

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

ADVENTURE THERAPY JAKO ALTERNATIVNÍ TERAPEUTICKO-FORMATIVNÍ
PROSTŘEDEK PRO OSOBNOSTNĚ SOCÁLNÍ ROZVOJ OSOB SE SPECIÁLNÍMI
POTŘEBAMI

Bakalářská práce

Autor: Mgr. Lucie Kellerová, Aplikované pohybové aktivity

Vedoucí práce: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Olomouc 2014

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Mgr. Lucie Kellerová

Název bakalářské práce: Adventure Therapy jako alternativní terapeuticko – formativní prostředek pro osobnostně sociální rozvoj osob se speciálními potřebami

Pracoviště: Katedra aplikovaných pohybových aktivit

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Ondřej Ješina, Ph. D.

Rok obhajoby bakalářské práce: 2014

Abstrakt: Terapie dobrodružstvím (Adventure Therapy) je nový směr, který propojuje přírodní prostředí, náročné dobrodružné výzvy a terapeutické techniky. Bakalářská práce, jako odborná kompilace dostupných zdrojů, nachází propojení terapie dobrodružstvím jakožto možného prostředku osobnostně sociálního rozvoje osob se speciálními potřebami.

Klíčová slova: dobrodružství, terapie dobrodružstvím, handicap, osoby se speciálními potřebami, postižení

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Mgr. Lucie Kellerová

Title of the master thesis: Adventure Therapy as an Alternative Therapy - formative tool for personal and social development of people with special needs

Department: Department of Adapted Physical Activity, Faculty of Physical Culture, Palacký University in Olomouc

Supervisor: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

The year of presentation: 2014

Abstract: Adventure therapy provides new direction (in the field of the applied physical activity) by connecting the natural environments, adventure challenges and therapeutic intervention techniques. This thesis is a compilation of a wide range of studies of adventure therapy, people with disability, and the beneficial outcomes of adventure therapy including psychological and behavioral growth. This bachelor thesis sought to establish a theoretical basis for the future research and practical implication.

Key words: Adventure, Adventure Therapy, handicap, disability, impairment, people with special needs

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně pod vedením Mgr. Ondřeje Ješiny, Ph. D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. 11. 2013

.....

Děkuji Mgr. Ondřeji Ješinovi, Ph.D. za odborné vedení, trpělivost, za přátelský a lidský přístup během celé doby psaní této práce. Děkuji také své rodině a Mgr. Michalu Petrovi za nekončící podporu, bez které by práce nevznikla.

OBSAH

OBSAH	6
1 ÚVOD	8
2 PŘEHLED POZNATKŮ	9
2. 1 Postmoderní společnost	9
2. 1. 1 Člověk	9
2. 1. 2 Společnost	9
2. 1. 3 Od moderní k postmoderní společnosti	9
2. 2 Postmoderní člověk a zdraví	11
2. 3 Osoby se speciálními potřebami	12
2. 4 Tělesné postižení a pohyb	16
2. 5 Dobrodružství jako prostředek rozvoje	17
2. 5. 1. Pohyb	17
2. 5. 2 Pohybová kultura	18
2. 6 Dobrodružství, dobrodružná výchova	19
2. 7 Česká terminologie v oblasti dobrodružství	20
2. 7. 1 Výchova v přírodě (Outdoor Education)	21
2. 7. 2 Zážitková pedagogika (Experiential Education).....	21
2. 8 Od rekreace k terapii	23
3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE	25
4 METODIKA	26
4. 1 Sběr dat	26
4. 2 Analýza dat	28
5 VÝSLEDKY	29
5. 1 Definování dobrodružné terapie	29
5. 1. 1 Prvky Adventure Therapy.....	30
5. 1. 2 Činnosti typické pro Adventure Therapy.....	33

5. 1. 3 Bezpečnost, riziko, etika	35
5. 1. 4 Personální zastoupení	36
5. 1. 5 Oblasti využívající dobrodružnou terapii	37
5. 1. 6 Historie Adventure Therapy	37
5. 1. 7 Pojmový vývoj	40
5. 1. 8 Dobrodružná terapie v českém prostředí	40
5. 1. 9 Dopad Adventure Therapy.....	41
5. 2 Terapie dobrodružstvím a její přesah do terapie osob se speciálními potřebami	42
5. 2. 1 Příklad 8denního programu adventure therapy pro osoby s postižením.....	45
6 DISKUZE	47
7 ZÁVĚRY	54
8 SOUHRN.....	55
9 SUMMARY.....	56
10 REFERENČNÍ SEZNAM	57
11 SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK	69
12 PŘÍLOHY	70

1 ÚVOD

„Adventure therapy nabízí „transport“ z každodenní reality, nabízí nové životní perspektivy, nabízí jedinečnou možnost pro introspektivu.“

Dobrodružství, výzva, zážitek, pohyb, terapie jsou pojmy, které se potkávají v jednom. Adventure Therapy neboli terapie dobrodružstvím.

V postmoderní době, kdy se vzdalujeme od přírodního prostředí, vytrácí se výzva, spiritualita a zrychluje se životní tempo, přináší právě tento nový směr duševní zotavení, odpoutání se od každodenních problémů. Nabízí nové způsoby chování a skrze dobrodružství, přírodu a zážitek možnost objevovat sebe sama.

Práce si klade za cíl analyzovat a popsat Adventure Therapy jako prostředek osobnostně – sociálního rozvoje osob se speciálními potřebami. Práce staví na faktu, a já ze svých zkušeností po studiu rekreologie a jakožto elév Prázdninové školy Lipnice můžu potvrdit, že cílené aplikování výzvy, pohybových aktivit, dobrodružství a přírodního prostředí do programu může mít na účastníka pozitivní vliv. Neboť se účastníci setkávají s novými situacemi, které vyžadují *nové způsoby*, jak zpracovávat informace. Při vypořádávání se s nepohodlím můžou účastníci buď zkusit něco nového a tím se rozvíjet, nebo se vrátit do starých vzorců chování.

Práce nabízí zpracované téma, jehož efekt byl ověřen u skupin jako delikventní mládež, problémoví adolescenti atd. Osoby se speciálními potřebami (tělesné postižení, zrakové postižení atd.) nemusí být rizikovou skupinou z pohledu delikvence, ale z pohledu sociální exkluze či snížené sebedůvěry (Campbell, in Ješina & Hamřík, 2012). Aplikace terapie dobrodružstvím jakožto prostředku rozvoje osob se speciálními potřebami není frekventované téma a neexistuje zatím žádný teoretický podklad. Tím je práce nová a v budoucnu může sloužit jako stavební kámen a výchozí bod pro studie a výzkumy v oblasti aplikovaných pohybových aktivit.

2 PŘEHLED POZNATKŮ

„Postmoderní člověk je odsouzen k nejistotě a převládajícímu pocitu ztráty. Minulost i budoucnost jsou chronicky neurčitě.“

Zygmunt Bauman

2. 1 Postmoderní společnost

2. 1. 1 Člověk

Lidská bytost (Human being) má proti zvířatům tři víceméně biologické výhody - relativně velký mozek, ruce, binokulární vidění. Dalším znakem je možnost získat a osvojit si značné množství vědomostí a dovedností soustavným a záměrným učením, protože to, co jedna generace shromažďovala celý život, přejímá druhá generace během několika let jako její kulturní dědictví, které sama dále rozvíjí. Důležitou známkou humanizace je redukce fixovaných vzorců chování ve prospěch chování spočívajícího v učení. Učení tak rozšiřuje vrozený genetický program a jeho možnosti a díky dožívání se delšího věku roste i kapacita pro učení. Člověk je chápán jako autonomní subjekt, který má svobodu volby, je racionální, sám sebe utváří v dějinách. I přes vytvoření kultury je člověk stále přírodní bytostí, což se projevuje jako konflikt mezi pudovostí a racionalitou i přes to, že je lidská emocionalita modifikována kulturním vývojem. Člověk je součástí kultury a společnosti (Hart & Hartlová, 2010; Jandourek, 2009).

2. 1. 2 Společnost

Je chápána jako souhrn individuí jednajících s ohledem na jednání druhých, a to v určitém historickém, prostorovém, kulturním a sociálním kontextu, jehož parametry mohou svým jednáním ovlivňovat jen částečně.

2. 1. 3 Od moderní k postmoderní společnosti

Společností, která dala impuls ke vzniku společnosti postmoderní, je společnost moderní. Moderní společnost je produktem průmyslové revoluce a stojí na pevných pilířích trhu, který je regulátorem chodu nejen celé ekonomiky, ale postupně i celé společnosti. Typickými znaky moderní doby je průmyslová výroba, nárůst váhy služeb, věda udává převládající typ výkladu světa, kontrola přírody, účelně organizovaný blahobyt (Šimková et. al., 2010).

Postmodernismus je výraz z konce 20. let 20. stol, plné využití našel až v 60. letech a následujících letech. Postmoderní období je tedy datováno od 2. poloviny 20. století (Hartl & Hartlová, 2010). Postmoderní společnost (PS) vznikla z potřeby reagovat na jednostrannost, peripetie, ekologický a existencionální deficit moderní (euroamerické) společnosti. Postmodernismus je negací moderny, ale není jejím popřením. Rezignuje na ideu pokroku. Svět je zmatený a složitý a objevují se v něm protichůdné jevy, které není možné popsat či pochopit, postrádá sociální struktury a bourá hodnoty, relativizuje pravdu (Šimková et. al., 2010).

Dopad postmoderní doby vede k:

- **Ztrátě kontaktu s reálným světem**

- Mezi lidmi a přirozeným prostředím – přírodou – vyrostla za poslední půlstoletí hradba, která izoluje od lidské **podstaty**. Jsme obklopeni mrakodrapy, města jsou obestavena obchodními centry, auta se stávají neodmyslitelnou součástí každého nákupu, ale i cesty do práce. Dítě, které bydlí ve 20. patře pak raději upřednostní hry na počítači nebo sledování televize, než aby se plahočilo po schodech na pískoviště, které je v dnešní době už relativně nebezpečné.
- O něco starší dítě zná les z přírodopisu a vlastnosti ohně zjišťuje náhodně, pokud omylem zavítá na skautský tábor.

- **Stáváme se mlčící většinou**

- Celé lidstvo se propojilo internetem bez ohledu na vzdálenost, hranice, politickou situaci, ale to je bohužel propojení zdánlivé. Duchovní integrita lidstva je narušena extremismem, rasismem a dogmatismem. Díky technologiím můžeme sledovat válku v přímém přenosu a nahlížet na televizní smrt jako na něco přirozeného. Jsme odkázáni na sebevědomé a učené redaktory, jakou interpretaci světa nám dnes naservírují ve zprávách.

- **Obklopujeme se náhražkami**

- Nemáme – li možnost srovnání a nemůžeme – li zakusit pocit vlastní zkušenosti, těžko potom rozeznáváme nepravé od pravého.

- **Přestáváme prožívat a začínáme požívat**

- Dochází ke ztrátě přirozeného prožitku, který je nahrazen **prožitkem virtuálním**. Dříve prožívaný svět se snažíme sdílet a záhy se dostáváme do

vleku jeho obrazu. Virtuální realita je všemocná a umí nám „jakoby zhmotnit“ naše představy, o kterých jsme doposud jen snili (Němec, 2002).

Postmoderní člověk má možnost klonit se ke dvěma, Erichem Frommem popsaným pólům – MÍT nebo BÝT. Mít něco, vlastnit, to jsou charakteristické rysy člověka konzumní společnosti, který preferuje hodnoty co nejvyšší spotřeby. Přitom se však nejedná jen o hmotné statky – vlastnický pocit je vztažitelný k čemukoliv: jak k penězům, ke společenskému postavení vyjádřenému majetkem, tak k chování k lidem i k přírodě. Člověk žijící v módu MÍT předpokládá, že vše má nějakou hodnotu, která se projeví pouze využitím daného předmětu, člověka, jevu. Zcela jinak je v životě zdůrazňována stránka BÝT. Být, to znamená ponechávat všemu autentické hodnoty, nepohlížet na věci a lidi pohledem vlastního hodnotového žebříčku, ale snažit se vnímat věci jaké jsou, ze své vlastní podstaty. Takový člověk netouží pouze vlastnit, konzumovat, ale ponechávat nezávislost a svobodu.

V postmoderní době je důraz kladen na multimediální komunikaci, zkrášlování reality (např. reklama). Dále také postmodernismus nabízí nepřehledné množství podnětů (televize, internet). Zmnohonásobila se šance člověka vcítit se do cizích životů, sledovat osudy druhých, zabývat se cizími příběhy, paradoxně při tom zapomínat na sebe a své žití. S tím vším souvisí plytkost prožitku a jejich hromadění bez ohledu na hodnotové zakotvení. S tímto jde ruku v ruce povrchnost, bezsmyslnost a neoprávněnost (Hanuš & Jirásek, 1996).

2. 2 Postmoderní člověk a zdraví

Objektivní reality postmoderní společnosti, jakými jsou např. globalizace, terorismus, regionální konflikty, organizovaný zločin, kyberterorismus, energetická bezpečnost, pandemie, je nově do tématu zařazen pohled tzv. "subjektivní reality", jež významně ovlivňuje zranitelnost celé světové populace (Hlaváčová, n. d.). Podle WHO (2007) je **zdraví** (Well being) stav prostý tělesného, duševního a sociálního strádání (úplné tělesné, duševní a sociální blaho provázené nepřítomností choroby, stav organismu fungujícího bez známek nemoci či poškození (Hart & Hartlová, 2010). Podle této definice WHO se dá klasifikovat 70–95 % lidí jako nemocných nebo postižených (vadou, nepohodou).

Hartl a Hartlová (2010) dále také popisují zdraví fyzické, emoční a duševní.

Emoční zdraví (Emotional health) - je definováno stupněm osobního pocitu bezpečí, stability a uvolněnosti v každodenním životě, schopností a ochotou své emoce prožívat,

nikoliv se jim vyhýbat nebo je ovládat. Známkou emočního zdraví je přiměřené vyjadřování emocí.

Duševní zdraví - není pouhá nepřítomnost nemoci či poruchy, ale stav, kdy je člověk schopen adaptace na prostředí a situace, dokáže přijímat vše, co život přináší příjemného, včetně sexuality a citového života vůbec.

A velice úzce v souvislosti se zdravím vymezujeme také pojem kvalita života.

