. Často je nutné, z důvodu vlastního pocitového komfortu, tuto hranici jasně označit, aby mohla být okolím respektována. Ten jedinec, který svému okolí nedává najevo, kde jsou jeho hranice, se vystavuje nebezpečí, že ho okolí bude považovat za spokojeného, i když tomu tak nebude, což může vést až k psychickým poruchám.

7.1.5 Osobní prostor koně

Ve stádě koní jsou pravidla o dodržování osobního prostoru podobná jako u lidí. U každého se velikost prostoru trochu liší a její porušení se trestá. Koně, stejně jako lidé mezi sebou rozlišují, koho si "pustí blíž k tělu". Nesmíme zapomínat, že koním používaným v terapii je velice často narušován jejich osobní prostor klienty. Je rozdíl, jestli do osobního prostoru koně vstupuje „jeho člověk“ nebo „člověk cizí“. Proto musíme obzvláště dbát na jejich psychické zdraví.

Hříbata mají nejmenší osobní prostor, naopak hřebci si udržují odstup největší. Terapeut musí mít toto chování koní neustále na zřeteli, zvláště při zajištění bezpečnosti ve skupinové terapii, kde pracuje více koní najednou. Aby se vyvaroval rizika úrazu spojeného s vnikáním za hranice osobního prostoru koní, musí zamezit možnost blízkého kontaktu koní, kteří se „nemají rádi“.

7.1.6 Osobní prostor ve výcviku koně

V rámci komunikace a vyjasnění pozic v hierarchii mezi člověkem a koněm, hraje osobní prostor důležitou, lépe řečeno zásadní roli. Ve stádě totiž dominantnější kůň může vstoupit do prostoru podřízeného zvířete ale níže postavený jedinec se může přiblížit pouze se svolením nadřazeného. Člověk si tedy za každých okolností musí uhájit svůj osobní prostor. Tím dává najevo koni své postavení, zajišťuje si jeho respekt a zároveň se stává pro koně zdrojem bezpečí.

„Sebejisté vkročení do osobního prostoru koně je psychickou výhodou lidského subjektu. Ten by se měl přibližovat k tomuto zvířeti pomalu, avšak současně sebevědomě, při souběžném tichém, avšak rozhodném/pevném hlasovém projevu oslovujícím toto zvíře. Následovat by měl lehký dotek krku. Tímto způsobem/postupem lze docílit respekt i u dominantního nebo příliš sebevědomého koně. Zmíněný postup se však nedoporučuje lidem s malou nebo žádnou zkušeností s těmito zvířaty.⁴⁰

Znamená to tedy, že pokud koni sama nedovolím vstoupit do mé osobní zóny, on sám si to nesmí dovolit. Mohu mu tyto pravidla vysvětlit tím způsobem, že ho požádám, aby se ode mě vzdálil do vzdálenosti, která je mně příjemná. Pokud se kůň ke mně opět začne přibližovat, musím ho opravit. A to razantně dokonce i tvrdě. *„Tato situace je jediné místo ve výcviku koně, kde musíte být agresivní, pokud je nutné koně co nejrychleji zatlačit zpět. Koně to dokonce očekávají a vědí, že pokud neuposlechnou, máte právo je zabít.⁴¹*

Tato až možná velmi tvrdé jednání má však své důvody. Člověk se tímto jednáním totiž stává pro koně čitelným, protože se chová jako člen jeho stáda. Kůň tím tedy nabývá pocitu jistoty a bezpečí, protože jedná s „Někým“.

⁴⁰ DURUTTYA, M. *Velká etologie koní*. 2. přeprac. a rozšíř. vyd. Košice-Praha: Hipo–dur, 2005. ISBN 80-239-5088-6. str. 262.

⁴¹ BOŘÁNEK, V. *Horsemanship. Přirozené jezdeckví*. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s. 44.

7.1.7 Osobní prostor v terapii dětí a mládeže

V terapii se můžeme setkat se dvěma typy dětí a mládeže. Jedni, kteří nerespektují osobní zónu druhého a druzí, kteří jsou submisivní, neumí se prosadit a nechávají ostatní jejich zónu narušit.

7.1.7.1 Uzavřený, submisivní klient

- Klient, který je uzavřený, je koněm nucen otevřít se. Jinak na něj kůň nereaguje, nevšímá si ho, může ho přehlížet nebo drze vstupovat do jeho osobního prostoru. Klient toto jednání samozřejmě vnímá a cítí co to znamená.
- Terapeut zde musí být opatrný a musí dávat pozor. Pro takového klienta zůstat s koněm o samotě nebo bez pomoci může být dosti stresující. Klient většinou vycítí ze strany koně narušování osobního prostoru, ignoraci. Kůň se na něj může nepříjemně tlačit, odstrčit (např. šťouchnout nosem). Výsledkem může být, že se spíše ještě více uzavře do sebe.
- Nebo, výsledkem tohoto „upozornění“ čtyřnohého učitele může být, že si klient tento svůj stav uvědomí. A pak se může rozhodnout na sobě pracovat. V terapii i sám. Bez vědomosti těžko něco měnit. Kůň má tu výsadu, že nedostatky na klientovi jím řečené, jsou většinou dobře přijímány.
- Protože však většinou klienti mají zájem o koně, o vybudování vztahu k němu, sami chtějí na sobě pracovat. Důležité je zde vedení terapeuta. Kůň mu zde nabízí příležitost k rozhovoru s klientem, v rámci vysvětlení a odůvodnění „pravidel“ probíraného cviku. V tomto případě může účastník terapie zkušenosti z hodiny „přenést“ do normálního života.
- Co je dobré vysvětlit (o čem je dobré s klientem mluvit):

- Každý člověk, i zvíře, kůň, je osobnost se stejným právem na život, na vlastní názor, jako ostatní.
- Všichni jsou si rovni
- Když chci, aby si mě vážili druzí, musím si vážit sám sebe
- Neměl bych se bát vyjádřit svůj názor, i když se setkám s nepochopením. Nemůžu se zalíbit všem.
- Pokud po koni něco chci, musím se prosadit, musím se chovat jasně a čitelně pro něj
- Jenom po dobrém to nejde. Ani s koněm, ani s lidmi. Když budu jenom milý, nestanovím žádné hranice, bude mě kůň vnímat, jako toho, kdo ho například jen krmí, čistí, atd.; když po něm budu něco chtít, budu ho tím jen otravovat.
- Pro tyto klienty vybere terapeut komunikativního, jemného (kůň reaguje na jemné povely a signály), ochotného koně, který se k těmto klientům bude chovat opatrně a dodá jim odvahy. Terapie by měla děti a mladé lidi povzbudit, vyprovokovat je k akci. Tato skupina klientů by tedy neměla začít pracovat s koněm, který je, z důvodu jejich slabého nebo žádného sebeprosazení a neschopnosti uhájít si vlastní osobní prostor, bude ignorovat. Sebral by jim tímto chováním poslední zbytky odvahy a odhodlání.

