

# Hiporehabilitace



Petra Malečková, DiS.

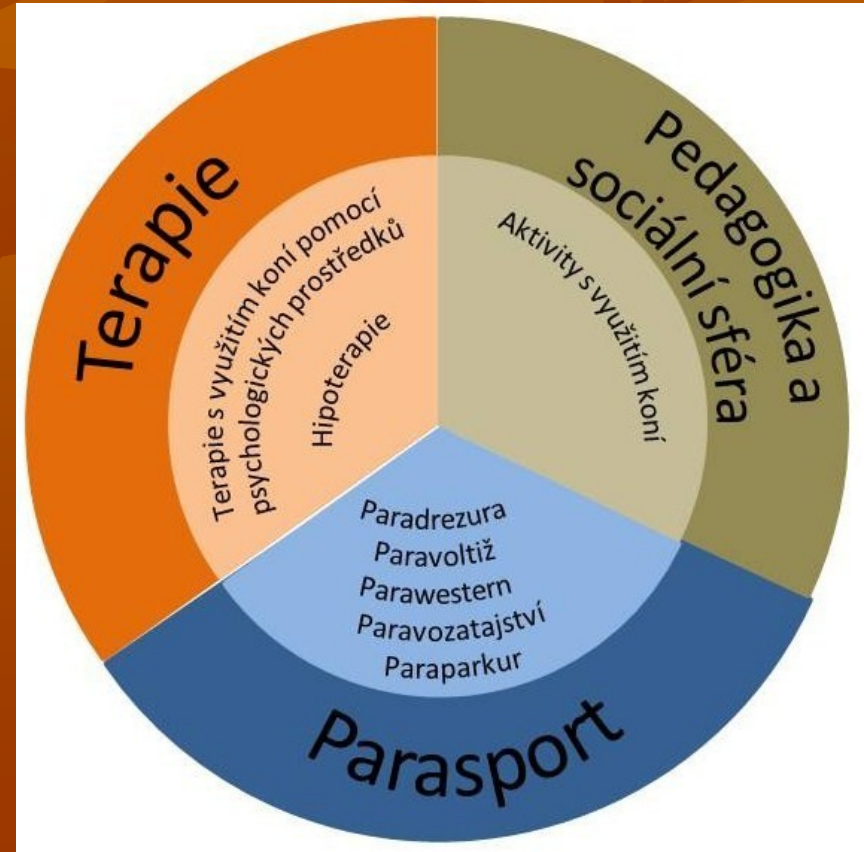
# Definice termínů

- Therapeutic Riding (TR) – **The Federation of Riding for the Disabled International (FRDI)** – různorodé koňské aktivity
- Equine Assisted Activities (EAA) – všechny různé aktivity a terapie
- Equine Assisted Therapy (EAT) – rehabilitační metoda včleňující koňské aktivity/prostředí
- **North American Riding for Handicapped Association (NARHA)**
- Equine Assisted Therapy (AET) – Evropa – Pegasus projekt: sjednocení termínů

# Hiporehabilitace

- Zastřešující a nadřazený pojem pro všechny aktivity a terapie v oblastech, kde se setkává kůň a člověk se zdravotním postižením/oslabením/handicapem/se specifickými potřebami
- Od izolace k socializaci a integraci

■ Autor: Š. Smíšková, V. Lantelme



# Hipoterapie

- Rehabilitační metoda, která využívá pohyb koně a jeho přenosu na člověka spolu s psychickým působením jízdy na koni
- Využití třídimenzionálního pohybu koně
- Neurologie (DMO, roztroušená skleroza aj.)
- Ortopedie (skoliozy, svalové disbalance aj.)
- Interní medicína (astma bronchiale, obezita, kardiovaskulární onemocnění)

# Hipoterapie



- Koordinace pohybů
- Facilitace posturoreflexních mechanismů
- Normalizace svalového tonusu
- Narušení patologického stereotypu
- Zlepšení rovnováhy
- Úprava svalové disbalance a pohybové symetrie aj.