Kvalita života (Quality of life) - vyjádření pocitu životního „štěstí“. Ke znakům patří soběstačnost, pohyblivost, míra seberealizace a duševní harmonie. V sociologii jde o pocity a životní úroveň speciálních skupin, jako jsou staří lidé, příslušníci etnických skupin a jiných minorit. V lékařství se vyskytuje otázka, na jaké úrovni a s jakým omezením žijí lidé s chronickými chorobami, jako je bronchiální astma, Parkinsonova nemoc, kardiovaskulární a geriatrické choroby a mnohé jiné, čili hledisko omezení svobody. Kvalitu života zvyšují plánované tělesné a duševní činnosti, aktivní životní styl (Hartl & Hartlová, 2010).

2.3 Osoby se speciálními potřebami

Zdraví, nemoc, postižení, handicap, kvalita života. Tyto pojmy spolu v jistém slova smyslu mohou a nemusí souviset. Postižení nemusí znamenat snížení kvality života jedince, pokud jsou využity mechanismy podporující vyrovnávání příležitostí a kompenzující překážky.

Speciální potřeby se vztahují k jedincům, kterým je potřeba poskytnout speciální podporu. V našich podmínkách mluvíme nejčastěji o tomto základním dělení:

- **Tělesné postižení** (550 000 osob, např. kvadruplegie, paraplegie, tělesné postižení při DMO)
 - Existuje celá řada členění tělesných postižení, pro účely této práce je zvoleno členění na postižení vrozené a získané:
 - Vrozené postižení
 - Centrální obrny, vrozené vady páteře (spina Bifida), vrozené vady končetin a růstové odchylky (amélie, dysmelie, atd.).
 - Získané postižení po úraze

- Řadí se zde ochrnutí po poranění míchy (poúrazová chabá paréza, paraplegie, kvadruplegie, kvadruparéza), amputace dolních končetin.
- Získané postižení po nemoci
 - Infekční obrna, revmatická onemocnění (akutní revmatismus, vleklý kloubní revmatismus), Perthesova nemoc, progresivní svalová dystrofie.
- **Zrakové postižení** (75 000 osob v ČR)
 - Označuje zrakové poškození, které i po korekci nepříznivě ovlivňuje každodenní aktivity postižených osob, poškození zraku zahrnuje osoby, které:
 - nikdy neměly funkční zrak, před částečnou, nebo úplnou ztrátou zraku normálně viděly, kromě ztráty zraku mají ještě jiné postižení, mají výpadek části zrakového pole, mají ztrátu ostrosti vidění v celém zrakovém poli (WHO).
 - SLEPOTA vízus < 3/60 nebo odpovídající zorné pole na lepším oku s nejlepší možnou korekcí.
 - SLABOZRAKOST: vízus < 6/18, ale stejný nebo lepší než 3/60 na lepším oku s nejlepší možnou (Van Copenolle et al., 2004).
- **Sluchové postižení** (87 000 osob v ČR, příkladem je úplná ztráta sluchu, těžký tinitus)
 - Osoby se ztrátou sluchu se správně nazývají neslyšící či nedoslýchaví, v závislosti na míře ztráty sluchu, případně také v závislosti na komunikačních schopnostech.
 - **Neslyšící:** je ten, kdo není schopen porozumět mluvené řeči sluchovým analyzátozem (ani s použitím sluchadel).
 - **Nedoslýchavý:** je ten, kdo má problémy se slyšením, ale je schopen porozumět mluvené řeči sluchovým analyzátozem (případně s použitím sluchadel).
 - **Hluchota:** problém v komunikaci a sociální akceptaci, který je spojován s problémy v mluvení a specifickými poruchami učení více než jiné speciálně pedagogické kategorie (Van Copenolle et al., 2004).

- **Mentální postižení** (107 000 osob)
 - Mentální retardace je popisována jako podprůměrné obecné intelektuální funkce s přidruženým poškozením adaptačního chování, které se objevuje před 18 rokem věku. Lidé s mentální retardací mají nízké skóre při testování intelektu (IQ testy), ale dopad na každodenní fungování záleží na závažnosti retardace a přidružených postiženích (Van Coppenolle et al., 2004).

- **Kombinovaná postižení** – dle Ludíkové (2006) je jedním z možných dělení kombinovaný postižení členění ve vztahu k mentální retardaci, čili:
 - kombinace mentální retardace se smyslovým postižením;
 - mentální retardace a tělesné postižení;
 - mentální retardace a porucha chování;
 - samostatnou kategorií jsou pak jedinci s duálním sensorickým postižením zraku a sluchu – osoby hluchoslepé.

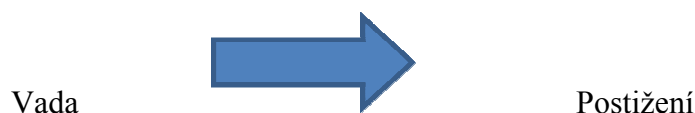
- **Osoby se specifickými poruchami učení** - působující problémy v rámci vzdělávacího procesu, kdy postižení projevují nedostatečně rozvinuté schopnosti, což jim způsobuje výukové obtíže (dyslexie, dyspraxie, dyskalkulie – specifické poruchy učení).

- **Chronické a somatické onemocnění a oslabení** – (572 000 osob, hlavně nemoci oběhové soustavy- stavy po IM, CMP, zhoubné novotvary, nemoci endokrinní, výživy a přeměny látek - DM).

- **Psychologické a psychiatrické poruchy** (128 000 osob, např. deprese, schizofrenie, obsedantně kompulzivní porucha) .

Další dělení vyplývá ze způsobu získání postižení (vrozené, získané) a z věku (Inovacejsouin.chrudim, 2010; Ješina, Vyhliďal, Rybová & Kučera, 2012).

Evropské kurikulum pro oblast aplikovaných pohybových aktivit (Van Coppenolle et al., 2004) popisuje vadu jako omezení či ztrátu schopnosti vykonávat činnost způsobem nebo v rozsahu, který je pro člověka považován za normální.



Omezení, vyplývající z vady či postižení, které ztěžuje či znemožňuje člověku plnit roli, které je pro něj jinak normální (s přihlédnutím k pohlaví, věku, sociálním či kulturním činitelům).



Handicap je ve smyslu WHO chápán jako znevýhodnění, které vyplývá z poruchy anatomické, funkční či psychické. Tím je způsobené omezení nebo zabránění určité normální role, která je očekávaná v souvislosti s věkem, pohlavím a sociálními a kulturními požadavky společnosti. Postižení je jakékoliv omezení, nebo nedostatek schopnosti jednat nebo vykonat činnost způsobem nebo v rozsahu, který je považován za normální (Hartl & Hartlová, 2009). Jandourek (2009) rozšiřuje tuto definici nejenom na znevýhodnění jedinců s tělesným či smyslovým postižením, ale i o příslušnost v určité skupině (handicap např. v sociálním znevýhodnění může mít tedy i matka samoživitelka nebo příslušník určitého vyznání). S relativně novým pohledem přichází dokument 2001, tzv. ICF 2001 (International Classification of Functioning, Disability and Health), kde zdůrazňuje faktory vnitřní a vnější, které na jedince působí a formují osobnost jedince. Tyto faktory jsou rozhodující při tvorbě hodnot, preferencí, postojů a u osob s postižením není tedy klíčové vnímání vady funkce či struktury, ale to, jakým způsobem se aktivně účastní nejrůznějších činností a rozvíjí svou osobnost komplexně. Poškození tedy ještě nemusí znamenat handicap. A s touto definicí také pracuje tato práce (Ješina & Kudláček, 2012; Ješina, 2013).

V souvislosti se sociální exkluzí mluvíme o těchto oblastech:

- Pracovní oblast
- Oblast ekonomické nezávislosti
- Oblast fyzické nezávislosti
- Oblast pohyblivosti a orientace
- Oblast sociálních kontaktů

Oblast sebehodnocení a sebeúcty (inovacejsouin.chrudim, 2010).

Uznání okolím v dětství a adolescenci jsou důležitými faktory, které posilují důvěru ve vlastní schopnosti. V důsledku toho mohou mít osoby s vrozeným postižením nižší sebedůvěru než osoby se získaným postižením a samozřejmě bez postižení. (Campbell, in Ješina & Hamřík, 2012).

2. 4 Tělesné postižení a pohyb

Při zaměření na tělesné postižení (poruchy centrální motoriky, míšní léze, svalové dystrofie a amputace) je zřejmé, že jde zároveň o omezení či ztížení, nebo dokonce o nemožnost vykonávat některé pohyby. Dle výše popsaného modelu ICF 2001 to ale nemusí být příčina společenského omezení (handicapu). Naopak, pohyb je u osob se zdravotním postižením velmi důležitý a plní funkci preventivně zdravotní, edukační, reedukační a kompenzační. Napomáhá ke snižování důsledků postižení ve smyslu zvyšování tělesné kondice a tím i samostatnosti a sebeobsluhy. Ovlivňuje psychiku, zvláště pak sebedůvěru, přispívá k překonávání důsledků postižení a pocitu osamělosti. Chápání těla a tělesnosti je pro nápadnost těchto poruch (nekoordinované pohyby, nehodící se, chybějící část těla) ztíženo. Zásadně však ovlivňuje jejich chování a jednání včetně utváření životních perspektiv.

Sebepojetí jedince se zdravotním postižením, vjem jeho těla a vlastní osobnosti je u tělesných postižení ovlivněna např. nepříjatelností skutečností vlastního těla. V konečném důsledku totiž musí dojít k rekonstrukci osobnosti a ke změně identity. S tím souvisí i změna sociálních rolí a to ve směru pasivity, pocitu méněcennosti atd. (Potměšil & Čichoň, 2003).

Tělo je pojímáno jako celek, který je tvořen částmi, ale slouží i jako prostředek sebechápání a seberozvíjení. (Fialová 2000).

Celkově lze říci, že osoby vykonávající pravidelnou pohybovou aktivitu vykazují pozitivnější vnímání svého těla. Citlivěji reagují na prožitky z průběhu pohybu i z dosažených výsledků. Tělo jako celek, ale i jeho části vnímají intenzivněji a spíše kladně. Tělo je vnímáno jako celek, jako „jejich“. Prostřednictvím tohoto hlediska je významné především prožívání vlastního těla a jeho jednotlivých částí a vnímání *sebe* prostřednictvím vlastního těla.

Výrazný rozdíl v chápání postižení je, zda je postižení vrozené nebo získané. U vrozeného postižení se sebepojetí vytváří postupně s biologickým vývojem a mentálním zráním. Naopak u získaných postižení dochází náhle ke změně dosavadního chápání sebe sama. Nabourává se tím zároveň i existující osobnostní schéma a vyvstává zde nutnost hledání

nových rolí. Důsledkem se může stát pasivita, útek od skutečnosti, odevzdání se do péče ostatních (rodiny, atd.) (Potměšil & Čichoň, 2003).

2. 5 Dobrodružství jako prostředek rozvoje

Kurt Hahn, zakladatel Outward Bound¹, postřehl již na přelomu 19. a 20. století:

- Úpadek tělesné zdatnosti (vliv moderních dopravních prostředků, nedostatek vůle a sebekázně čelit stimulům požitku a opojení);
- Nedostatek svědomitosti, starostlivosti a péče (samolibost je ochabnutí fantazie, ztráta citu pro detail);
- Nedostatek iniciativy a bezprostřednosti (Šindler, 2005).

„Lék“ Kurt Hahn nacházel v tělesném cvičení a v tréninku využívající nejrůznějších her a cvičení v přírodě, v tzv. outdoor education potažmo zážitkové pedagogice (Neuman, 2007).

2. 5. 1. Pohyb

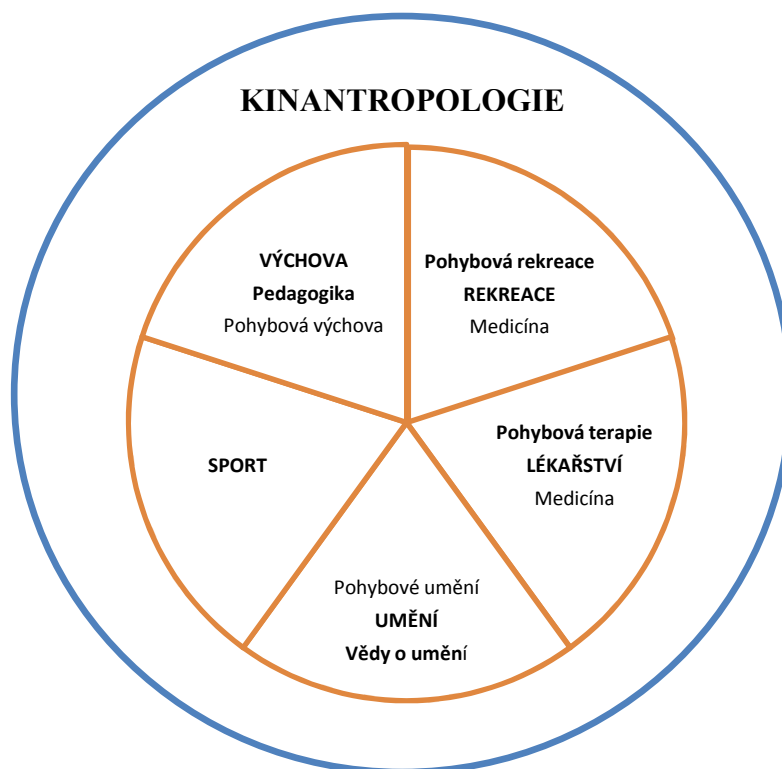
Již Platón popisoval pohyb jako základní předpoklad života. Z pohledu české kinantropologie je to úroveň fyzická (pohyb v prostoru a čase), psychická (pocit'ování, vnímání, myšlení) a zahrnuje také sociální dimenzi pohybu. V kontextu s pohybem tělesným poté mluvíme o tělesné kultuře. Není to však jen dosahování výkonu a krásy, ale je to možnost transcendence, překračování každodenního lidského života (Jirásek, 2005). Pohyb tvoří jádro vývoje člověka a má významný vliv na vývoj řeči, sociálního chování a kognitivních dovedností (Espenak, in Kirchner & Hátlová, 2011). Je prokázán vliv pohybu na rozvoj mentálních funkcí a rozvoj dovedností. Prostřednictvím pohybu se psychomotorika snaží o ovlivnění psychiky ve smyslu uvědomění si vlastního „psychosomatického“ já a jeho možností. Tím, že jedinec na sobě pracuje, má prostor, ve kterém sám objevuje a je podněcována jeho vlastní aktivita, dochází k tvorbě nových vzorců chování a prožívání (Hátlová & Kulhánková, 2008).