7.1.7.2 Klient nerespektující osobní prostor

Kůň dá najevo, že se mu něco nelíbí. Když někdo překračuje příliš jeho osobní zónu, reaguje ustoupením, sklopením uší, a dalšími známkami nejistoty.

- Terapeut musí klientovi výraz a chování koně vysvětlit, objasnit, co zrovna kůň říká a proč.
- Dítě se může třeba chtít s koněm pomazlit. Čtyřnohému kamarádovi se to zrovna nebude zamlouvat. Nebo se mu nemusí líbit způsob (např. nemusí

mít rád hlazení po hlavě). Klient se tak učí, že ne všechny jeho potřeby budou naplněny, že musí brát ohledy na druhé, respektovat je.

- Vhodný kůň pro tyto klienty bude takový, který si nenechá vše líbit a umí dát jasně a důrazně najevo své potřeby.

7.1.7.3 Klienti příliš dominantní, agresivní

Všeho s mírou. Přílišné prosazování sebe sama, svých požadavků, potřeb, bere druhému svobodu, omezuje a znepříjemňuje mu život.

- Na omezování svobody jsou koně velice citliví, i na relativně malý kousek odebrané svobody reagují negativně. Většinou, když něco nefunguje, měl by člověk koni darovat více svobody. A výsledek se poté většinou dostaví. Bohužel, člověk, snad ve své přirozenosti „predátora“ reaguje přesně naopak. Omezí koně ještě víc. Čím více se situace zhoršuje, čím více se kůň brání, tím více člověk „přitahuje uzdu“.
- *„Nejvíce problémů, které člověk s koňmi má, začínají právě v tomto každodenním zacházení. Pokud chcete začít pracovat v harmonii se svým koněm, musíte svůj další život s ním založit na vzájemném respektu a důvěře. Brát ohled na to, jak se kůň dívá na otázky bezpečí a důvěry.“⁴²*
- Tento fakt je výborným tréninkem empatie, pochopení, trpělivosti. Člověk by se měl zamýšlet nad svým jednáním, jak toto jednání vnímá kůň, co pro něj znamená. Učí se dívat na problém z více stran, jinýma očima.
- V případě těchto klientů kůň např. nechce přijít blíž ke klientovi, odmítá komunikovat, má přehnaný respekt a začíná se vytrácet důvěra atd.
- Svoboda by měla být zachována v každém vztahu.
- V tomto případě volíme dominantního koně. Který umí dát jasně najevo

⁴² BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdectví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s. 41.

hranice.

Prosazení sebe sama a uhájení vlastního prostoru je základní prvek potřebný pro zdravou interakci mezi lidmi i zvířaty. Hraje důležitou roli nejen pro konkrétního člověka, který si hájí svůj vlastní prostor, ale i pro ostatní lidi, se kterými se setkává.

Kůň je konstantní osobnost. Nepodléhá tolik změnám nálad jako člověk. Umí sám stanovit své vlastní hranice ale zároveň, pokud se člověk nedokáže v kontaktu s ním prosadit, dokáže zneužít situace a on bude narušovatel osobního prostoru člověka.

Využitím koně v terapii tedy můžeme regulovat chování klientů jak agresivních, tak submisivních.

7.2 Přátelská hra

V přátelské hře se snaží člověk - predátor přesvědčit koně - kořist o tom, že mu neublíží, že mu v jeho blízkosti nic nehrozí, že je u něj v bezpečí. Přátelskou hrou buduje člověk vzájemnou důvěru s koněm. „*Smyslem je vysvětlit koni, že může zůstat v klidu vedle vás stát a nic se mu nestane.*“⁴³

Patt Parelli se o této formě komunikace s koněm vyjádřil slovy: „*Jedná se o jediný cvik, kdy na rozdíl od ostatních cviků uvádíme koně do klidu.*“⁴⁴

Nejen že můžeme toto cvičení úspěšně využívat v terapii, ale má důležité místo i ve výcviku koně, obzvláště ve výcviku koně pro terapii. Učíme tím koně zvykat si na předměty, ze kterých by měl za normálních okolností strach, jako například plachta, igelitový sáček, ... Nesmíme zapomínat, že kůň je plachý tvor a že jako lovné

⁴³ V. Horsemanship. Přirozené jezdectví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s. 47.

⁴⁴ BOŘÁNEK, V. Horsemanship. Přirozené jezdectví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s. 47.

zvíře se bojí. Může se vyděsit například chvějícího se papírku, který je pro člověka (lovce) naprosto banální záležitostí.

Přátelská hra tedy zaujímá důležité místo i z pohledu na bezpečnost práce při práci s koněm, který již bude zvyklý na předměty, z kterých měl strach. Zároveň, pokud se během terapie vyskytne nějaké nebezpečí, kůň nejprve zjišťuje, jak se zachová jeho dvounohý partner a pokud ten zůstává v klidu, nemá se ani on čeho bát.

7.2.1 Provedení

Během výcviku je třeba koně seznamovat s různými předměty. Používáme předměty, kterých se kůň bojí – např. plachta, igelitový sáček atd. Hra spočívá v tom, že na koně vyvinu nátlak, právě s tím předmětem, ze kterého má strach. Kůň se snaží zdroji nebezpečí vyhnout. Uhýbá tedy, nebo se snaží utéci. Naším úkolem je koni vysvětlit, že mu v naší přítomnosti nic nehrozí, že je to místo bezpečí. V praxi to vypadá tak, že se k němu s obávaným předmětem přiblížím, dotýkám se jím jeho těla, třepu s ním, ... Kůň se snaží předmětu vzdálit, uhýbá, snaží se odejít, jednoduše zkouší různé možnosti jak se nepříjemnosti zbavit. Po nějaké chvíli však zůstane v klidu. V tomto nejdůležitějším momentu musím okamžitě přestat předmětem na koně působit. Tehdy kůň zjistí, že jakmile zůstane v klidu, nepříjemná věc skončí.