# Polohy na koni

## ■ Klasický sed



## Asistovaný sed



# Polohy na koni

- Opora o natažené horní končetiny



Polohování vleže



# Jištění klienta



■Obrázek: o.s. Svítání



# Jištění klienta



■Obrázek: o.s. Svítání

# Hipoterapie

- Indikuje lékař
- Fyzioterapeut s kurzem hipoterapie
- Asistent
- Vodič koně
- Pomocníci (např. studenti)



# Sport handicapovaných

- Po absolvování klasické hipoterapie
- Jezdecký výcvik (paravoltiž, paradrezura...)
- Sociální působení
- Trenér/Cvičitel jezdeckví pro parasport (ČJF + speciální školení pod FEI)
- Asistent



# Rekondiční ježdění

- Aktivizační ježdění po úrazu, po dlouhodobém onemocnění
- Obnova výkonnostního potenciálu



# TVKPP a aktivity s využitím koní aneb vše je o komunikaci



# TVKPP/AVK

- Metoda speciální pedagogiky a psychoterapie, která k terapii využívá prostředí jezdecké stáje, kontakt s koněm a vzájemné interakce s ním
- Podpora pozitivních změn chování
- Odstranění nebo zmírnění některých duševních poruch, smyslového deficitu
- Vytváření chybějících citových vazeb
- Korekce postojů k okolí
- Vybudování motivace
- Snížení/odstranění strachu, agrese či rezignace aj.

# TVKPP/AVK

„Kdo najde cestu ke koni, najde cestu k člověku.“

- Fyzická složka
- Sociální složka
- Psychická složka



# Fyzické faktory

- Normalizace svalového tonusu - uvolnění
- Zesílení těla
- Udržování rovnováhy
- Posílení zdraví
- Posílení smyslu pro rytmus





# Pedagogicko - psychologické faktory

- Vztah
- Emoční stránka
- Edukativní stránka

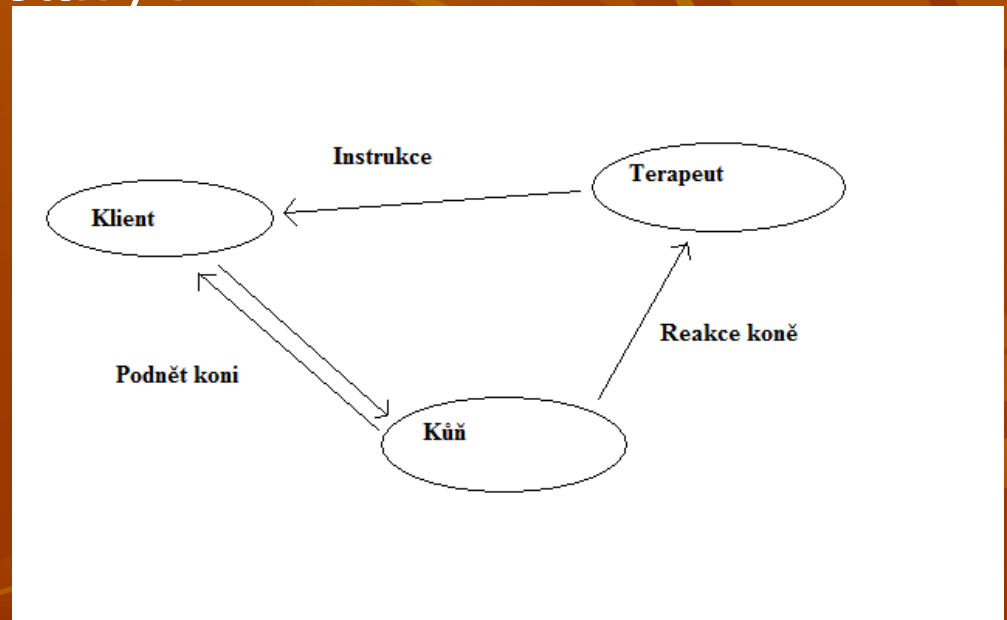


# Sociální faktory

- Ergoterapie
- Faktor soutěživosti
- Integrační faktor
- Faktory skupinové terapie
  - Členství ve skupině
  - Emoční podpora
  - Pomoc jiným
  - Zpětná vazba
  - Korektivní emoční zkušenost
  - Zkoušení a nácvik nového jednání
  - Získávání nových informací a sociálních dovedností
  - Sebeobjevování a sebeprojevení
  - Relaxace

# Terapie

- Terapeutická struktura
- Kůň jako terapeut
- Dvoucestná komunikace
- Kontraindikace: akutní stavy !