¹ Během 70. let svého působení se Outward Bound stala největší organizací v oblasti dobrodružné výchovy a zážitkové pedagogiky. Outward Bound označuje termín, kde loď opouští bezpečné vody přístavu a vyplouvá na otevřené moře, do případného rizika. Je tedy metaforou pro moment, kdy jedinec opouští místo, kde se cítí v bezpečí a čelí podmínkám vyvolávající pocit nebezpečí, rizika, necítí se zde přjemně (Miles & Priest, 1999).

Je – li jedinec postaven před situací, kterou vnímá jako zátěžovou, ve které si nevěří a počítá s neúspěchem, zvyšuje se obava z toho, že by mohl nevyhovět a uzavírá se do sebe. Nadměrná psychická zátěž může vést až k psychickému poškození. Avšak stres a pohybová aktivita patří k sobě, pohybová aktivita může totiž být moderující proměnnou ve vztahu mezi stresem a patologií (Hátlová & Kirchner, 2011).

2. 5. 2 Pohybová kultura

Pohybová kultura je definována jako prostor pro realizaci autentické existence odhalování smyslu lidského způsobu bytí pohybem. Řadíme zde pět prostředků projevu tělesné kultury: sport, pohybová výchova, pohybová rekreace, pohybové umění, pohybová terapie (graficky znázorněno v Obrázku 1) (Jirásek, 2005).



Obrázek 1. Kinantropologický rámec pohybové kultury (Jirásek, 2005, 151)

2. 6 Dobrodružství, dobrodružná výchova

Člověk se plně projeví teprve, když měří své síly s nějakou překážkou (Exupéry)

Pocit dobrodružství se vytváří v naší mysli. Je to napětí, které vzniká před tím, než uděláme krok do neznáma, zahájíme činnost, která je nová, o které nevíme, jak skončí. Toto napětí se mění v naše hluboké subjektivní záležitosti (Neuman, 2007). Dobrodružství spojené s pohybovou činností a s přemáháním rizik se stávají významným předmětem motivace k učení. Dobrodružství a dobrodružné programy, potažmo zážitkové programy, mohou mít různou hloubku dopadu. Samozřejmě je třeba vycházet z individuálnosti každého jedince. Intenzita „zásahu“ programu závisí také na délce trvání, intenzitě programu a účastnické skupině. (Pryor, 2009). Výstižně pojem dobrodružství zachycuje Másílka (2005, 45) v pojmové mapě:



Obrázek 2. Pojmová mapa dobrodružství (Másílka, 2005, 45)

Výchova dobrodružstvím není samoučelné hledání požitků a prožitků, ale je to proces umožňující učení a růst lidského potenciálu. Dobrodružná výchova je koncept prohlubující znalosti o sobě samém, o druhých lidech ve skupině, o přírodním prostředí a světa kolem nás.

Spojení pohybu, dobrodružství a přírody může vést k cílenému působení na člověka a to nejen v oblasti znalostí, dovedností a návyků, ale i na jeho hodnotovou orientaci. Opravdovost a pravda se stávají neodmyslitelnou součástí výchovného procesu. Reálnost přírody staví před jedince velkou řadu možností – před přírodou se nelze vymluvit, uhnout či oklamat. Přírodní prostředí klade nároky nejenom na psychickou vyrovnanost, na kolektivní

jednání, fyzickou zdatnost, ale i na morální vyspělost. Všechny tyto vlastnosti jsou nenuceně posilovány, a to bez pocitu umělosti!

Toto prostředí prověřuje jedince po všech stránkách, obnažuje jej až na dřev osobnosti. Dochází k odhalení přirozenosti, k odmaskování. Vypjaté či přímo krizové momenty se nedají řešit přetvářkou, ale jedině s upřímností. Kdo se za masku schovává je brzy usvědčen z pokrytectví a maska je i tak stržena. Jsou zasahovány všechny složky osobnosti včetně hodnotové orientace a etických přesvědčení.

Výchova v přírodě může být jednou z alternativ k řešení krizových projevů dnešní společnosti. Z dříve popsaného pohledu Ericha Fromma jde o pól „BÝT“. Být znamená ponechávat všemu autentickou hodnotu, člověk nekonzumuje a nevlastní, ale ponechává nezávislost a svobodu. Z pohledu „být“ člověk bohatě vnímá a prožívá. Příroda z tohoto pohledu neznamena pouze něco „co člověk nevytvořil“, ale obsahuje přirozenost. Není to pouhý objekt zájmu, ale je to prostředí obklopující a zahrnující celou lidskou komunitu. Je to zesynchronizovaný a zharmonizovaný kosmos (Hanuš & Jirásek, 1996).

2. 7 Česká terminologie v oblasti dobrodružství

Česká republika je specifická v užívání pojmů z oblasti dobrodružství, výchovy a aktivit v přírodě (Turčová, 2007). Česká historie výchovy v přírodě je ovlivněna německým turnerstvím (základy „turistiky“ a horolezectví), anglickými kluby gentlemanů, Robertem Badenem Powelem a skautstvím (v Československu zakladatel Antonín Benjamín Svojsík a Junák – český Skaut), dále Kurt Hahn a Outward Bound, Woodcraft Ernesta Setona (v Česku na jeho odkaz navázal Miloš Seifert s „Lesní moudrostí“). Byl to ale také Sokol a dále tábornické školy, jež se rozvinuly do českého fenoménu v podobě Prázdňinové školy Lipnice. (Hanuš & Jirásek, 1996). Velký dopad a historickým fenoménem se také staly Foglarovy čtenářské kluby (Bartůněk & Martin, 2007). Je nutné také zmínit kořeny v teziích Aristotela, Sokrata a kalokaghatia.

Historicky nejstarší organizovanou dobrodružnou aktivitou v České republice byl Klub českých turistů, a to již v roce 1888 (Turčová, Martin, & Neuman, 2007). Koncept výchovy v přírodě se vyvíjel specificky. Český koncept vychází z ojedinělých kořenů české výchovy v přírodě a navazuje na její nejlepší tradice. Je logickým vyústěním pedagogických snah a koncepcí. Už historickými souvislostmi se česká výchova liší od konceptů v zahraničí. Český koncept zdůrazňuje slova prožitek, zážitek, zkušenost, jež jsou vyvolávány v procesu

dramaturgie a uváděny v cíleně plánovaných situacích tak, aby bylo dosaženo co největšího rozvojového potenciálu (Hanuš & Chytilová, 2009).

Setkáváme se s pojmy ryze českými jako výchova v přírodě, výchova dobrodružstvím, zážitková pedagogika, zážitkově pedagogické učení, ale dochází i k „vypůjčování“ pojmů anglických, která se časem stala součástí naší terminologie – outdoorový, teambuildingové kurzy atd. (Turčová, 2005).

2. 7. 1 Výchova v přírodě (Outdoor Education)

Outdoor Education je v zahraničí chápán jako zastřešující pojem. Tento pojem popisuje všechny formy vzdělávání spojené s přírodou. Výchova v přírodě využívá přírodní prostředí a podmínky k edukaci jedince (Turčová, 2007). Dle Gilbertsona (2006) jde především o oblasti:

- ekologický vztah k přírodě;
- rozvoj fyzických schopností a dovedností;
- mezilidské vztahy.

Historicky z tohoto pojmu vplynuly dva další směry, a to environmental education a adventure education (v českém prostředí chápáno jako dobrodružná výchova).

2. 7. 2 Zážitková pedagogika (Experiential Education)

Nejobsáhleji a nejvýstižněji definuje tento český fenomén Jirásek (2004) jako:

Pod označením „zážitková pedagogika“ tedy nadále budeme rozumět teoretické postihu a analýzu takových výchovných procesů, které pracují s navozováním, rozborem a reflexí prožitkových událostí za účelem získání zkušeností přenositelných do dalšího života. Cíle takových výchovných procesů mohou být vytyčovány a dosahovány v různorodém prostředí (školním i mimoškolním, přírodním i kulturním), v rozmanitých sociálních skupinách (diferencovaných věkem, sociálním statusem, profesním postavením či dalšími demografickými faktory) a naplňovány nejrůznějšími prostředky (hrami všech typů, modelovými situacemi, tvořivými a dramatickými dílnami, besedami a diskuzemi, fyzicky a psychicky náročnými výzvoými situacemi, sebepoznávacími i k týmové spolupráci směřujícími aktivitami). Pro zážitkovou pedagogiku je prožitek vždy pouhým prostředkem, nikoliv cílem. Cílem pro ni

zůstává starořecký výchovný ideál, všestranný rozvoj k harmonii směřující osobnosti.

Zážitková pedagogika je postavena na těchto pilířích:

- metoda cílování (formulace cílů a jejich tematizování);
- motivace (logo, hudba,...);
- dramaturgie (promyšlená skladba);
- metoda výrazových prostředků (pohyb, hudba, prostředí);
- metoda ovlivňování osobnosti prostřednictvím situace (hra, role,...);
- Metoda zpětné vazby (uzavření celého procesu) (Hanuš & Chytilová, 2009).

Koncept zážitkové pedagogiky byl ve svém vývoji ovlivněn několika koncepty, a to:

- Teorie Flow (Mihali Csikszentmihalyi);
- Teorie zóny komfortu;
- Maslowova hierarchie potřeb;
- Kolbův cyklus;
- Gardnerova teorie inteligencí (Hanuš & Chytilová, 2009).

V Tabulce 1 přináším srovnání programů dobrodružných a konceptů zážitkové pedagogiky u nás.

Tabulka 1. Srovnání dobrodružné výchovy a zážitkové pedagogiky u nás

Dobrodružná výchova	Zážitková pedagogika
<ul style="list-style-type: none"> - Odehrává se venku v přírodě, v divočině - K vyvolání prožitku slouží přírodní podmínky a aktivity v ní provozované (horolezectví, rafting, lanové aktivity, vodní turistika, cyklistika) - Kurzy se ve velmi malé míře odehrávají v uzavřeném prostředí 	<ul style="list-style-type: none"> - Různorodá prostředí – příroda, třída, město
<ul style="list-style-type: none"> - Pro vyvolání prožitku je skupina nebo jedinec vystaven dobrodružství, výzvě, riziku 	<ul style="list-style-type: none"> - Prožitku je docíleno fyzicky i psychicky náročnými situacemi, ale také výtvarnými či dramatickými

- Toto riziko může být fyzické, emocionální, materiální	prostředky - Není zde nutnost rizika či výzvy
--	--

(Zdroj: Halaszová, 2012, 34)

2. 8 Od rekreace k terapii

Od 30. let minulého století začaly nezávisle na sobě vznikat různé směry a přístupy užívající pohybovou činnost jako prostředek změny (Itan, 2001, Kirchner & Hátlová, 2011).

Kombinace programů pohybových, dobrodružných, využívající přímou zkušenost mají různou intenzitu a různý dopad na účastnickou skupinu. Rozlišuje se několik možností intervencí dopadu programu na účastníka.

Rekreace – cílem rekreačních programů je regenerace, relaxace a obnova sil duševních a fyzických (Hodaň & Dohnal, 2005). Klíčovými slovy rekreace je zábava, výzva, iniciativa a hlavním cílem je podněcovat aktivní životní styl a vytvořit možnosti svobodné volby využívání volného času (Van Coppenolle et al., 2004).

Vzdělání/ trénink/ výchova – rozvíjení jasně definovaných kompetencí, působení ve smyslu podpory vnímání identity a sebepojetí. Výchova je záměrné, více či méně systematické rozvíjení citových a rozumových schopností člověka, utváření jeho postojů, způsobu chování, v souladu s cíli dané skupiny, kultury apod. (Hartl & Hartlová, 2011).

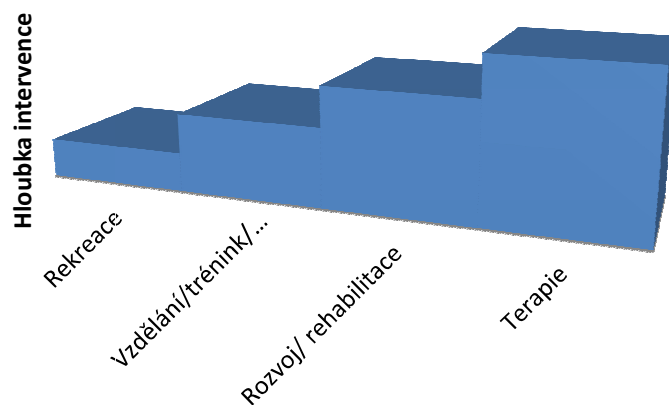
Rozvoj – rozvoj ve smyslu změny vzorců chování, osobnostní růst, ale také ve smyslu rozvoje skupiny (zlepšení komunikace, spolupráce atd.).

Terapie- je definována jako systematický přístup pomoci osobám s určitým poškozením či postižením. Terapie jsou spojeny s lékařskými profesními organizacemi, např. fyzioterapie, ergoterapie, logoterapie, a dalšími příbuznými profesemi, jako například psychomotorická terapie, taneční, pohybová terapie, terapeutická rekreace, hydroterapie a kardiologická rehabilitace. V souvislosti s popisovaným významem pohybu (kapitola 2. 5. 1)

- *Psychomotorická terapie* - v mnoha Evropských zemích se používá termín psychomotorická terapie (PMT) ve spojení se snahou zlepšit psychosociální stav osob s psychologickými či psychiatrickými problémy. PMT je založena na práci se zkušenostmi s tělem a pohybem. Psychomotorická terapie je sestavena pro osoby s psychologickými problémy, u kterých tvoří důležitou část komplexní terapie. Kombinuje emocionální, kognitivní a symbolické odpovědi těla (Van Coppenolle et al., 2004).