Tímto cvičením se kůň učí v nepohodlných situacích, kdy by za normálních okolností volil útěk, zůstat v klidu. Tento vzorec chování má význam vzhledem k bezpečnosti člověka, obzvláště je tedy oceňován v hiporehabilitaci.

7.2.2 Využití v terapii

- Při přátelské hře se prohlubuje vztah koně s klientem a vzájemná důvěra.
- Klient se učí o někoho pečovat. Koně hladí, drbe apod.

- Dále se učí vnímat a porozumět signálům koně, naslouchat, co mu kůň sděluje. Co je mu příjemné, co není, čeho se bojí ... Brát na něj ohled.
- Musí vnímat, co kůň cítí. A sám se snaží odhadnout situaci, odhadnout co koník ještě zvládne a co již ne. Terapeut zde může dětem vysvětlit, že je potřeba dívat se na věci také z pohledu toho druhého. Že například jim se může zdát některá věc naprosto jednoduchá, zatím co ten druhý z ní může mít strach. Nemohou ho za to odsuzovat. Mohou mu pomoci, ale hlavně by mu měli nechat svobodnou vůli. Třeba koník, nebo kamarád ve škole potřebuje jen více času na pochopení. Děti sami zjistí, že pokud koni něco příliš vnucují, setkají se s jeho odporem. Naopak, pokud mu dopřejí více času a jednají s ním trpělivě, kůň se stává vstřícnějším.
- Sami se učí někomu jinému dodat odvahy, doprovázet druhého.
- Zjistí, že po dobrém dosáhnou v jednání s koněm, ale i s ostatními lidmi mnohem více než nějakými donucovacími prostředky.
- Děti se učí vymýšlet možné způsoby, jak koni ukázat, že se nemusí bát a že může zůstat v klidu.
- Touto formou komunikace s koněm podporujeme v dětech a mládeži tvořivost a vynalézavost.
- Přináší radost a silné kladné emoční prožitky pro klienty, když se koni podaří překonat překážku na základě důvěry ve svého dvounohého partnera.

Přátelská hra má velkou výhodu. Můžeme ji, narozdíl od jiných cviků hrát hodiny. Děti a mládež s poruchami chování zde dostávají příležitost prohloubit vztah se zvířetem, učit se empatii, pochopení, snažit se druhému porozumět. Domnívám se, že tyto zkušenosti si „přenesou“ do běžného života. Učí se zde vnímat druhého v jeho jedinečnosti a individualitě. Každého s vlastními specifickými potřebami.

Domnívám se, že prožitek přátelství a určitého souznění, který je často pro tuto

skupinu klientů výjimečný, je nejenom nezapomenutelným zážitkem, ale má kladný vliv i na chování klientů v běžném životě.

7.3 Vyslání koně např. na kruh

Vyslání koně - někam - je název používaný pro cvik, při kterém koni člověk ukáže směr, kam se má vydat, případně mu určí rychlost pohybu. Znamená to tedy, že kůň nenásleduje člověka, ale jde sám určeným směrem. Tento cvik má nezastupitelné místo ve výcviku koně. Václav Bořánek ve své knížce *Horsemanship*. Přirozené jezdectví dokonce tvrdí, že je to nejdůležitější cvik vůbec. „*Ve chvíli, kdy začnete kontrolovat ze země, co dělá kůň se svými nohama, dostanete ho pod kontrolu i v okamžiku, kdy mu vylezete na záda.*“⁴⁵

Dobré zvládnutí tohoto cviku je velice důležité pro přípravu každého koně, koně pro hiporehabilitaci nevyjímaje. Pojdme se podívat, jak může používání těchto zdánlivě jednoduchých a nedůležitých úkonů působit na klienty v terapii. Obzvláště na klienty, kteří mají problémy se zodpovědností, důsledností, důvěrou atd.

7.3.1 Provedení

Pokud chce člověk koni sdělit, kam se má vydat, nejprve se musí tím směrem podívat, pak ukázat rukou směr. Druhá ruka mezitím vyvíjí tlak na předek koně (například točením provazu směrem ke krku koně). Tomuto cviku kůň velice dobře rozumí, pokud je správně proveden. Člověk musí řečí svého těla dát koni srozumitelné a jasné signály. Hraje zde roli jeho pohled, poloha rukou, energie, kterou ke koni vysílá, natočení pánve, ramenou ad.

⁴⁵ ⁴⁵ BOŘÁNEK, V. *Horsemanship*. Přirozené jezdectví. Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7. s. 50.

7.3.2 Využití v terapii

Není nutné zde vysvětlovat jak přesně má správné vyslání koně vypadat, co přesně by měl člověk udělat. Pouze naznačuji, že kůň vnímá velice dobře a pozorně i jemné náznaky našeho těla a reaguje na ně. Musíme být tedy obezřetní na to, co ukazujeme naším tělem a být jasní a pro koně srozumitelní. Člověk musí své tělo začít lépe vnímat. Jedná se tedy o výborné cvičení pro člověka v řeči svého vlastního těla.

Klient tedy požádá koně, aby se vydal určitým směrem. Jakmile kůň uposlechně, už by si ho klient dále neměl všímat. Dodržovat směr a rychlost je totiž zodpovědnost koně.

Na této úloze má terapeut možnost vysvětlit dětem a mládeži co je to zodpovědnost, jak je možné ji vybudovat a naopak jak ji ztratit. Kůň je totiž v přehazování odpovědnosti na člověka neuvěřitelně zručný. Velice rychle a snadno přesune kontrolu nad svým pohybem na člověka. Ten se nechá vtáhnout do „jeho hry“, ani netuší jak rychle. Potom místo toho, aby člověk určil koni směr a rychlost a nemusel si dál svého čtyřnohého svěřence všímat, kontroluje každý jeho krok. Nebudu zde popisovat, jak by měl výcvik koně vypadat a jak mu vysvětlit, co po něm požadují, jak mu přenechat zodpovědnost. Vůbec to není složitá záležitost, až je s podivem, kolik jezdců a koní má v této oblasti problémy. Jde jen o to, umět požadavky koni dobře a srozumitelně vysvětlit a být v nich důsledný. Terapeut v těchto věcech musí mít jasno a svěřencům tyto metody výcviku a komunikace vysvětlí a naučí je. Já se však v této práci omezím pouze na popis možností terapeutického působení na klienta v rámci tohoto cviku.