# Metodika

- Přidělení koně
- (skupinový pohovor – očekávání, cíle...)
- Příprava koně na práci
- Odvedení koně ze stáje
- Vlastní psychoterapeutické ježdění
- Odvedení do stáje
- Ošetření koně po práci
- Zpětná vazba/skupinový pohovor

# Terapeutický plán - adaptace

- Zásady bezpečnosti
- Základy etologie
- Základy péče o koně
- Vodění
  
- Seznámení se s prostředím
- Získání obrazu o vnitrodruhové komunikaci mezi koňmi



# Terapeutický plán - komunikace

- Základy řeči těla při působení na koně
  - Tlak od nuly/horké prsty
  - Základy laterálního lonžování
  - Vodění koně s jezdcem
- 
- Taktilní komunikace s koněm
  - Korekce chování dle reakcí koně



# Terapeutický plán - jízdárna

- Nasedání/sesedání
- Cvičení v sedle
- Vedení koně, pobídky holení
- Lonžování
- Trail
- Vycházky do terénu
  
- Schopnost vnímat pohyb koně
- Korigovat své pomůcky dle reakce koně (nácvik komunikace)



# Terapeutický plán – zpětná vazba

- Reflexe

- Zážitků
- Pocitů
- Emocí
- Myšlenek





# Organické duševní poruchy F00 - 09

- Úraz nebo jakékoliv poškození mozku s úbytkem kognitivních fcí (poznávání, paměť, intelekt, učení...)
- Demence (Alzheimerova demence), skleroza, poúrazové stavy aj.
- Požadavky na koncentraci, návyky a poznávací fce
- Zvýšení motivace k léčbě
- Časté opakování instrukcí/přesvědčit se porozumění
- Individuální přístup
- Časté a krátké reprízy
- Trail

# Duševní poruchy vyvolané používáním psychoaktivních látek

## F10 - 19

- Jakákoliv duševní porucha vyvolaná užíváním
- Narušené chování, nálada a vědomé
- Tělesná zchátralost, slabost, třes
  
- Pěstování vůle
- Navazování kontaktu s terapeutem
- Získávání sebedůvěry/korekce sebedůvěry
- Naplnění volného času po propuštění z léčby
  
- Ergoterapie
- Individuální přístup v závislosti na stupni somatického poškození
- Submisivní klient – úkoly a kůň méně problémové/nezdravě
- sebevědomý klient – živější kůň
- Soutěže a hry – podpora ctižádostivosti



# Schizofrenie, schizofrenní poruchy a poruchy s bludy F20 - 29



- Poruchy téměř všech psychických fcí (hl. porucha myšlení, vnímání a emotivity), narušené chování a jednání
- Kůň jako zprostředkovatel důvěry
- Nepospíchat
- Důležitá předpřipravenost klienta
- Animoterapeutický úvod, práce ze země
- Zařazení vycházek do přírody

■ Obrázek: o.s. Svítání

# Poruchy nálady F30 - 39

- Narušení citového života, emotivity a afektivity
- Mánie, deprese...
- Zvýšení sebevědomí a sebehodnocení, aktivace tělesné činnosti a naopak
- Práce s koněm ve stáji, práce ve skupině, ve dvojicích
- Deprese
  - Pomalý přístup
  - Klidný a trpělivý kůň
- Mánie
  - Dominantní kůň
  - Rychlejší postup



■ Obrázek: o.s. Svítání

# Neurotické poruchy, poruchy vyvolané stresem a somatomorfní poruchy F40 – 49 a behaviorální syndromy spojené s fyziologickými poruchami a somatickými faktory F50 - 59

- Fobické až úzkostné poruchy, nutkavé stavy ...
- Anorexie, bulimie, sexuální poruchy ...
- Oživení skupinové dynamiky při psychoterapii
- Odstraňování komplexů
- Učení se přijmutí pomoci druhého/pomáhat druhým
- Skupinová voltiž (dcery s matkami – PPP)
- Očekávání, zpětná vazba
- Cviky náročné na rovnováhu
- Na začátku a na konci relaxační cviky



■ Obrázek: o.s. Svítání

# Poruchy osobnosti a chování dospělých F60 - 69

- Hluboce zakořeněné a přetrvávající vzorce chování
- Korektivní zkušenost a nácvik správných vzorců chování
  - Důležitý je kůň
  - Dominantní kůň