- *Laban systém* - celostní systém integrace těla a mysli v tvořivém uměleckém prostředí.
- *Taneční a pohybová terapie* - cílem pohybově - taneční terapie je umožnit člověku jasnější vnímání a orientaci ve vztazích, vztah k sobě samému.
- *Kinezioterapie* – ČR si vytvořila, tak jako ostatní státy východního bloku, svou vlastní cestu v oblasti pohybové terapie a od roku 1990 se vyvíjí Kinezioterapie – z evropského pohledu jde zařadit do psychomotorické terapie zaměřené na prevenci a léčbu psychických poruch a psychiatrických onemocnění (Kirchner & Hátlová, 2011).
- *Kinezioterapie* - označuje aktivně prováděný záměrný pohyb za účelem somatopsychickému ovlivnění jedince, jeho duševních procesů a stavů. Pracuje s pohybovými programy, tělesnými cvičeními a pohybovými hrami.
- *Terapie dobrodružstvím* – terapie dobrodružstvím je stále tvořící se směr, který nemá vypracovanou vlastní teorii. Stejně jako kinezioterapie využívá poznatky psychoterapie. Oblast terapie dobrodružstvím je tedy vnímána ve světě dvěma způsoby – buď jako využívání prvků výzvodových aktivit, zážitkového učení nebo výchovy v přírodě v různých terapeutických programech nebo jako samostatné terapeutické odvětví (Kirchmayer, 2013).

PŮSOBNÍ DOBRODRUŽNÝCH PROGRAMŮ NA ÚČASTNÍKA



Obrázek 3. Hloubka intervence dobrodružných programů na účastníka (Ringer & Gillis, 1995, 2)

3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE

Hlavní cíl:

Hlavním cílem bakalářské práce je analyzovat a popsat Adventure Therapy jako prostředek osobnostně – sociálního rozvoje osob se speciálními potřebami.

Dílčí úkoly

Dílčí úkol 1: Vytvořit teoretické podklady zabývající se Adventure Therapy a jejím přesahem a účinností v dopadu na osoby se speciálními potřebami

Dílčí úkol 2: Vypracovat přehledný bibliografický seznam literatury zabývající se Adventure Therapy a osobami se speciálními potřebami

Dílčí úkol 3: Vytvořit přehled národních a mezinárodních organizací zabývajících se Adventure Therapy a osobami se speciálními potřebami

4 METODIKA

Bakalářská práce je postavena na kvalitativním výzkumu, je teoretického nenumerického charakteru. Kvalitativní výzkum umožňuje porozumět zkoumanému fenoménu, s cílem vytvářet nové teorie a hypotézy (Disman, 2000). Tento výzkum nabízí hluboký a detailní vhled do určité oblasti (Olecká & Ivanová, 2010).

Práce má charakter odborné kompilace, která je definována jako shrnutí dosavadního stavu řešení problému u různých autorů. Kompilace nabízí další postup, zpřehlední problému, může nastolit další otázky pro výzkum, kriticky zhodnocuje dosavadní práce (Havlíček, n. d.). Kompilace je koláží, která z výsledků druhých tvoří originální dílo (Šanederová, 2005). Kompilace není mechanické spojení, ale tvůrčí syntéza.

Po kritickém prohlédnutí větší části existující literatury je možné stávající problém jasně vyložit a dát poznatkům jasnou souvislostí ústící do inteligentního syntetického přehledu (Eco, 1997).

4.1 Sběr dat

Pro sběr dat byla využita technika zkoumání dokumentů. Dokumenty byly vybrány dle Hendla (2005) z osobních dokumentů, úředních dokumentů, archivovaných údajů a virtuálních dat, konkrétně jsou to knihy, články, televizní programy, internetové stránky, obsahy internetové pošty a obsahy internetových diskuzí. Byla využita obsahová analýza, která napomáhá objektivně a systematicky zpracovat dokumenty tak, aby byly nalezeny spojitosti a vypracovány závěry (McNeill, 1990; Gray, 2007). Dle Hendla (2005) jde o získávání dat, která byla pořízena vypracována jinou osobou. Data je potřeba jen dohledat.

Výzkumný vzorek byl postaven na základě klíčových slov. Byla to slova: *Adventure Therapy, Terapie dobrodružstvím, dobrodružná terapie, Wilderness Therapy, Disability, handicap, impairment, special needs, postižení a jejich vzájemná kombinace*. Tato slova byla uplatňována při hledání v knihovnách (Knihovna Univerzity Palackého v Olomouci, Knihovna v Novém Jičíně), databázích a elektronických časopisech, na relevantních internetových stránkách a při osobním oslovování vědeckých pracovníků v oblasti Adventure Therapy. Pro sběr dat byl využit český a anglický jazyk.

V práci byla uplatněna také „snowball method“ neboli metoda sněhové koule, kde dochází k nabalování nalezených zdrojů, které vedou k získávání dalších zdrojů (Olecká & Ivanová, 2010).

Knihovny

Za pomoci klíčových slov byly prohledávány databáze knihoven v Olomouci (vědecká knihovna, knihovna Univerzity Palackého v Olomouci) a dále v on – line katalogu knihovny Ostravské univerzity v Ostravě.

Databáze a elektronické časopisy

Ve světě rozšířený pojem Adventure Therapy byl dobře dohledatelný v databázích. Selekcí a kombinací klíčových slov se výběr článků z několika stovek zúžil na zpracovatelnou míru. K vyhledávání byly využity databáze EBSCO, PROQUEST a SPORTDiscus with Full Text.

Nejfrekventovanějšími elektronickými žurnály byly Therapeutic Recreation Journal, Journal of Experiential Education, Journal of Rehabilitation.

Internetové stránky

Internetové stránky byly zdrojem dalšího hledání pramenů. Hledání probíhalo buď přes internetový vyhledávač Google, dále přes tzv. RIV – Informační systém výzkumu, experimentálního vývoje a inovací. K hledání byly využity také servery přímo související a shromažďující data přímo o Adventure Therapy (Příloha 2) (zjištěno snow-ball metodou).

Osobní oslovení

Komunita vědeckých pracovníků v oblasti Adventure Therapy je složena z členů z celého světa. V současné době čítá na 300 členů. Po oslovení této skupiny mi byly zaslány materiály v podobě vědeckých článků, disertačních a magisterských prací a sborníků z konferencí.

Do Tabulky 2 byla zaznamenána konečná čísla dohledaných zdrojů. Sloupec s nadpisem Adventure Therapy je pro ukázkou znázorněné číslo dohledaných zdrojů o této problematice, sloupec vpravo jsou už vyselektované články z kombinací Adventure Therapy a disability (a další, viz. klíčová slova).

Tabulka 2. Výsledky hledání klíčových pojmů

Zdroj	Adventure Therapy	z toho Adventure Therapy & Disability
Knihy, sborníky z konferencí	4	1
Databáze, vědecké časopisy	310	14
Relevantní internetové stránky	115	1
Zaslané články, závěrečné práce	29	6
CELKEM	458	22

(Zdroj: vlastní)

Z toho byly dohledány celkově 4 „ryze české“. Jedna publikace a tři články, **žádný** z nich však není specifikován na problematiku osob se speciálními potřebami.

4. 2 Analýza dat

Získané zdroje byly zpracovány nejprve v obecné části popisující Adventure Therapy a na základě této části vyvozena specifika pro osoby s postižením.

Dle Olecké & Ivanové (2010) je prvním krokem analýzy kategorizace dat. Došlo k přečtení získaných dokumentů, v nichž byly hledány pojmy – označení přidělená jednotlivým jevům. Dále byly stanoveny kategorie pojmů a tato kategorie seskupuje podobné jevy. Došlo tedy ke kódování dokumentů. Následně byl text převyprávěn do uceleného textu. Názvy kategorií korespondují s názvy kapitol (viz. kapitola 5 Výsledky). Přehledně sumarizované zdroje týkající se výhradně osob se speciálními potřebami a Adventure Therapy jsou seřazeny v Příloze 2.

Kapitola obecně popisuje dobrodružnou terapii. Následně z ní vychází kapitola specifikovaná na aplikaci Adventure Therapy pro osoby se speciálními potřebami

5 VÝSLEDKY

Je pěkné vidět tendence putovat divočinou. Únava, pohnuté nervy, „přecivilizovaní,, lidé začínají zjišťovat, že jít do hor znamená jít domů, že horské parky nejsou jen „pramenem“ řeziva, ale „pramenem života“ (John Muir)

5.1 Definování dobrodružné terapie

Dobrodružná terapie je nově vznikající terapeutický směr, který zahrnuje psychicky i fyzicky náročné činnosti odehrávající se většinou v odlehlém přírodním prostředí, nebo prostředí, které navozuje dobrodružné situace. Využívá zkušenosti z poznatku, že faktor dobrodružství a rizika byl pedagogy a psychology identifikován jako velmi výrazný a efektivní element, který je schopen vytvořit vzorce pro řešení krizových situací a je vhodným nástrojem pro „odpoutání se“ od problémů (Kirchner & Hátlová, 2011, 22).

Dobrodružná terapie stojí na prolnutí několika disciplín. Klade důraz na prožitek ve volné přírodě spojené s pocitem dobrodružství a k tomu náležící nebezpečí, současně s působením skupiny, pohybové aktivity, dále prolnutí tradičními formami psychoterapie, rozmanité kulturní a spirituální prvky, jež patří do zvyklostí daného místa nebo klientů, zároveň staví na principech zážitkové pedagogiky a učení prožitkem ve skupinovém pojetí (Ringer, 2008 in Kirchner & Hátlová, 2011; Hátlová & Kirchner, 2004; Gillis & Thomsen, 1996).

Staví na přístupu Outward Bound (OB). Outward Bound využívá expedice do divočiny založených na výzvách a překonávání vnímaných limitů účastníků a tím k rozvoji sebevědomí. Do Adventure Therapy patří také výzvové kurzy pro skupiny, organizace, rodiny, které se snaží rozvíjet interpersonální dynamiku a hledají nové cesty v komunikaci.

Principy

- I. Přístup využívající faktor „hory mluví k tobě“ – neboli faktor využívající přírodu jako klíčový terapeutický přístup, který usnadňuje pomoc, reflexi a působení terapeuta.
- II. Adventure Therapy je považována za primární nebo doplňkovou, formu terapeutického procesu.
- III. Individuální nebo skupinová báze používaná v léčbě (Gass, Gillis, & Russell, 2012).

Programy jsou zaměřené na psychickou a psychologickou funkcionalitu, emoční zdraví, fyzické zdraví, duševní zdraví, sociální a mezilidskou funkcionalitu a společenské

soužití (Kirchner & Hátlová, 2011). Je to úmyslné použití kombinace dobrodružných aktivit (například expedice, lanové aktivity, iniciativní hry) pro dosažení psychoterapeutických cílů (Neill 2004).

5. 1. 1 Prvky Adventure Therapy

Dobrodružná terapie staví na několika pilířích. Vychází ze spirituálního a kulturního zázemí daného místa a přizpůsobuje se i moderní době a přístupům. Zahrnuje tedy i adaptaci dobrodružných aktivit na městskou nebo indoorovou formu, s tím, že si stále zachovává svou prožitkovou podstatu (Kirchner & Hátlová, 2011). Dle Ringera (in Kirchner & Hátlová, 2011) je vymezena pěti oblastmi:

- a) Prostředí přírody (případně divočiny)
- b) Dobrodružné činnosti
- c) Spirituální/kulturní prvky
- d) Psychoterapeutický přístup
- e) Skupinová dynamika

a) Prostředí přírody (případně divočiny)

Rozsáhlá neobydlená území, kterými disponují především země kolonizované západními kulturami, byly vhodným prostředím pro rozvoj programů dobrodružné terapie. Prvky dobrodružné terapie se ale liší také v zemích evropských a asijských. Například v Anglii se prvky dlouho přizpůsobovaly kulturním požadavkům. Příroda nabízí jak fyzické překážky, tak prostor pro nastavení duševního spojení a sounáležitosti.

Formy

1) Forma založena na dlouhodobých pobytech v táborech, které jsou umístěny v izolovaném prostředí a poskytují zázemí pro terapeutickou skupinu a terapeutické činnosti jako horolezectví či kanoistika. Tato forma je dokonce v USA hrazena pojišťovnou.

2) Druhou formou jsou výpravy na deset či více dní, které zahrnují výrobu přístřešků, vaření, skupinovou práci a další terapeutické procesy. K přemístování je využita chůze, kánoe, plachtění, lyžování, jízda vlakem, na koni, oslu či jiném zvířeti (Gillis & Gass, 2003).

b) Dobrodružné činnosti

Dobrodružství je v tomto kontextu chápáno z pohledu západní civilizace, pohled nezápadních kultur na pojem dobrodružství bude samozřejmě odlišný (Kirchner & Hátlová, 2011). Sama podniknutá cesta nabízí prvek dobrodružství. Příkladem dobrodružných činností může být například horolezectví, kanoistika, turistika, lyžování, jeskyňářství, cyklistika, orientační běh apod. Některé indoorové dobrodružné aktivity zahrnují lezení na umělých stěnách, problémové a kooperativní hry a transformují tyto dobrodružné aktivity do městského prostředí. Vše ve spojení s filozofií, která zahrnuje aktivní zkoumání neznáma, ve kterém se objevily **výzvy vnímané jako příležitost**. Skupina je viděna jako esenciální prvek jednotlivých úspěchů a příležitostí (Itan, 2001; Kirchner & Hátlová, 2011; Herbert, 1998). Klíčové je, aby:

- byly fyzicky náročnější než každodenní život průměrného účastníka, tedy rozšiřovaly rámec denní rutiny;
- zahrnovaly pocit fyzického rizika (subjektivní pocit);
- účastníci měli podněty pro spolupráci a byly jim nabídnuty prvky k řešení problémů;
- poskytovaly možnost experimentovat, inovovat a vytvářet paralely mezi úspěchem v dobrodružné aktivitě a úspěchem každodenního života;
- vyvolávaly v účastnících fyziologické a biochemické změny, které na účastníky působí blahodárně (Gass, Gillis, & Russell, 2012).

c) Spirituální/kulturní prvky

V posledních staletích se spiritualita oddělila od každodenního života západní civilizace. Proto ji dobrodružné programy propojují s přírodou a kulturou a zprostředkovávají účastníkům západních kultur.