Terapeut by měl dětem vysvětlit, co znamená nechat odpovědnost a svobodu, co znamená zadat úkol, ale nekontrolovat způsob provedení. Může k tomu použít hru: Rozdělí děti do dvojic. Úkolem je, dostat se z bodu A do bodu B. Jednomu z dvojice

terapeut sdělí náplň práce. Musí svého kolegu dovést z bodu A do bodu B. Úkol může provést pouze posouváním kamarádových nohou. Může přímo jeho nohy posouvat, nebo říkat: „Levá noha dopředu, trochu doleva, položit...“ Poté jsou děti vyzvány, aby svému kolegovi ze skupiny, který opět nic netuší co se bude dít, jenom úplně jednoduše řekly: „Prosím tě, můžeš dojít tam?“ A počkat, až kolega přejde do bodu B. Potom si všichni dohromady s terapeutem sdělí zážitky ze hry. Jaký způsob jednání jim byl příjemnější, který byl efektivnější, atd.

Hra je pro děti zábavná, často komická a je dobrou příležitostí k rozhovoru s terapeutem. Děti potom mohou to samé vyzkoušet s koněm. Postaví ho do bodu A a pouze posouváním jeho nohou se ho budou snažit přemístit do bodu B. V druhé části koně jednoduše vyšlou z bodu A do bodu B. Potom si všichni sednou do kruhu a povídají si, jak se asi kůň cítil, co mu bylo příjemnější, co bylo příjemnější dětem, jak jednají oni v běžném životě, jestli mají potřebu jiné vodit „za ručičku“ nebo jestli druhým důvěřují, že to co dělají dokáží sami, bez kontroly a dohledu někoho druhého. Co je jednodušší, nechat se někým vést, nebo spoléhat se na sebe. Kým jsou ochotni nechat se vést a v jakých případech. Jak s nimi jednají jiní lidé, rodiče, kamarádi, učitelé atd. Co je manipulace, důvěra, komu věří apod.

Cvik vyslání koně někam můžeme s dětmi provádět buď na vodítku, nebo bez vodítka, v kruhové ohradě, hale, nebo v nějakém uzavřeném prostoru. Cvik prováděný bez vodítka je pro děti hlubším emocionální zážitkem. Zde spolupráce koně závisí opravdu na jeho svobodném rozhodnutí a člověk mnohem více vnímá potřebu nechat koni svobodu a komunikovat s ním co nejjemněji. V opačném případě kůň přestane spolupracovat, člověka ignoruje nebo odejde. Člověk nemá žádnou pomůcku (vodítko), kterou by ho donutil zůstat.

Vyslání koně na kruh a komunikace s ním pouze vlastním tělem, svým postojem a pohyby. Ovládat koně pouze tímto způsobem, kdy přimějete koně zmenšit kruh, zvětšit, zrychlit, zpomalit, zastavit, otočit se apod. a to vše jen pohledem, postavením ramene, pánve, celého těla ad. To je opravdu pro klienty velký zážitek,

který je zároveň vede k citlivějšímu vnímání vlastního těla, a lepšímu „zacházení“ s ním,. Toto cvičení vede ke zjištění, že ne vždy je síla a donucování nejlepší cestou ke komunikaci. A že komunikace je vzájemná dohoda.

Zároveň se učí, že je potřeba být v jednání s koněm (také s lidmi) pevný a důsledný. Kůň speciálně je mistr na upozornění v nedůslednosti jeho dvounohého partnera. Všechny přehlížené a nedůsledně vyřešené situace se vám v budoucnu promítnou zpět, nejčastěji ve formě neposlušnosti.

Tento cvik má nepřehledné množství možností, kam koně vyslat, jakou rychlostí, které překážky s ním překonat apod.

Mohlo by se zdát, že člověk, klient je v tomto případě pasivní, že pouze ukáže směr a pak nemusí nic. Tak tomu však není. Klient musí korigovat svou energii, hlídat si postavení, signály, působení vlastního těla. Pokud po koni něco vyžaduje, v tomto případě žádá koně, aby se začal hýbat určitým směrem, musí k němu vyslat určité množství energie, působit na koně správnou mírou tlaku. Děti nebo mládež mohou perfektně ukazovat směr, se správnou polohou rukou, správně natočeným tělem, ale pokud nebudou mít správný vnitřní postoj, nedají koni dostatečně svou autoritou najevo, že to myslí vážně, výsledek se nedostaví. Uzavřené a submisivní děti jsou tedy nuceny prosadit se. Naopak při sebelepší řeči těla, ale přílišným psychickým nátlakem, nervozitou, nekompromisní dominancí nebo až agresí, opět výsledku nebude dosaženo. Kůň odmítne v tomto případě s „násilníkem“ komunikovat a odejde, pokud přímo neuteče.

Máme několik možností, jak můžeme koně vyslat na kruh, nebo určitým směrem. Záleží na schopnostech klienta, míry vztahu s koněm a čeho chceme v terapii dosáhnout. Cvik můžeme provádět na vodítku, v kruhové ohradě, nebo úplně ve volnosti (bez vodítka, v ohraničeném, ale velkém prostoru nebo v úplně otevřeném prostoru). Největší emocionální význam má samozřejmě komunikace ve volnosti. Koni je tím ponechána velká část svobody, a svobodného rozhodnutí, zda chce

s člověkem zůstat, či ne. Současně jsou kladeny velké požadavky na klienta. Ten se již musí u koně umět dobře prosadit, zároveň musí mít jeho důvěru a dobře ovládat komunikaci s ním. Komunikace mezi nimi se zjemňuje, uskutečňuje se na základě čím dál jemnějších signálů. Člověk si mnohem více uvědomuje závislost na svobodném rozhodnutí koně a důležitost vzájemné komunikace.