# Mentální retardace F70 - 79

- Nedostatečně vyvinutý intelekt, narušení chování, soběstačnosti, nutnost péče
- Zvyšování kvality života
- Sportovní ježdění
- Krátké a časté reprízy
- Strukturovaná hodina
- Jasně a jednoznačné instrukce
- Skupinová voltiž

# Poruchy chování s emocí se začátkem v dětství a adolescenci

## F90 - 98

- Hyperkinetické poruchy (špatně ovládané chování, nepozornost, nesoustředěnost), disociální, agresivní, vzdorovité chování, odmítání autority a spolupráce v kolektivu
- Přizpůsobování chování koni a respektování ho jako autority, posléze i terapeuta
- Vybudování motivace, zvedání sebevědomí, odstranění strachu, výuka správného sebehodnocení, budování sebevědomí, zvyšování a trvání koncentrace
- Skupinová práce (max. 6 dětí)
- Jezdecké hry, gymkhana, trail
- Neustálá zaměstnanost dítěte



# Kůň pro TVKPP/AVK



- Dobrý zdravotní stav
- Různý temperament s dobrým charakterem
- Bezpečnost při ošetřování ve stáji i ve výběhu
- Lehká manipulace ze země
- Akceptace začátečnicků v sedle
- Zvyklý na náhlé podněty ze stran klienta (křik) anebo okolí
- Psychická odolnost při střídání klientů

# TVKPP/AVK

- Indikuje psychiatr, psycholog, spec. pedagog aj.
- TVKPP: psychoterapeut, psycholog, psychiatr apod.
- AVK: pedagog, speciální nebo sociální pedagog, sociální pracovník se specializačním kurzem
- (jezdecký instruktor)
- Asistent
- Vodič koně
- Pomocníci (studenti)



- Obrázek: o.s. Svítání

# Vedení záznamu

- Pozorování a zápis

# Občanské sdružení Epona

- 1999
- Ing. Bc. Vladimíra Časková, předsedkyně ČHS
- Hipoterapie, terapie s využitím koní pomocí psychologických prostředků (dále TVKPP), aktivity s využitím koní sport handicapovaných, rekondiční ježdění
- Karnevaly, Den dětí, letní tábor, mikulášská aj.



# Koně na Eponě

- Úhlava (Bublina)
- Slezský Norik
- 1991
- Těžcí klienti
- Vozíčkáři
- Asistovaný sed



# Koně na Eponě



- Mahdí (Matýsek)
- Český teplokrevník
- 1992
- Ortopedičtí klienti
- TVKPP/AVK

# Koně na Eponě

- Libero
- Český teplokrevník
- 1987
- Neurologická postižení
- LPPJ



# Koně na Eponě



- Bárty
- Pony
- 2002
- Malé děti
- TVKPP/AVK



# Koně na Eponě

- Simona
- Nessun Dorma

# Vzdělávání - kurzy

- Fyzioterapeut
  - Kurz hipoterapie (Příprava v metodice hiporehabilitace)
  - IDV PZ (Institut dalšího vzdělávání zdravotníků) Brno ve spolupráci s ČHS
  - Absolventi oboru Fyzioterapeut
- Terapeut (LPPJ)
  - Kurz LPPJ (příprava v metodice LPPJ)
  - CŽV PedF MUNI
  - Absolventi s pedagogickým, sociálním nebo psychologickým vzděláním (minimální předpoklad: pedagogické minimum)
- Cvičitel
  - Školení jezdeckých instruktorů pro sport handicapovaných (Cvičitel jezdeckví handicapovaných) v rámci FEI Para-Equestrian
  - Česká hiporehabilitační společnost (ČHS)
  - Vlastník cvičitelské nebo trenérské licence pod ČJF
- Asistent
  - Školení pro vodiče a pomocníky v hiporehabilitace
  - ČHS nebo hiporehabilitační zařízení

# Literatura

- HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K.: *Hipoterapie/Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex. 2005
- VELEMÍNSKÝ, M.: *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: dona. 2007
- NERANDŽIČ, Z.: *Animoterapie aneb Jak nás zvířata umí léčit: praktický průvodce pro veřejnost, pedagogy i pracovníky zdravotnických a sociálních ústavů*. Praha: Albatros. 2006
- KULICHOVÁ, J. a kol.: *Hiporehabilitace*. 1.vyd. Praha: Nadace OF. 1995