Mocná příroda uchvacuje při pohledu na západ slunce nad jezerem, při dlouhém dni na kajaku nebo při jiskřivém odlesku paprsků od sněhu při dlouhém a únavném pochodu v zimě na sněžnicích. Příroda nabízí sebepoznání a duševní probuzení například při dnech strávených v samotě. Účastníci zažívají zintenzivnění mentálních prožitků a snaží se nacházet jejich smysl. Dlouhé pochody na expedicích dávají prostor k přítomnosti ticha, chůze, dýchání. Stejný rytmus dodává možnost sebereflexe, „zrovnoprávňuje“ skupinu a terapeuta, společný „cíl“ nebo „úkol“ navozuje homogenitu účastníků, která je pro terapii přínosná (Kirchner & Hátlová, 2011).

d) Psychoterapeutické přístupy

Zahrnutí psychoterapeutických zásad a procesů je jeden ze způsobů, jakým se některé programy odlišují od dobrodružné výchovy a dobrodružných programů. Velká část programů dobrodružné terapie využívá prožitkového učení jako součást teoretického schématu. Dobrodružná terapie využívá terapeutických zásad odvozených od existujících programů psychoterapie

e) Funkce skupiny

Skupina je silný prvek, který rozvíjí účastníky programu, ne všechny druhy se však ve skupině odehrávají. Skupinová dynamika dodává programu bohatost a pro klienty je velice užitečná (Kirchner & Hátlová, 2011).

Další principy dobrodružné terapie:

- ❖ **„Divokost“** – jádrem programů je (ale ne vždy musí být) divočina, prvek dobrodružství. Někdy je potřeba cestovat mimo naše nevhodné zážitky, abychom plně pochopili souvislosti v naší denní rutině. Divočina a dobrodružství může nabídnout možnost vyzkoušet si věci z jiného úhlu pohledu a nový způsob, jak věci dělat. Najednou jsou každodenní starosti a problémy života nahrazeny zaměřením na další základní potřeby, a tato nutnost zaměštnává natolik, že produkuje uspokojivé chování. Klíčové je, že jádrem této zkušenosti je pro mnohé objev, že to, co je zapotřebí pro úspěch, je způsob, který by dotyčného nikdy nenapadl, že by v něm mohl uspět.
- ❖ **Setkání, prožívání a poznávání přírody se zaměřením na vzdělávání** - přírodní prostředí vytváří příležitosti pro reálné zkušenosti bez toho, abychom museli uměle vymyslet dobrodružné aktivity. V podstatě není potřeba, aby byly uměle vytvářeny překážky jako slaňování atd. Příkladem může být, zda skupina překročí rozvodněnou řeku, nebo kde postaví tábor. Není potřeba vytvářet hrozby - jsou reálné, a reálné jsou i následky.
- ❖ **Bezpečný prostor** – dobrodružné programy vytváří prostředí, ve kterém se klient, účastník, plně soustředí na učení a růst. Vytváří fyzicky a emocionálně bezpečný prostor - to znamená, že se lidé rozhodnou spíše pro ty výzvy, které nejsou nucené.

- ❖ **„Time out“** - životní prostředí klientů je zatíženo rizikem, chaosem a stresem. Terapie dobrodružstvím je příležitost, aby účastník zhodnotil, podíval se na to, kde je, a pak se podíval na to, kde být chce.
- ❖ **Zkušenostní učení** - účastníci kurzu se mohou učit svým vlastním tempem a přizpůsobit se, učí jejich vlastní rozvojové potřeby.
- ❖ **„Venkovní“ učebna** - je ideální prostředí pro účastníky, přírodní prostředí dotváří rámec sebehodnocení, pomáhá k jinému způsobu řešení problémů a rozhodování.
- ❖ **„Jiný způsob“** – příležitost dívat se na věci jinak, jiným způsobem, terapie dobrodružstvím nabízí nové možnosti, nové příležitosti, více nápadů (Ashworts, 2010).

5. 1. 2 Činnosti typické pro Adventure Therapy

Terapie dobrodružství je založena na principech zážitkové pedagogiky, ale přidává konkrétní klinické zaměření. Terapeutické použití dobrodružství zahrnuje léčbu dlouhotrvajícího problému nebo vzor chování. Spíše než se zaměřením na patologii, dobrodružné terapie se zaměřuje na silné stránky klientů a jejich schopnosti, a zároveň poskytuje příležitosti k úspěchu. Dobrodružné iniciativy, spíše než aby se zaměřovaly na překážky, zaměřují se na řešení osobních schopností. Klienti mají možnost dělat věci jinak, prolomit ustálené vzorce chování (Kimball & Bacon, 1993).

Sheldon a Arthur (2001) dokonale vystihují podstatu působení intenzivní zkušenosti na přenos do reálného života člověka. V terapii dobrodružstvím se účastníci setkávají s novými situacemi, které vyžadují *nové způsoby*, jak zpracovávat informace. Staré způsoby pohledu na věc pravděpodobně nevyužijí efektivně v novém prostředí, v nové situaci. Nové znalosti musí být integrovány se starými a přetvořit vnímání. Při vypořádávání se s nepohodlím můžou klienti buď zkusit něco nového, nebo se vrátit do starých vzorců chování. V každém případě, v rámci terapie dobrodružstvím, je *zpětná vazba okamžitá*. Když klient zkusí něco nového, může to zmírnit nepříjemné pocity, které vyvstávají při použití starých vzorců, a tím je dokázána *jejich neúčinnost*. Novým vzorcem dochází ke zmírnění nepohodlí a vytváří se nový zdroj chování. Například lidé, kteří mají pocit, že musí být soběstační a je pro ně nepříjemné s úkolem žádat o pomoc. Pouze tím, že žádají pomoc a obdrží pomoc, se jim podaří aktivitu, situaci zvládnout. Jestliže se podaří v určité oblasti

rozšířit komfortní zónu, můžeme potom tyto zkušenosti zobecnit i v dalších směrech možného rozvoje, dojde ke zpevnění příslušné kompetence.

Záměrem je vést účastníka/klienta k *sebekonfrontaci* a kognitivnímu přehodnocení prostřednictvím uvědomování a sebereflexe. Úkolem programu terapie dobrodružstvím je připravit takové prostředí, které usnadní klientovi vnitřní motivaci ke změně. Změna totiž není chápána jako jednotlivá událost, ale jako **proces**. Zásadní je pod dohledem terapeuta vést klienta k tréninku dovedností a sebereflexe. Účinnost terapie je vyšší, probíhá – li terapie v počtu do 12 osob.

Optimální učení pochází od průměrné úrovně úzkosti. Příliš vysoká nebo nízká hladina úzkosti jsou problematické v motivaci klientů. Pokud je úzkost příliš nízká, je klient méně ochotný změnit vzorce chování. Nadměrná úzkost brzdí proces učení, protože klient je příliš posedlý a snaží vyrovnat se se změnami. Je důležité vytvoření odpovídající úrovně vzrušení pro optimální učení (Sheldon, & Arthur 2001).

Konkrétní příklady činnosti

- Programy dobrodružné terapie často zahrnují turismus, cyklistiku, camping, vodáctví, speleologie, vysoké nebo nízké lanové iniciativy, turistiku, orientační běh, horolezectví. I když jsou tyto programy často prováděny v pouštním prostředí, mohou být použity i v městském prostředí (Herbert, 1998; McAvoy, Schatz, Stutz, Schleien, & Lais, 1989).
- Programy využívají zimu jako prostředku, dochází k využití psích spřežení, sněžnic a pohybu v zimní přírodě (Hough, & Paisley, 2008).
- Lanové překážky ve městech i v přírodě a umělé lezecké stěny nabízejí možnost fyzického dobrodružství, kde přírodní prvek chybí nebo se objevuje jen náhodně. Lanové překážky mohou být doplňkem ústavních programů. Jsou to prostředky pro překonávání strachu a zvládání dovedností, podporují osobnostní růst (Kirchner & Hátlová, 2011; Wolf & Mehl, 2011).
- Programy obsahují výzvové aktivity a stresové prvky. Adventure Therapy používá ale také seznamovací aktivity, icebreakers², „iniciativní a týmové hry³“ aktivity nebo také „trust buildingové⁴“ aktivity (Herbert, 1996).

² Hry pro seznámení kolektivu, navození příjemné nálady a získání prvotní důvěry

³ Řešení problému za pomoci hry a skupinové spolupráce (Neuman, 2007)

⁴ Důležitým prvkem ve skupině je získání vzájemné důvěry, tyto aktivity zvyšují připravenost skupiny a jednotlivců na rizika neobvyklých situací (Neuman, 2007)

Zásady při přípravě programů

- Výborná znalost „outdoorových“ dovedností (pádlování, lezení) jak vedení tak účastníků.
- S účastníky se pracuje postupně, schopnosti se rozvíjejí od jednoduchých úkolů až po složité.
- Zavedení „rutiny“, pravidelného denního řádu, činnosti, které se vyskytují každý den.
- Vytvoření „kooperativního“ prostředí – týmová práce vede ke skupinovým úspěchům.
- Pozitivní prostředí, které vede k otevřené komunikaci a předcházení problémů (každý může sdělovat své potřeby a touhy).
- Možnost volby (frustrace z nemožnosti rozhodnout se, vede k agresivitě) pomáhá účastníkům, aby cítili, že mají věci pod kontrolou (McAvoy, Smith, & Rynders, 2006).

5. 1. 3 Bezpečnost, riziko, etika

Snad nejdůležitějším principem dobrodružných aktivit, je zajištění psychického a fyzického bezpečí účastníků. Musí být stanovena jasná pravidla platná pro všechny účastníky i organizátory (Neuman, 2004). Není možné jít do rizika, které by mohlo účastníky ohrozit. Rozlišují se dva zásadně odlišné typy rizik: riziko vnímané a aktuální riziko. Vnímané riziko je pocíťováno účastníkem v průběhu aktivity, ale při správném zpracování účastníka rozvíjí, ovlivňuje jeho zónu komfortu⁵, kdežto reálné riziko se v aktivitě opravdu vyskytuje a jeho nezvládnutí může znamenat fatální následky (Barnes, 1997).

Typickými každodenními opatřeními je například zjištění počasí, znalost terénních podmínek, počet hodin denního světla, zdravotní stav účastníků atd. (Barton, 2007). Vždy je ale potřeba, seznámit se všemi benefity, ale i riziky a nebezpečím na programech (Sugerman, 1988).

Etika

Jeden z největších dokumentů k etickým pravidlům u Adventure Therapy je „Ethical Guidelines“, od Association of Experiential Education (AEE) Therapeutic Adventure Professional Group (AEE, 1992).

⁵ Zóna komfortu je známé, bezpečné, rodinné a předvídatelné místo. Dobrodružné a zážitkové programy pomáhají tuto zónu rozšiřovat a překonávat tak stres a úzkost (Martin, Franc & Zounková, 2004).

Při terapii dobrodružstvím je nutné brát v úvahu etické postupy při práci s klienty. Etickou otázkou je například, jak velkému riziku můžeme klienta vystavit. Činnosti musí být pečlivě vybrány a plánovány a podporovat klientův rozvoj. Aktivity nesmí způsobovat zbytečné úzkosti. Klient by měl být ve stabilizovaném stavu a o aktivitách by měl vědět ošetřující lékař. Terapeut by měl kontrolovat klienta ve všech fázích zkušenostního učení, aby byl možný pozitivní transfer do života (Sheldon, & Arthur, 2001). Obecně platí, že:

- profesionálové poskytují servis jen na hranice svých kompetencí, znalostí, tréninku, supervize, zkušeností a praxe;
- je potřeba mít patřičné zkušenosti, vzdělání, trénink, supervizi, konzultaci s osobou vzdělanou v tomto oboru;
- jednotlivé kroky v Adventure Therapy musí být postaveny na základě způsobilosti a k celkovému blahu klienta (Gass, Gillis, & Russell, 2012).

5. 1. 4 Personální zastoupení

Dle Gasse (1990) musí programy provádět zkušený terapeut, který umí „zacházet“ s dobrodružstvím a má psychoterapeutický výcvik. Je potřeba, aby měl terapeut osobní zkušenost s dobrodružnými programy, aby dokázal odhadnout limity a vhodně je aplikovat.

Prvním krokem v každém programu, zvláště pak v terapii, je aby se vybuodoval vztah mezi klientem a terapeutem. Terapeut je zprostředkovatel změn. Programy musí provádět zkušený terapeut, který umí „zacházet“ s dobrodružstvím a má psychoterapeutický výcvik. Je potřeba, aby měl terapeut osobní zkušenost s dobrodružnými programy, aby dokázal odhadnout limity a vhodně je aplikovat. Terapeut nejprve musí určit cíle intervence, a jakmile identifikuje cíle, je vybraná činnost, která slouží jako vhodná metafora těchto cílů. Například terapeut řeší otázku důvěry v rodině. Vhodnou aktivitou je například „pád důvěry“,⁶ která může odstartovat diskuzi o míře důvěry v rodině. Horolezecká stěna může být například pro drogově závislé metaforou jejich závislosti (Norris, 2011; Gass, In Sheldon, & Arthur, 2001).

Jak ale podotýká Kirchner a Hátlová (2011), může se tato oblast dotýkat také absolventů oborů aktivity v přírodě, tělesná výchova a sport, speciální pedagogika, psychologie, zážitková pedagogika, sociologie apod.

⁶ Pád důvěry představuje jednoduchou, ale přitom účinnou aktivitu pomáhající vytvořit pocit důvěry. Jeden účastník se zavázanýma očima padá z vyvýšeného místa zády do nastavených rukou ostatních účastníků (Neuman, 2007)

5. 1. 5 Oblasti využívající dobrodružnou terapii

- Rodinná terapie (Plaňava & Šindler, 2005).
- Léčba návykových poruch, neurotické poruchy, poruchy osobnosti a chování, poruchy příjmu potravy, (Kirchner & Hátlová, 2011).
- Adolescenti z nápravných zařízení s psychickými potížemi (Weilbach, Meyer & Monyeki, 2010; Tucker, Javorski, Tracy, & Beale, 2013).
- Zneužívané a týrané ženy (Ross, 2003).
- Programy zahrnující mládež, která měla problém se záškoláctvím, mající rozpor s učiteli a vrstevníky, nedostatek zájmu a motivace (Itin, 2001).
- Osoby trpící nadváhou (Jelalian, Mehlenbeck, Lloyd - Richardson, Birmaher, & Wing, 2006).
- Osoby s mentálním postižením (Carter & Foret, 1990; McAvoy, Lais, Anderson, & Schleien, 1995; Dillenschneider, 1983).
- Řešení duševních problémů a deprese u adolescentů (Schell, Cotton, & Luxmoore, 2012; Kenny, 2011).
- Programy pro osoby s různým zdravotním postižením (např. Devine & Dawson, 2010; Hough & Paisley, 2008).
- Osoby s bipolární poruchou (Sheldon & Arthur, 2001).
- Osoby se sluchovým postižením (Luckner, 1989).
- Osoby s autismem (Kenigsberg & Millar, 2012).
- Osoby se sebevražednými sklony (Elliott & Pieper, 2010) a další.