Kůň je ochoten spolupracovat, pozorně na člověka reagovat, naslouchat mu, splnit jeho požadavky, pokud jsou mu dobře, zřetelně a s citem vysvětleny. Na druhou stranu nedá nic zadarmo a každá lidská chyba v komunikaci se projeví. Je mnoho možností, jak těchto jeho vlastností využít. Těmito otázkami se právě zabývá terapeut.. Který by měl znát vlastnosti svého koně, problém, který je třeba s klienty řešit a vše „skloubit“ dohromady tak, aby výsledek byl co nejefektivnější. Zde se ukáže jeho osobnost, kreativita, schopnost empatie, znalost svých klientů a koní. A neméně důležitá je i připravenost koní

Je třeba vždy vybrat vhodné koně pro určitý typ klientů. Submisivní a uzavření klienti, týrané, vystrašené a zneužívané děti potřebují klidného, ale zároveň jemného a komunikativního koně. Potřebujeme jim dodat odvahy, a proto je důležité aby byl kůň pozorný a snažil se dětem co nejvíce vyhovět.

Příliš sebevědomým až agresivním klientům bude vybrán dominantnější kůň, který si nenechá vše líbit a nebojí se i důrazněji korigovat nevhodné chování klientů.

Doporučuji, v rámci možností provádět terapii i s rodiči. Často nevhodné chování má příčiny v rodinné výchově. Právě v důslednosti a v důvěře ke svým dětem rodiče často chybují. Pomocí řeči koně, lze odhalit mnoho lidských nedokonalostí a poukázat na skryté příčiny problémů klientů.. A často mluví sám kůň ... Protože většinou způsob jednání s lidmi (důsledné, důvěřivé, dominantní), člověk používá i s koněm.- ukaž mi svého koně a já ti řeknu, jaký jsi.

„Ukaž mi svého koně a já ti řeknu kdo jsi!“⁴⁶ Takto nazval Klaus Ferdinand Hempfling kapitolu ve své knize *Poznej svého koně*, kde tvrdí, že určitý typ člověka si vybere vždy určitý typ koně. Neomezuje se pouze na vztahy mezi lidmi a koňmi. Rozebírá zde i vztahy mezi lidmi. Upozorňuje na podobnost tohoto jevu ve vztahu člověk – člověk a člověk – kůň. Klade si otázku, podle kterých kritérií si vybíráme svůj protějšek – člověka, nebo koně. Autor je přesvědčen, že partnera si vybíráme na základě vzájemné podobnosti.⁴⁷

„Své zvíře, svého koně a zpravidla také svého partnera si zcela jasně vybíráme na základě podobnosti... při hledání protějšku hledáme především sami sebe!“⁴⁸

Z tohoto tvrzení nám vyvstává logická otázka: „Nezískává tím schopnost rozeznat vlastní protějšek, například koně, ještě zcela jiný význam?“⁴⁹ Pokud nepoznáme sami sebe, neodhalíme své vlastnosti, vnitřní konflikty, těžko se můžeme měnit a růst. Jen v pravdě a v pravdivém pohledu na sebe sama je člověk schopen zdravého růstu. Bohužel, pravda je někdy tvrdá a v tomto případě obzvlášť a tak člověk snad ze své přirozenosti, ale k vlastní škodě sám před sebou své opravdové já skrývá.

V tomto ohledu, by tedy kůň mohl hrát roli ve vývoji a zrání osobnosti člověka. Hempfling dokonce tento význam koně pro člověka podtrhuje tvrzením, že koně na rozdíl od lidí, nejsou ovlivněni „pravidly slušnosti“ a přetvářky. Vztah s koněm nelze

⁴⁶ HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství*. Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5. s.56.

⁴⁷ srov. HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství*. Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5. s.57.

⁴⁸ HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství*. Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5. s.57.

⁴⁹ HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství*. Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5. s.57.

vyzdvihovat nad vztah s člověkem, přesto interakce člověka a koně má určitá specifika. „*Vztah k člověku je bezpochyby nejucelenější, nejhlubší a nejrozmanitější. Soužití s koněm ale mnohem zřetelněji odhaluje problémové oblasti, které by jinak jednoduše zůstaly skryté pod rouškou společenských a soukromých vztahů.*“⁵⁰

Na základě nejdůležitější formy komunikace u koní, tedy nonverbální komunikace, která se u těchto stepních zvířat vyvíjela tisíce let, je kůň schopen odezírat a vnímat všechny, i ty nejjemnější signály našeho těla. Pro koně dokonalost v tomto „jazyce“ byla otázkou přežití. Na rozdíl od člověka, který se zároveň s osvojováním nonverbální komunikace zdokonaluje v řeči verbální. A proto není divu, že kůň dokáže z výrazu těla člověka získat mnohem více informací, než my sami.

Kůň si člověka při prvním setkání okamžitě „přečte“ a vyhodnotí, s kým se to právě dostal do kontaktu. Velice často se stává, že bývá zmatený z našeho jednání. Člověk moderního světa se často neumí svým vlastním tělem správně a jasně vyjádřit. Vysíláme proto mnoho zbytečných a pro koně zmatených signálů. Například po něm něco chceme a při tom se v myšlenkách zabýváme ranní hádkou v zaměstnání. Ale pro koně platí pouze přítomnost. V okamžiku, kdy se člověk stává pro koně nečitelným a zmateným, kůň se v jeho přítomnosti necítí bezpečně a ztrácí zájem o komunikaci a vztah s takovým tvorem.

„*My jsme složitá bytost! A tak se odráží komplexní směs pocitů, přání a citů v našem výrazu těla. Koně reagují velice citlivě na všechny tyto sebemenší (také nevědomě vyslané) signály – a nenechají se nikdy tímto chováním podvést.*“⁵¹

V LPPJ klienti ve většině případech mají zájem o přátelský a harmonický vztah s koněm. Což je, dle mého názoru velická přednost hiporehabilitace, protože klient

⁵⁰ HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství.* Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5. s.57.

⁵¹ FIEGLER, J. TRUCKENBRODT, N. *Von Pferden lernen. Wie der Umgang mit Pferden die Persönlichkeit entwickelt.* München: BLV Verlagsgesellschaft mbH, 2004. SBN 3-405-16723-X. s. 20.

sám má zájem na vybudování a zlepšování tohoto vztahu. Snaží se tedy zdokonalit svou komunikaci s koněm a v souvislosti s tím dochází k regulaci jeho chování.