5. 1. 6 Historie Adventure Therapy

Terapie dobrodružstvím a využívání outdoorových aktivit pro vzdělávací a terapeutické účely mají dlouholetou tradici a bohatou historii. V posledních letech se popularita a využití dobrodružných programů ve školách, klinicky zvýšil. Toto zvýšení v terapeutickém kontextu znamená, že se terapie dobrodružstvím objevuje v podvědomí lékařů, spotřebitelů a výzkumníků. Přestože účast rychle roste, výzkum dopadu je pomalý a těžko doložitelný (Durr, 2009).

Rozvoj industrializace a rychlé životní tempo navozují vysokou, až nadměrnou zátěž ve všech oblastech života, mluvíme o stresu. Návrat k přírodnímu prostředí, ať už individuálně nebo organizovanou formou nabízí možnosti vracet se k přírodě, znovu zažívat pocit sounáležitosti s přirozeným životem přírody a respektování jejich hodnot.

Historie výchovného a terapeutického využití dobrodružných aktivit se váže k boomu sportů, výchovy a aktivit v přírodě v USA. O rozvoji konceptu Adventure Therapy mluvíme v období 30. let (Itan, 2001). Hlavním místem vývoje lze označit neziskovou organizaci Project Adventura v USA, která staví na základech vytvořenými Outward Bound. Project Adventura začal působit v Hamiltonu, kde za státního příspěví vytvořila první projekt a dále se zabývala aplikací outdoorových aktivit do resocializace mladistvých pacientů a také skupinami závislých či později kurzy týmové firemní spolupráce (Gass, Gillis, & Russell, 2012) Dobrodružnou terapií se dnes zabývá mnoho jedinců i organizací na celém světě (Hátlová & Kirchner, 2004).

Důležité milníky:

Před rokem 1800 - Otevřena nemocnice, která je založena na myšlence, že přírodní prostředí uzdravuje (Gillis, 2005).

1881 – Camp Chocorua – Burnt Island on Squam Lake in New Hampshire s cílem změnit chování mladých účastníků tohoto campu. Účastníci si sami vařili na otevřeném ohni, každý účastník se během campu musel naučit plavat, pádlovat na kánoji v každém počasí. Cílem bylo uvědomit si svou zodpovědnost k sobě samému a k ostatním.

1901 – „Stanová terapie“ – na půdě státní nemocnice.

1910 – Chlapecké skautské hnutí Amerika (1907 v Anglii) – Organizace založena sirem Baden – Powellem za účelem vývinu charakteru chlapců za pomoci jasně daného schématu. Bylo využíváno dvou týdenních pobytů, kde se chlapci učili outdoorovým dovednostem a také vojenskému výcviku.

1922- Camp Ramapo – byl prvním terapeutickým pobytem pro mladé lidi, „problémové“ děti a mladé delikventy.

1929 - Camp Ahmek – začátek terapeutického přístupu k táboření.

1946 – Dallas Salesmanship Club Camp – letní nebo dlouhodobě pobytový kurz pro chlapce s psychickými problémy – budování přístřešků, latrín...85% chlapců se vracelo jako lidé schopní vést zodpovědný a uspokojivý život. Program probíhal bez odborníků na duševní zdraví. Kemp byl silně zaměřen na rodinu, rodiče chlapců byli plně zapojeni do spolupráce.

1962 – Anneewakee – Georgia a Florida, dlouhodobý pobytový terapeutický kemp v divočině, kde si postavili tábor a žili zde až 16 měsíců.

1962 – Outward bound USA – OB měl má hluboký dopad na vývoj Adventure Therapy.

1968 – Brigham Young University 480 (BYU 480) – Youth Leadership Through Outdoor Survival – integrace primitivních prvků přežití do terapie dobrodružstvím, survivaly trvaly cca 10 dní (OB kurzy cca 26 dní).

1971 – Project Adventure (PA) – organizace vznikla na východním pobřeží USA a aplikovala prvky terapie dobrodružstvím, zážitkové prvky a lanové překážky do škol a nemocnic. PA byl inspirací a základem pro mnoho dnešním organizací využívající prvky pohybové terapie.

1971 – Expedice Outreach – první primitivní dobrodružně terapeutická expedice pro odsouzenou mládež v Challis Idaho.

1973 - VisionQuest – první zisková organizace, která aplikoval prvky dobrodružné terapie do programů pro odsouzenou mládež.

1979 – Santa Fe Mountain Center – nezisková organizace starající se o lidi s duševními problémy, nabízela také programy pro školy, univerzity a business, a byla do té době ojedinělá kombinace.

1981 – School of Urban and Wilderness Survival – první zisková, soukromá, placená škola s programy s prvky terapie dobrodružstvím.

1983 – Wilderness Treatment Centrum – centrum pro dlouhodobý pobyt v Montaně, pobyt trval 60 dní, z toho byla 28 dní dlouhá expedice.

1988 – Challenger Foundation – první kurz na Hawai.

1980 - Vznik profesionální organizace „The Therapeutic Adventure Professional Group“ (TAGP) – tato organizace má zásadní postavení ve vývoji AT v dnešních dnech, vydává prohlášení, programové standarty a pořádá konference.

Další organizací je IATC – International Adventure Therapy Conference, která každé tři roky pořádá konferenci (od 1997 v Perthu) (Gillis & Priest, 2003; Gass, Gillis, & Russell, 2012)

1995 – Vzniká LITSERV dobrodružné terapie, kde je umožněno těm, co se zajímají o dobrodružnou terapii, diskutovat o tématech týkající se teorie a praxe.

1997 – 1st IATC Perth, Austrálie – první kongres.

2000- 2th IATC Ausburgh, Německo – popularizace dobrodružné terapie v Evropě.

2003 – 3th IATC, BC Kanada – International Committe for Adventure Therapy.

2006 – 4th IATC Rotorua, Nový Zéland.

2009 – 5th IATC Edinburg.

2012 – 6th IATC, Hrubá skála.

5. 1. 7 Pojmový vývoj

S vývojem směru souvisí také pojmový vývoj a využívané přístupy. Mluvíme o Adventure Therapy, ale také adventure - based counselling, outdoor - adventure pursuits, therapeutic adventure programs, therapeutic camping, wilderness therapy, outdoor therapy, dobrodružné prvky obsahující outdoor therapy a wilderness, Adventure Therapy, Horticultural Therapy (zahradní terapie) nebo také pro Austrálii typický Bush Therapy (Ringer & Gillis, 1995)

Adventure – based Therapy (terapie založená na dobrodružství) – realizována zejména pro hospitalizované pacienty či klienty různých pobytových zařízení, kde je terapie dobrodružství brána jako jedna z více součástí terapeutického plánu (využití například lanových překážek, iniciativní hry či problem solving aktivity).

Wilderness Therapy (terapie v divočině) – využívá přírody v její „drsné podobě“. Wilderness Therapy je využívána především menšími skupinami (8 – 15 osob), příroda intenzivně působí na člověka a skupina prochází nástrahami a riziky, terapeutický vliv přírody (Gass, in Hátlová & Kirchner, 2004).

Adventure Counselling (poradenství) – především u rodinné či resocializační terapie, kde terapii provádí sociální/ výchovní poradci, rodinní terapeuti, terénní pracovníci, facilitátoři. Terapie probíhá jako pravidelné kempy v prostředí města se strukturovaným programem a prvky dobrodružství (Plaňava & Šindler, 2005).

5. 1. 8 Dobrodružná terapie v českém prostředí

Účinné prostředky vychází z kulturního a historického základu daného místa. Tak i dobrodružná terapie u nás bude stavět na dlouhé a pestré historii zážitkových a dobrodružných programů. V našem prostředí je pojetí terapie dobrodružstvím silně ovlivňováno zážitkovou pedagogikou, do které spadá. Je také dle Kirchnera a Hátlové (2011) jedna z forem ⁷kinezioterapie a v této chvíli součástí podpůrné léčby psychických a psychiatrických

⁷ Kinezioterapie je terapeutický směr, který cíleně působí na psychiku nemocného, duševní stavy a osobnost jedince. K tomu využívá prvky tělesných cvičení, sportů a pohybových her (Hátlová & Kulhánková, 2008).

onemocnění. Prostředkem dobrodružné terapie je v českých podmínkách pohybová aktivita, v níž je kombinováno fyzické a psychické zatížení ve formě programu. Vše je spojeno s mírou subjektivního nebezpečí, dobrodružství a rizika v kontextu se spirituálním, kulturním a ve většině případů i přírodním prostředím. V českém prostředí se využívají kooperativní hry, prvky lanových překážek (nízkých a vysokých), cvičení a sportů v přírodě (lezení, slaňování, divoká voda,...), ale i expedice či tábory.

Počátky terapie dobrodružstvím v českém prostředí jsou spojeny s doc. Jaroslavem Skálou a léčbou závislosti. Doc. Skála vybudoval na pražské klinice v 60 letech systém léčby alkoholových závislostí (Kirchner & Hátlová, 2011). O praktikách doc. Skály, každodenní rozvíčky, atletický běh atd. pojednává dokument natočený Helenou Třeštíkovou „Nebylo to marný“ (Třeštíková, 2006).

V roce 2002 – 2006 probíhala diskuze o vhodném překladu a označení Adventure Therapy. Vzhledem k tomu, že se ČR nenachází v divočině, bylo z navrhovaných termínů terapie dobrodružstvím, dobrodružná terapie, terapie prožitkem, terapie zážitkem, zážitková terapie, terapie přírodou vybráno nejbližší označení, a to výraz terapie dobrodružstvím, který se ustálil mezi ostatními terapiemi a terapeutickou komunitou.

5. 1. 9 Dopad Adventure Therapy

Po uvědomění si nutnosti bezpečnosti a etiky při dobrodružných programech je potřeba zdůraznit pozitivní dopad na účastníky a absolventy programů terapie dobrodružstvím. Pozitivní dopad popisuje hned několik autorů.

- Například Elliot a Pieper (2010) mluví o eustressu, který doprovází dobrodružné aktivity je klinicky významný zástupce, který přináší požadované změny.
- Dle Herberta (1996), Ashwortse (2010) a také Itana (2001) nebo Devineho a Dawsona (2010) pomáhá terapie dobrodružstvím klientům budovat vlastní image a zvýšit sebeúčinnost, sebepojetí a seberealizaci s konečným cílem posílit postavení jedince, předložit konstruktivní životní změny, posiluje sebevědomí. Pozitivní změny byly pozorovány i v osobnostních faktorech, s lokalizací kontroly, chování, recidivy nebo například sociální přijetí.

- Dobrodružná terapie také napomáhá zlepšit pocit pohody a zdraví – well - being⁸(Tucker, 2009). Podporuje psychickou a psychologickou funkcionalitu, emoční, fyzické i duševní zdraví a podporuje mezilidskou funkcionalitu a společenské soužití (Alvarez & Stauffer, 2001).
- Adventure Therapy nabízí flexibilní přístup a podporuje různé skupiny (Sheldon & Arthur, 2001).
- Pomáhá dosáhnout osobních cílů, podporuje psychosociální zotavení u mladých i dospělých, zvyšuje sebeovládání (Schell, Cotton, & Luxmoore, 2012).
- Adventure Therapy napomáhá jedinci zkoumat a objevovat své jedinečné schopnosti (Kenigsberg & Millar, 2012).

5. 2 Terapie dobrodružstvím a její přesah do terapie osob se speciálními potřebami

Dle Sugeman (1998) existují dobrodružné programy celou řadu let, dobrodružné programy pro osoby s postižením jsou nové. Je totiž známo, že děti a dospívající s významným postižením jsou často vystaveni většímu riziku pro nižší sebevědomí než jejich vrstevníci s mírným až středním postižením nebo osoby bez postižení. Velice často mají problém se společenským přijetím i přijetím sama sebe (Devine & Dawson, 2010).

Různé společenské skupiny, včetně osob se zdravotním postižením, jsou často vyloučeny z účasti na rekreačních programech, protože naráží na překážky jako je doprava, architektura, ekonomie nebo třeba veřejné postoje. Spíše než najít slabinu v tom, co jednotliví členové nemohou dělat, je významné hledat sílu ve spolupráci skupiny, hledat důvěru a schopnost maximalizovat každou jedinečnost klienta. Tyto programy mají velký potenciál na úspěch ze dvou důvodů:

- I) Různorodé skupiny účastníkům umožňují vzájemně se uznávat jako jednotlivci a ne jako „štitky“.
- II) V běžném životě je nutné překonávat stereotypy, programy nabízí výzvu a nepohodlí a tím posilují přátelství a pomáhají účastníkům probouzet hodnotu rozmanitosti a v konečném důsledku efektivitu jednání (Sugerman, 1996).

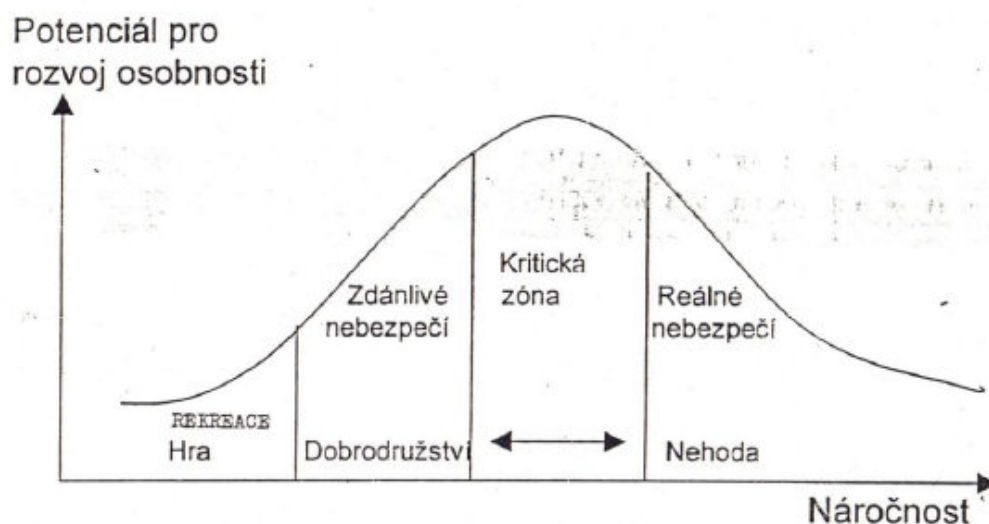
⁸Překlad vychází ze spojení slov *well*-v překladu dobře a *to be*-být, tedy „dobře být“, neboli stav „kdy je člověku dobře“.