Další předností v komunikaci s koněm je skutečnost, že kůň reaguje okamžitě a bez přetvářek. Žije jen přítomností, a tak i v jednání s člověkem platí „tady a teď“. Díky okamžitým reakcím koně, dostává člověk ihned zpětnou a zároveň pravdivou (neovlivněnou společenskými pravidly slušnosti) reakci na své chování.

„Kůň reaguje přesně na řeč těla svého protějšku. Všechny reakce přicházejí důsledně, přímo a nefalšovaně.“⁵²

Koně a lidé jsou dva rozdílné světy. Někde si jsou blízcí, někde vzdálení. Pro dobrý vztah s nimi (s kýmkoli) je důležité pochopení, nebo tedy alespoň snaha o pochopení toho druhého. Proto alespoň základy etologie koně v terapii mají své opodstatnění. Děti a mládež s poruchami chování, více než ostatní, potřebují namísto poslouchání naučných teorií a pouček v učebně, zapojit do aktivního kontaktu s koněm, kde se daleko snadněji dozvedí, něco o životě a chování koní. Děti a mládež s poruchami chování mívají problém vnímat sami sebe. Svě tělo, pocity, potřeby. Jak tedy mohou vnímat pocity a potřeby druhých, když se do nich nedokáží vžít? Není právě toto častá příčina konfliktů mezi vrstevníky a dospělými? Může terapie s koněm pozitivně ovlivnit vnímání sebe sama?

Uvádím zde několik příkladů od švýcarské terapeutky, Marianne Gäng, zabývající se dlouhou dobu Léčebně pedagogicko-psychologickým ježděním na koni, jak by mohla taková terapie založená na komunikaci s koněm probíhat.

⁵² FIEGLER, J. TRUCKENBRODT, N. *Von Pferden lernen. Wie der Umgang mit Pferden die Persönlichkeit entwickelt*. München: BLV Verlagsgesellschaft mbH, 2004. SBN 3-405-16723-X. s. 21.

Jak jsem již popisovala výše, koně jsou lovná zvířata a lidé lovci. Zákonitě se tedy v určitých ohledech musí chovat jinak. My lidé, lovci se chováme, jednáme a mluvíme jako lovci.

Dětem ve skupině terapeut zadá otázky:

- Jak dám najevo, že mám z něčeho radost, něco se mi líbí, něco mě těší, něco si obzvláště vychutnávám. Že jsem šťastný, že mě něco zajímá.
- Jak ukážu, že jsem smutný, nešťastný, naštvaný, něco mě mrzí, nebo se mi nelíbí. Jak dám najevo, že se nudím nebo, mám strach, něčeho se bojím.

Hra se hraje mlčky, pouze nonverbální komunikací, bez tělesného kontaktu. Následující část již hrajeme s dotyky, za pomoci rukou nebo, vhodných pomůcek.

- Kde se mi dotýkání líbí? Kde je mi nepříjemné? Jak to dám najevo druhému beze slov?
- Čím a jak se mi líbí být dotýkán?
- Jak vypadá dravec, predátor? (Jaké má oči, kde umístěné, uši, jakou má chůzi, chování)
- Jaké hry hrají lovná zvířata? (Lov, schovávaná)

Koně jsou lovná zvířata. Představují kořist. Mluví řečí lovných zvířat. Nyní budou děti pozorovat koně:

- Jak koně vypadají? (Oči, uši.). Děti porovnají koně sami se sebou.
- Jak nám kůň ukáže, že je spokojený, klidný, že je mu něco příjemné.
- Jak nám kůň sdělí, že je nespokojený, něco se mu nelíbí, něco nemá rád.

- Jak dává kůň najevo strach? Čeho se bojí. Čeho se bojíš ty? Zjistěte, čeho se bojí kůň. (Děti mohou před ním mávat různými předměty, skákat, křičet...)

Děti sledují reakce koně, snaží se rozeznat signály, kterými projeví kůň radost, strach, zvědavost,...

Cílem této interakce je naučit se vnímat všemi smysly, vnímání sebe sama: Co cítím, jak se cítím? Co mám rád? Co nemám rád? Děti se učí vnímat někoho jiného, člověka, koně ...

Závěr: Všichni jsme rozdílní, tyto rozdíly jsou dobré a zpestřují náš život. Mohou však být překážkou v komunikaci a vyvrcholit až v agresi.⁵³ Z předešlých kapitol však víme, že těmto konfliktům můžeme předejít. vše záleží na našem postoji a vztahu k sobě samému a k lidem a tvorům okolo nás.

7.4 Vlastní vyjádření klientky

Konkrétní případ klientky

7.4.1 Cíle, důvody, očekávání:

S koni jsem se setkala již v mládí, jízda na nich pro mě byla mým dlouholetým snem. Chtěla jsem sedět na koni, jet tryskem po louce a závodit. To byl můj největší cíl. Postupem času mě ale začaly více zajímat vztahy mezi lidmi a koňmi. Pozorovala jsem jednotlivé cvičitele, jaký mají ke koním vztah a jak si s nimi rozumí. Sama jsem začala rozeznávat individualitu jednotlivých koní. Začala jsem se vzdělávat v komunikaci s koňmi a v tom, aby koně reagovali na

⁵³ srov. GÄNG, M. *Erlebnispädagogik mit dem Pferd. Erprobte projekte aus der Praxis*. München: Ernst Reinhardt, 2001. ISBN 3-497-0155-0. s. 117 – 119.

mé hlasové povely. Dnes vidím, že můj vztah byl povrchní a nebylo v něm dostatek spolupráce.

Mám pocit, že potenciál vztahu mezi člověkem a koněm je obrovský a chtěla bych jej více využít k poznání sebe sama. Myslím si, že vzájemný vztah není jen o tom, jak já působím na koně, ale i tom, jak on působí na mě. Pokud je mým cílem poznat sebe sama, měly by být jeho reakce a chování důležitou odezvou a zpětnou vazbou.

Již několik let pečuji o koně jménem Tim. Díky této spolupráci se snažím o sebezpoznání a zkouším poznávat vše ze zcela jiného úhlu pohledu. Očekávám, že se více dozvím o tom, co vlastně dělám a jak se to liší od toho, co si myslím, že dělám. Také bych ráda zdokonalila techniku jízdy, abych reagovala s dostatečnou jemností, rychlostí a jízda aby byla příjemným zážitkem pro obě strany.