Terapie dobrodružstvím přichází s jiným přístupem. Spíše než zaměření na patologii se zaměřuje na silné stránky klientů a schopnosti, a zároveň poskytuje příležitosti k úspěchu. Podporuje klienty v rozvoji osobních schopností a řešení problémů. Klienti mají možnost dělat věci jinak, a také prolomit ustálené vzorce chování (Kimball & Bacon, 1993). Terapie založená na dobrodružných programech pomáhá k podpoře pozitivního růstu a pozitivním změnám v životě osob s postižením (Herbert, 1996). Dále jsou zaznamenány pozitivní změny, jako například:

- Změna ve vnímání sebe sama i osob s těžkým postižením (Sheldon, & Arthur, 2001).
- Zlepšení nezávislosti u osob se zdravotním postižením, pozitivní změny v osobním růstu u osob s mentálním postižením (Herbert, 1998).
- Zvýšení seberealizace a zlepšení sociálních dovedností (Herbert, 1998).
- Adventure Therapy není všelékem na řešení složitých otázek, ale nabízí pozitivní zážitek po negativní zkušenosti, tento zážitek může umožnit změny jak v osobní, tak sociální rovině (Herbert, 1996).
- Dobrodružné programy mohou poskytnout psychosociální zotavení a dosažení osobních cílů (Schell, Cotton, & Luxmoore, 2012).
- Programy pomáhají objevovat jedinečnost klienta s postižením (Kenigsberg, & Millar, 2012).
- Je dokázáno zlepšení nezávislosti u osob s mentálním postižením (Zemke, Knuth, a Chase, 1984).
- Zvýšení seberealizace a sebevědomí, zlepšení sociálních dovedností u osob se zrakovým postižením (Stuckey & Barkus, 1986).
- Terapie dobrodružstvím je dobrou intervencí pro zvýšení zaměstnatelnosti osob se zdravotním postižením (Herbert, 1998).
- Dobrodružné programy nabízí přístup osobám s postižením do světa, který byl dříve uzavřen (Kenigsberg, & Millar, 2012).
- Je zvýšená také možnost sociálního přijetí, zapojení se do mezilidských vztahů (Devine, & Dawson, 2010)
- V neposlední řadě je to dle Beringera (2003) „zapomenutí“ na tělesné postižení u jedince.

Proč má terapie dobrodružstvím takový dopad?

Dobrodružné programy pomáhají ať už osobám se zdravotním postižením nebo dalším skupinám v osobním růstu, ke změně chování a učení se novým dovednostem. Dle Obrázku 4 je zřetelné, jaký dopad na klienta, účastníka mohou dobrodružné programy mít a co v nich mohou vyvolat. Terapie dobrodružstvím má velký potenciál pro rozvoj osobnosti, je však velice důležité zvažovat náročnost úkolu a schopnosti jedince (Hopkins & Putman, 1993). Ještě před 35 lety nebylo obvyklé zapojovat osoby s postižením do aktivit s lanovými překážkami. Vyvíjely se různé modifikace. Poté se mnoho profesionálních organizací zaměřilo na rozvoj a přizpůsobování (Frank, 2004).



Obrázek 4. Potenciál pro rozvoj osobnosti (Hopkins & Putman, 1993)

Na ose y je znázorněn potenciál pro rozvoj osobnosti, na ose x potom náročnost úkolu. Je – li úkol jednoduchý, jedinec zažívá nudu, úkol jej nikde neposouvá, pokud se však náročnost zvýší, hrozí zdánlivé nebezpečí, zažívá – li jedinec pocit dobrodružství, a je – li schopen výzvu zvládnout, dochází k rozvoji. Důležité je sledovat kritickou zónu, kde je rozvoj největší, naopak příliš velká výzva, která není zvládnuta, osobnost nerozvíjí. Poslední úsek grafu jsou situace, kdy jedinci hrozí opravdu reálné nebezpečí, může dojít k nehodám (psychická újma, úrazy až úmrtí).

Otázkou stále ale zůstává, jak docílit dlouhodobého dopadu. Jak píše Herbert (1998), veškerý terapeutický zisk se v průběhu času „rozptýlil“. Potvrzuje to i studie Devineho a Dawsona (2010), když už po šesti týdnech po skončení programu byly výsledky nižší než těsně po ukončení kurzu.

5. 2. 1 Příklad 8denního programu adventure therapy pro osoby s postižením

Každý den pobytu je tematicky zaměřen a toto zaměření představuje jeden barevný korálek.

Tabulka 3. Příklad 8denního programu Adventure Therapy pro osoby s postižením

Den	Příklad programu
I. den	<p>Přátelství (modrý korálek)</p> <ul style="list-style-type: none"> - vysvětlení týdenního řádu, bezpečnosti a pravidel - „seznamovací aktivity“ pomocí míče - vysvětlení ekologických zásad - společná příprava jídla - zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
II. den	<p>Pomoc druhým (bílý korálek)</p> <ul style="list-style-type: none"> - výlet do přírody „na lehkou“ (bez batohu), ve dvojicích zády k sobě svázání lanem (budování důvěry) - kanoe a pádlování – vysvětlení bezpečnosti, nasedání a vysedání do lodě, pádlování - zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
III. den	<p>Zodpovědnost (zelený korálek)</p> <ul style="list-style-type: none"> - instruktáž, jak se sbalit na jednodenní výlety, co s sebou vzít do lesa - prověření, jak účastníci přistupují k pracovním úkolům - informování o důležitosti ekologie - zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
IV. den	<p>Respektování sebe a druhých (červený korálek)</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktivity na „důvěru“ – pád důvěry, atd. - základy horolezectví (oblékání do lezeckého úvazku, jištění a lezení na skalách) - zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
V. den	<p>„Šíření pozitivní vlny“ (tmavě modrý korálek)</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktivita „dominový efekt“ a zpětná vazba - správné balení batohu, stavba stanu, zásady oblékání v přírodě - stanování přes noc

VI. den	- zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
	„Snášení zátěže“ (korálek v barvě slonové kosti) <ul style="list-style-type: none"> - výlet na celý den a noční túra - poznávací environmentální aktivity (poznávání stromů, stop zvířat, jedlých a jedovatých rostlin) - procházení lesa i se zavřenýma očima (důvěra) - zhodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
VII. den	Shrnutí (černý korálek) <ul style="list-style-type: none"> - dlouhý celodenní výlet a návrat do tábořiště - hodnocení dne, táborový oheň, předávání korálků
VIII. den	Riskování (světle modrý korálek) <ul style="list-style-type: none"> - vysoké lanové překážky - uzavírací ceremoniál - předání „svědectví“ sobě navzájem, rodičům, známým

(Zdroj: Herbert, 1998)

První historické události Adventure Therapy se týkají prostředí léčby závislosti. Je však patrné, že je možné užívat Adventure Therapy jako prostředek osobnostně – sociálního růstu u osob se speciálními potřebami. Dokazuje to řada studií a článků, které vznikají po celém světě. Přehledný seznam v Příloze 1 shrnuje dohledané zdroje – vědecké články, knihy, relevantní internetové stránky, které se zabývají spojením Adventure Therapy (vzhledem na historický vývoj zahrnuje tabulka i pojmy wildneress therapy a adventure based programmes) a osoby s postižením (people with disability, imparment, special needs).

6 DISKUZE

Spojení dobrodružných prvků a terapie přináší nový směr, který je možné řadit jednak mezi nově vznikající terapeutické směry, ale také mezi terapeutické prvky, úzce související se zážitkovou pedagogikou (a v souvislosti s geografickým konceptem s outdoor education).

Žijeme totiž ve světě, kde se snažíme čím dál více „připojistit“, zajistit proti náhle vzniklým situacím, ve kterých by měl člověk bojovat o vlastní existenci. Zanikly drsné procesy, které dříve uváděly mladé lidi do života dospělých. Redukují se přímé zkušenosti a vzrůstá spotřební přístup k životu. Vyrůstají pasivní jedinci, kterým je usnadňována cesta k životu. Stále více chybí ono potřebné „bloudění“ a objevování, ubývá situací s neočekávaným závěrem, ubývá dobrodružství (Neuman, 2007).

Nabízí se proto srovnání prvků, které jsou typické pro postmoderní dobu popsanou v souhrnu poznatků a pro terapii dobrodružstvím specifikovanou ve výsledcích této práce.

Tabulka 4. Srovnání rysů postmoderní doby a terapie dobrodružstvím

POSTMODERNÍ DOBA	TERAPIE DOBRODRUŽSTVÍM
Ztráta kontaktu s reálným světem <ul style="list-style-type: none">- Izolace od lidské podstaty	Prostředí přírody, divočiny <ul style="list-style-type: none">- Reálnost a autenticita přírodního prostředí
Obklopujeme se náhražkami <ul style="list-style-type: none">- Neschopnost rozeznávat „pravé od nepravého“- Ztrácí se pocit vlastní zkušenosti- Přestáváme prožívat, začínáme požívat- Virtuální prožitek	Dobrodružná činnost, divokost <ul style="list-style-type: none">- Výzva, příležitost- Náročnost větší než každodenní život- Fyzická rizika- Experimentování, inovování
Ateismus <ul style="list-style-type: none">- Oddělení spirituality od každodenního života západních kultur	Spirituální/ kulturní prvky

<p>Stáváme se mlčící většinou</p> <ul style="list-style-type: none"> - Narušenost duchovní integrity lidstva - Negativní dopad médií 	<p>Psychoterapeutický přístup</p> <ul style="list-style-type: none"> - Skupinová dynamika - Osobnost terapeuta
<p>Chaos a spěch</p> <ul style="list-style-type: none"> - prostředí 21. století je typické chaosem, hlukem, rychlým životním tempem 	<p>Time out</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vlastní tempo - Příležitost pro zhodnocení, podívání se na to, „kde chci být“
<p>Schování se v davu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Snaha splynout s davem - Obava z kreativity 	<p>„Jiný způsob“</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nové možnosti, příležitosti - Kreativní prostředí pro nové nápady

(Zdroj:vlastní)

Koncept terapie dobrodružstvím přímo vybízí ke změně a zastavení. Tabulka 4 nabízí srovnání zjištěných poznatků a přehledně tak ukazuje potenciál terapie dobrodružství pro potřeby dnešní doby.

V souhrnu poznatků jsem se několikrát setkala s pojmovou nejednotností českých a zahraničních zážitkových či dobrodružných programů. Nelze pojmy jasně „zaškatulkovat“, sami odborníci v této oblasti se často liší ve svých definicích. Zorientování se v tomto problému nabízí Turčová, Martin & Neuman (2007) v *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning* (viz. také Turčová, 2007). Tento terminologický základ nabízí výchozí bod pro následnou paralelu dobrodružných programů se zážitkovou pedagogikou (jako takovou typicky českým fenoménem, ve světovém měřítku *Experiential Learning/Education*) a dobrodružnými programy, respektive terapii dobrodružstvím (*Adventure Therapy*). Jakub Šindler (2004) nabízí v přehledné studii dopad programů užívajících zážitkovou pedagogiku a terapii.

Tabulka 5. Paralely psychoterapie a zážitkové pedagogiky

	Psychoterapie	Zážitková pedagogika
„Indikace“	Redukce nežádoucích psychofyzilogických stavů, psychohygieny, náprava širokého spektra poruch zdraví s psychosociální etiologií, vyrovnávání se s handicapem, psychosociální rehabilitace.	Deficity moderní doby: nedostatek bezprostředních zkušeností a zážitků, neuvědomování si vlastní tělesnosti, ztráta přirozeného prostředí, malá možnost něco dokázat, nedostatek iniciativy a bezprostřednosti.
Cíle působení	Podpora v krizi, odstranění symptomů, úzdava, rozvoj self-efficacy, rozvoj a integrace osobnosti, nalezení životního smyslu.	Motivace k sebevýchově, aktivní postoj k životu, poznání a překonání hranic svých možností, otužení, osvojení nových strategií zvládnání, nalezení vlastního místa ve světě a společnosti, přijímání zodpovědnosti.
Účinné prvky	Vhled, katarze, existenciální volba, protipodmiňování, přehodnocení.	Iniciace, výzva, sebepřekonání, sociální srovnávání, reálnost situací, nemožnost distancování se.
Nástroje	Rozhovor, imaginace, expresivní postupy, relaxační postupy, učení, na tělo zaměřené postupy.	Expedice, pobytové akce, pobyt v přírodě, outdoorové sporty, hry, práce; diskusní, relaxační a tvořivé programy; ekologická výchova; reflexe ve skupině.
Přínosy	Úleva, vhled, rozšíření kompetencí, sebedůvěra, osobnostní růst, smysluplnost života.	Sebedůvěra, rozhodnost, nalezení svého místa ve společnosti i ve světě, smysluplnost, seberealizace, rozšíření kompetencí, přátelství, životní pohoda.

(Zdroj: Šindler, 2005)

I v jeho článku (Šindler, 2005, 367) narážíme na spojení pojmů Adventure Therapy:

Přestože psychoterapie zůstane vždy svébytnou a nenahraditelnou oblastí, zdá se, že metodiky založené na zážitkovém učení a pedagogice nabízejí psychoterapeutům (i dalším pomáhajícím profesím) možnost cenného obohacení. V zahraničí již skloubení těchto dvou světů našlo výraz v tzv. „Adventure Therapy“, jíž se dnes věnují stovky speciálně vycvičených odborníků a pořádají se o ní mezinárodní konference.

Zde vidíme také prolnutí uplatnění směrů, kterými se zabývá naše fakulta. Jedná se o zaštitění odborné přípravy aktivit, které Adventure Therapy vyžaduje. Jak uvádí Kirchner a Hátlová (2011), tato oblast se může dotýkat absolventů oborů aktivity v přírodě, tělesná výchova a sport, speciální pedagogika, psychologie, zážitková pedagogika, sociologie.