7.4.2 Co se mi líbí

Svého koně vidím jako jedinečnou individualitu, která velice rychle reaguje na mé požadavky a tím mi dodává zpětnou vazbu. To jsem u žádného jiného koně nikdy nezažila. Vždy jsem se setkala jen s koňmi, kteří víceméně plnili úkoly svého jezdce, dokud jezdec nedělal příliš mnoho chyb. Tim je v tomto pro mě naprosto jiný, reaguje na sebemenší nesrovnalost v tom co chci a v tom co skutečně dělám. Jeho reakce je opravdu jedinečná, vážím si toho, že pozná co je pravda. Jeho totiž nezajímá, co já o sobě říkám, nebo co si o sobě myslím. On se podívá a vidí to, co člověk skutečně dělá a ne to, co o sobě povídá. Navíc i on je živý tvor a tak reaguje pokaždé trochu jinak, proto i já musím neustále řešit nové situace a hledat řešení „tady a teď“.

7.4.3 Co se už pro mě změnilo

První věcí, které jsem se musela vzdát, byla představa o tom, že umím jezdit, protože Tim na to měl evidentně jiný názor. Změnila jsem svůj křečovitý posez, lépe řečeno postoj, který jsem měla naučený z anglického ježdění. Nyní se snažím o uvolněnou jízdu. Došlo mi, že během jízdy se musím cítit dobře a pohodlně. Pokud jsem v křeči, mám tendenci s Timem bojovat a prát se. Díky tomuto poznatku také lépe vnímám své pocity.

Jsem-li v sedle, snažím se více vnímat Tima a méně se soustředit na pravidla, jak se jezdit má. Musela jsem se také naučit vnímat víc, co se děje kolem mě. Vždy když jsem byla v minulosti na jízdárně, bylo to organizované ježdění a všichni dělali stejné cviky a nemohlo se stát, že jeden druhému zkříží cestu. Pokud je v hale více koní a každý pracuje individuálně, je třeba mnohem více vnímat své okolí a mnohem více předvídat. Tím pádem také Tim musí řešit více podnětů z okolí a já následně reaguji na Tima.

7.5 Vyjádření terapeuta

Klientka přišla na první hodinu ve velmi nadšené náladě z možnosti opět jezdit, ale po nasednutí zaujala velmi strnulý posed a nedokázala vnímat koně, protože byla zaměstnána udržováním své vlastní rovnováhy. Svě tělo se snažila nastavit do křečovité a nepřírozené pozice, strnulostí bránila vnímat své vlastní pohyby a zkoordinovat je tak s pohyby koně.

Prvními cíli tedy bylo odstranit strnulost a nepřírozenou polohu a umožnit tak klientce vnímat a cítit sama sebe. Bylo důležité uvolnit se do přirozené, pohodlné a přesto funkční polohy.

Dále se chci zaměřit na využití psychického vztahu a partnerství koně pro sebepoznání klientky – objevování jejích psychických bloků, které se poté projevují ve fyzické rovině.

S touto klientkou budeme zatím provádět terapii za chůze. Po zvládnutí techniky „krok“ budeme postupně zapojovat „klus“. Je jasné, že během terapie bude docházet k uvolňování fyzických i psychických bloků klientky. Jsem však přesvědčena, že celá terapie bude, díky kladnému a vstřícnému postoji klientky, probíhat bez výraznějších problémů.⁵⁴

⁵⁴ ZAJACOVÁ, K. *LPPJ trochu jinak*. Závěrečná práce kurzu LPPJ, PdF MU Brno, 2008

8 Závěr

Během dlouhého vývoje prošlo lidstvo četnými změnami. Každá doba měla své přednosti i zápory. V téměř celé své délce vývoje žil člověk „sepjatě“ s přírodou, která mu byla příbytkem, obživou, i nebezpečím. Současný uspěchaný člověk, v přetechnizovaném světě, jako by se začal otáčet zpět po svých kořenech, jako by ho něco přitahovalo zpět k přírodě. Snad proto se v dnešní době začíná čím dál více lidí vracet i ke koním.

Člověk stvořil pro své pohodlí civilizaci a s ní přišly jako daň civilizační choroby. Člověk přetvořil planetu, nikoliv své genetické vybavení, které se neslučuje s rychlým životním stylem a se kterým kontrastuje nedostatek pohybu, ztráta citových vazeb nejen s lidmi, ale i přírodou. Kůň pomohl člověku civilizaci vybudovat a na jejím vrcholku je to zase kůň, který může být člověku prospěšný – tentokrát v roli léčitele

Na začátku mé práce jsem jako cíl stanovila shromáždit, rozpracovat a zhodnotit možnosti využití léčebně pedagogicko-psychologického ježdění na koni u dětí a mládeže s poruchami chování. A poukázat na nové možnosti využití koně v terapii, i s obohacením o poznatky z mojí zahraniční stáže.

Kůň všeobecně na klienty v terapii působí jako silný motivační prostředek. Slouží tedy ke „vtažení“ klienta do léčby. A mnohdy je klient díky koni ochotný se léčbě podrobit. Někdy klienti, kteří při protialkoholní nebo protidrogové léčbě navštěvují hiporehabilitaci, si koně natolik oblíbí, že u nich již zůstanou. Získají tak smysluplnou náplň volného času.

Neméně významný je fakt, že hiporehabilitace je léčba radosti. Už sám pozitivní přístup a radost jsou předpoklady pro úspěšnou terapii.

V kapitole 4.3. Využití pedagogicko – psychologického ježdění u dětí a mládeže s poruchami chování jsem popsala některé vlastnosti koně, které lze

s úspěchem v terapii používat. Terapeut má v koni k dispozici významný potenciál, záleží jen na něm, na jeho kreativité, jak jej dokáže využít. V LPPJ má terapeut velké pole působnosti. Kůň mu poskytuje určité „výhody“, jako například přátelské prostředí s klientem, radost z terapie, motivaci ...

Jak tedy nejlépe zužít možnosti, které v koni máme? V práci jsem se zabývala přirozenou komunikací s koněm v terapii. V rámci této formy terapie kdy jsou oba zúčastnění nuceni spolu komunikovat, nabývá terapie více „sociálního charakteru.“ Tedy rozvíjí se zde sociální inteligence.

Zabývala jsem se také zrcadlovými neurony. Existence toto centra v mozku určeného k dorozumívání, napodobování, k řeči a pocitovým oblastem je prokázáno u lidí, u zvířat. U zvířat je možná jen otázkou času, kdy věda toto centrum potvrdí, nebo vyvrátí. Avšak podle mnohých terapeutů, vykonávajících praxi, chování potvrzující zrcadlové neurony i u zvířat potvrzuje. Vystává nám zde otázka. Pokud připustíme existenci těchto neuronů u koní a uvědomíme-li si, že tyto zvířata nejsou ovlivněna verbální výpovědí, mohli bychom připustit, že kůň je schopen odezírat člověka, tedy být jeho zrcadlem, lépe než lidé mezi sebou. Toto však zůstává otevřenou otázkou, která by se mohla stát předmětem dalších výzkumů.

Další otevřenou otázkou, předloženou k případnému zkoumání je, že kůň a člověk jsou oba sociální tvorové. Do jaké míry může jejich vzájemný vztah vést k rozvoji obou osobností?

Práce s koněm v terapii, kterou jsem v diplomové práci předložila, je teprve na počátku svého působení. A tak vystává mnoho dalších otázek, jako je například příprava koně nebo vzdělání terapeutů

9 Použitá literatura

Bibliografie

BOŘÁNEK, V. KRÝSOVÁ, B. *Zaříkavači koní. Kap. Úvod.* Harmony, 2006.

BOŘÁNEK, V. *Horsemanship. Přirozené jezdeckví.* Aš: Harmony, 2006. ISBN 80-903484-1-7.

BRANNAMAN, B. REYNOLDS, W. *Za hlasem ztracených koní. Životní příběh jednoho z nejznámějších amerických horsemanů.* Jindřichův Hradec: Harmony, 2007. ISBN 978-80-903484-3-1.

DURUTTYA, M. *Velká etologie koní. 2. přeprac. a rozšíř. vyd.* Košice-Praha: Hipodur, 2005. ISBN 80-239-5088-6

FIEGLER, J. TRUCKENBRODT, N. *Von Pferden lernen. Wie der Umgang mit Pferden die Persönlichkeit entwickelt.* München: BLV Verlagsgesellschaft mbH, 2004. SBN 3-405-16723-X.

FISCHER, S. ŠKODA, J. *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním.* Praha: Triton, 2008.

GÄNG, M. *Erlebnispädagogik mit dem Pferd. Erprobte projekte aus der Praxis.* München: Ernst Reinhardt, 2001. ISBN 3-497-0155-0. s.

HEMPFLING, K. F. *Poznej svého koně. Od prvního setkání až k celoživotnímu přátelství.* Praha: Brázda, 2004. ISBN 80-209-0330-5.

HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K. *Hipoterapie. Léčba pomocí koně.* Ostrava: 2005. Montanex.

LEUGNER, S. WINKELMAYER, R. SIMON, R. *Mensch und Tier. Eine harmonische Beziehung.* Klosterneuburg: Norka. s.

KOLEKTIV AUTORŮ, *Hiporehabilitace.* Praha: OF Nadace, 1995.

KRÖGER, A. *Partnerschaftlich miteinander umgehen*. Warendorf: FNbuch, 2005.
ISBN 3-88542-465-7.

ZAJACOVÁ, K. *LPPJ trochu jinak*. Závěrečná práce kurzu LPPJ, PdF MU Brno,
2008

Elektronické dokumenty

Česká hiporehabilitační společnost [on line]. Dostupné na:

<http://www.chs.unas.cz/index.php>

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18556470?ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum)

[www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16633020?ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_DiscoveryPanel.Pubmed_Discovery_RA&linkpos=1&log\\$=relatedarticles&logdbfrom=pubmed](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16633020?ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_DiscoveryPanel.Pubmed_Discovery_RA&linkpos=1&log$=relatedarticles&logdbfrom=pubmed)

Project syndicate [on line]. Dostupné na:

<http://www.projectsyndicate.org/commentary/hari1/Czech>

10 ABSTRAKT

PŘEVOROVÁ, K. *Využití přirozené komunikace s koněm u dětí a mládeže s poruchami chování*. České Budějovice 2008. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Ludmila Muchová.

Klíčová slova: kůň, děti, mládež, poruchy chování, hiporehabilitace, hipoterapie, Horsemanship

Práce se zabývá využitím přirozené komunikace s koněm u dětí a mládeže s poruchami chování. Je rozdělena do sedmi tématických celků.

Na začátku práce se zabývám vymezením skupiny dětí a mládeže s poruchami chování. V druhé části, etologie koně charakterizují nejdůležitější vlastnosti koní. V následující kapitole vymezuji pojem hiporehabilitace. Ve čtvrté části předkládám nejdůležitější vlastnosti koně, které se úspěšně využívají v terapii. Pátá část obsahuje charakteristiku horsemanshipu a nejvýznamějších předstevitelů. Následující díl ukazuje, proč právě horsemanship je vhodná metoda pro tuto skupinu klientů. Poslední část představuje terapii s koněm, jak působí na klienta, jakou roli hraje terapeut, jaký kůň je pro který typ klientů vhodný.

Práce prokázala význam sociálního chování koní v terapii a možnost využití jako zrcadla pro práci s lidmi. Dále prokázala potřebu dalšího studia v této oblasti a nutnost vzdělávání terapeutů jak v oblasti psychoterapie, tak etologie a komunikace koně.

Abstract

Using the horsemanship to help children and young people with behaviour disabilities

Key words: horse, children, young people, behaviour disabilities, hypo rehabilitation, horse therapy, Horsemanship

This diploma thesis investigates the possibilities of using the horsemanship to help children and young people with behaviour disabilities. It is divided into seven thematic parts.

At the beginning, there is the definition of the group of children and young people with behaviour disabilities. The second part, called ethology of the horse, describes the most important characteristics of the horses. The following part defines the term hypo rehabilitation. The most important characteristics of the horse, which are successfully used in therapy, are presented in the forth part. The fifth part characterizes the horsemanship and its most important representatives. The following part shows, why is horsemanship well suited to be used for this kind of clients. The last part deals with the horse therapy itself, with its effect on the client, with the role of the therapist, with the choice of horses for each kind of clients.

The diploma thesis has proven the importance of the social behaviour of the horse in the therapy and the possibility of using it as a mirror in the work with people. Further, it has shown the necessity of future investigations in this field and the urgency of further education of the therapists in psychotherapy, ethology and communication with the horses.