Šindler (2004) také shrnuje výsledek své diplomové práce, kde se zaměřil na rozhraní těchto dvou oborů. Došlo ke srovnání výpovědí absolventů denního zážitkově pedagogického kurzu (cíleně usilujícího o rozvoj osobnosti) a porovnání s lidmi, jež prošli systematickým pětiletým sebezkušenostním psychoterapeutickým výcvikem (typ SUR). Tabulka nabízí vizuální formu odpovědí:

Tabulka 6. Srovnání výpovědí účastníků zážitkového programu a psychoterapeutického výcviku

	Kurz	Výcvik
Sociální učení – příjem		X
Katarze		
Koheze	X	X
Náhled	X	X
Sociální učení – výdej	X	X
Existenciální uvědomění	X	X
Univerzalita		
Dodávání naděje		
Altruismus		
Rekapitulace primární rodiny		
Vedení		
Identifikace		

(Zdroj: Šindler, 2005)

Je patrné, že u výcviku byl oproti zážitkově pedagogickému kurzu více přítomen pouze jeden faktor – „Sociálně pedagogické učení“. Provedená analýza představuje v České republice jeden z prvních pokusů zmapovat možné paralely zážitkové pedagogiky a psychoterapie a místa jejich možného vzájemného obohacení. Na jedné straně poukazuje na potenciál využívání možných prvků, na straně druhé možná rizika při intenzivních situacích a postupech (Šindler, 2005).

Druhý český výzkum obsahující pojem Adventure Therapy, byl proveden Plaňavou a Šindlerem (2005) a popisoval přesah Adventure Therapy do rodinné terapie.

V souvislosti se zážitkovou pedagogikou potažmo intenzivními zážitkovými programy v českém prostředí stojí ještě za pozornost příklad osmidenního programu Adventure Therapy v článku Jamese T. Herberta (1998). Vycházím – li z vlastních zkušeností absolventa oboru rekreologie nebo eléva Prázdninové školy Lipnice, může na první pohled program působit až povrchně, nepropracovaně (zejména pohybové aktivity, činnosti v přírodě). V tomto nacházím zásadní rozdílnost českého přístupu k programům v přírodě a přístupu západního. V našem prostředí, kde nebylo možnost dostat se dál za hranice, vznikl jedinečný propracovaný přístup dramaturgie programu. Jak popisuje Kirchner a Hátlová (2011), v našem prostředí je

pojetí dobrodružné terapie silně ovlivňováno zážitkovou pedagogikou, do které spadá A zde se nabízí prostor pro další zkoumání, diskutování a porovnání. Je otázkou, bude – li terapie dobrodružstvím využívána jako prostředek rozvoje u osob se speciálními potřebami, zda se přikloní k českému nebo zahraničnímu stylu aplikování dobrodružných zážitkových programů a programů v přírodě.

Výzkumů, kterých by se dalo v praktickém aplikování Adventure Therapy do českých podmínek využít je několik. Došlo k hlubšímu prostudování čtyř výzkumů, které nabízejí inspiraci při dokazování dopadu Adventure Therapy na pozitivní rozvoj účastníka.

První z nich byl výzkum z Hough a Paisley (2008) prezentovaném Therapeutic Recreation Journal. Příspěvek nese název: „An Empowerment Theory Approach to Adventure Programming for Adults with Disabilities” a pomocí The Perceived Leisure Control Scale (Witt & Ellis, 1985) se snaží dokázat dopad zimního kurzu na účastníky s postižením. Data byla analyzovaná párovým T- testem a Hierarchické lineární modelování (HLM). V této studii se bohužel neprokázaly významné výsledky, ale použité metody mohou být inspirativní pro další výzkum.

Další výzkum týkající se tematiky osob se speciálními potřebami dokazoval dopad kurzu na sebevědomí a sociální akceptaci u osob s kraniocefálními malformacemi. Výzkum byl proveden Mary Ann Devine a Shay Dawson, a byl prezentován v roce 2010 v Therapeutic Recreation Journal. Za pomoci multivariační analýzy a trojího sběru dat (před, po kurzu a 6 týdnů po skončení kurzu) byly zjištěny pozitivní dopady na sebevědomí jedinců.

Třináct příběhů dospívajících zmapovali výzkumníci na Univerzitě v Yutahu. V Adolescents in Wilderness Therapy: A Qualitative Study of Attachment Relationships prezentovali Joanna E. Bettmann, Debra Olson-Morrison a Rachael A. Jaspersen v roce 2011 v Journal of Experiential Education motivy adolescentů, kteří se ocitli v drogových a výchovných problémech. Techniky sběru a analýzy jsou jistě velmi dobře aplikovatelné i pro skupinu osob se specifickými potřebami.

Dopad africké divočiny mapoval výzkumník Lourens Human z Department of Psychology, University of Pretoria, Jižní Afrika. Devatenáct svých postgraduálních studentů vzal do africké divočiny, aby sledoval toto působení na osobnostní růst studentů. Z analýzy esejí vyplynuly podobné závěry a to uvědomování si jedinečnosti člověka jako takového, důležitost skupiny a možnost překračování vlastních limitů. Článek byl prezentován v South African Journal of Psychology v roce 2012.

Jelikož tato bakalářská práce vzniká na půdě Fakulty tělesné kultury, kde je rozvíjen vědní obor kinantropologie, přináším v diskuzi průsečíky Adventure Therapy a vědní oblasti Kinantropologie.

Tabulka 7. Průsečíky Adventure Therapy a kinantropologie

Průsečíky Adventure Therapy a kinantropologie		
	Kinantropologie	Adventure Therapy
Definice	Nový antropologický obor zkoumající jevy záměrné pohybové činnosti člověka v prostředí pohybové kultury	Nově vznikající obor využívající poznatky, terminologii a přístupy jiných disciplín (psychologie, psychoterapie, pedagogika, zážitková pedagogika, výchova dobrodružstvím)
Cílová skupina	Člověk	Delikventní mládež, rodiny s problémy, osoby s depresí, osoby se zdravotním postižením
Prostředky	Pohybová činnost	Kombinování fyzické a psychické zatížení ve formě programu, dobrodružství, výzva, pohyb, terapeutické metody, skupina, outdoorové aktivity
Kladení důrazu	Spíše než na vadu či neschopnost je kladen důraz na schopnost (ability) (ve spojitosti například s aplikovanými pohybovými aktivitami ⁹)	Spíše než zaměření na patologii se zaměřuje na silné stránky klientů a schopnosti, a zároveň poskytuje příležitosti k úspěchu
Možné formativně –	Cíl, smysl, účel a hodnota pohybu, regenerativní a	Adventure Therapy pomáhá budovat vlastní image a zvýšit sebeúčinnost,

⁹ Kinantropologická multidisciplinární vědní oblast, která se zabývá zkoumáním modifikací (adaptací) podmínek a obsahu, ale i dalších činitelů (žák a pedagog) výchovně-vzdělávacího procesu s cílem zlepšit kvalitu života osob se speciálními potřebami a integraci těchto jedinců mezi intaktní populaci prostřednictvím činností pohybového charakteru. Svě působení realizuje v kontextu TV, sportu, tělocvičné rekreace a částečně i rehabilitace ve smyslu komplexní rehabilitace (Ješina, 2012).

terapeutické dopady	rehabilitační zaměření se může promítnout v pohybové terapii, která směřuje ke zdraví osobnosti	sebepojetí a seberealizaci s konečným cílem posílit postavení jedince předložit konstruktivní životní změny, zlepšit pocit pohody a zdraví – well - being, Podporuje psychickou a psychologickou funkcionalitu, emoční, fyzické i duševní zdraví a podporuje mezilidskou funkcionalitu
------------------------	--	---

(Zdroj: vlastní)

Prostředkem kinantropologie i terapie dobrodružstvím je pohybová činnost. Je to tedy směr, který může alespoň částečně odpovídat na otázku, zda má terapie dobrodružstvím své místo v kinantropologii. Pohybová terapie je z hlediska kinantropologického užívána dle Jiráskova (2005) oborem fyzioterapie, tedy jako rehabilitace pohybových systémů a bolestných stavů. V průběhu práce jsem několikrát narazila také na pojem kinezioterapie, jakožto oboru působícího na psychiku člověka skrze pohybové programy. V návaznosti na článek z konference „Wellness, zdraví a kvalita života“ Ondřeje Ješiny (2013) vyvstávají paralely u Adventure Therapy a Aplikovaných pohybových aktivit – a to možnost přistupovat k pohybovým aktivitám jako k podpůrnému prostředku při nápravě nebo léčbě negativních dopadů nemoci či postižení. Na další diskusi a vědecké zpracování se jistě nabízí polemika, zda by se terapie dobrodružstvím mohla stát součástí pohybové terapie v kinantropologickém poli nebo uvažovat ještě dále nad pojmem kinantropoterapie, který byl poprvé užit Ješinou (2013) na mezinárodní konferenci Wellness, zdraví a kvalita života.

7 ZÁVĚRY

Adventure Therapy je celosvětově používaná forma léčení nebo forma, která pomáhá zlepšit pocit pohody a zdraví. Má bohatou historii v pomáhání skupinám jako je riziková delikventní mládež, rodiny s obtížemi nebo osoby se speciálními potřebami. Propojení právě Adventure Therapy a pozitivního dopadu na osoby se speciálními potřebami je potvrzeno několika studiemi, ale ucelený přehled tohoto spojení neexistuje a nabízí velký prostor pro zkoumání.

Hlavním cílem bylo vymezit termín Adventure Therapy v souvislosti s osobami se speciálními potřebami na základě analýzy dostupné literatury. Dostupná literatura obsahuje stovky článků o Adventure Therapy v kombinaci s mladistvými delikventy, rizikovou mládeží atd. Po selekci a analýze dostupných pramenů je hlavní cíl práce naplněn potvrzením účinnosti Adventure Therapy jakožto prostředku osobnostně – sociálního rozvoje osob se speciálními potřebami (změna ve vnímání sebe sama a u osob s těžkým postižením, zlepšení nezávislosti u osob se zdravotním postižením, pozitivní změny v osobním růstu u osob s mentálním postižením, psychosociální zotavení a dosažení osobních cílů, zvýšení seberealizace a sebevědomí, zlepšení sociálních dovedností, dobrodružná terapie je dobrou intervencí pro zvýšení zaměstnatelnosti osob se zdravotním postižením a v neposlední řadě je zvýšena také možnost sociálního přijetí, zapojení se do mezilidských vztahů).

Práce si jako první úkol kladla vytvořit teoretické podklady zabývající se Adventure Therapy a její přesah a pozitivní dopad na osoby se speciálními potřebami. V práci vznikl nejenom teoretický základ této oblasti, ale byly nashromážděny prameny, na kterých je možno stavět při dalším zkoumání této oblasti. Jako výchozí bod může sloužit i přehledně vytvořený seznam zdrojů kombinující Adventure Therapy a klíčový pojem osoby se speciálními potřebami (či disability, impairment nebo special needs).

Posledním úkolem práce bylo vytvořit seznam organizací zabývajících se Adventure Therapy. Přehled obsahuje profesní organizace využívající Adventure Therapy jako prostředek k rozvoji, dále odkazy shromažďující teoretické podklady k tomuto směru a organizace využívající Adventure Therapy jako prostředek rozvoje u osob se speciálními potřebami.

8 SOUHRN

Dobrodružství spojené s pohybovou činností a s přemáháním rizik se stává významným předmětem motivace k učení, významným formativním a terautickým směrem.

Předkládaná práce přináší souhrn poznatků z oblasti Adventure Therapy (terapie dobrodružstvím) jakožto prostředku osobnostně – sociálního rozvoje osob se speciálními potřebami, které bývají vystaveny většímu riziku sociální exkluze, sníženému sebevědomí nebo pocitu méněcennosti. Po analýze dostupných zdrojů z této oblasti (knihy, odborné články, články v časopisech a relevantní internetové stránky) bylo dokázáno využití terapie dobrodružstvím při zvyšování seberealizace, sebevědomí, hledání osobních cílů, zvyšování nezávislosti či zaměstnatelnosti u osob se speciálními potřebami. Práce definuje jak pohyb, přírodu, dobrodružství, výchovu v přírodě či osoby se speciálními potřebami v teoretické části, tak prvky terapie dobrodružstvím, terapii dobrodružstvím a její přínos pro osoby se speciálními potřebami ve „Výsledcích“.

Práce sumarizuje dostupné prameny kombinující problematiku terapie dobrodružstvím a osob se speciálními potřebami. Bylo dohledáno 458 článků pojednávajících o Adventure Therapy, byly nalezeny i čtyři české zdroje, avšak kombinace pojmů terapie dobrodružstvím a osob se speciálními potřebami je nová. V českém prostředí nebyl nalezen žádný zdroj k tomuto tématu. V tomto je práce aktuální a přináší stavební kámen pro další výzkumy a bádání v oblasti aplikovaných pohybových aktivit.

9 SUMMARY

Adventures related to the physical activity and risk play an important role in the learning motivation providing a formative therapeutic direction.

The current work focused on the investigation of the Adventure Therapy as a means of personal - social development of people with special needs. Examination of the multidisciplinary resources (books, professional report, journal articles, and relevant website) reinforced the effect of the Adventure Therapy in improving self - realization, self - confidence, personal goals, and independence and employability among people with special needs.

The theoretical framework provides the definition of the various concepts such as movement, nature, adventure, outdoor education, and people with special needs. This work also demonstrates a strong theoretical association between Adventure Therapy and people with special needs emphasizing the beneficial outcomes of the Adventure Therapy.

Although a number of studies have explored the adventure therapy and people with special needs, relatively little research endeavors has been made from Czech perspective. In this respect, this thesis work contributes to the development of the theoretical relations between Adventure Therapy and people with special needs. Findings and results of the study will be applied to the future research to expand our understanding of Adventure Therapy and improve the practical direction for people with special needs.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Alvarez, T. & Stauffer, G. (2001). Musings on Adventure Therapy. *Journal of Experiential Education*, 24(2), 85-91.
- Ashworts, A. (2010). Living Wild – Education, Therapy, or Neither? In Center šolskih in obšolskih dejavnosti (Ed.), *Encountering, Experiencing and Exploring Nature in Education* (pp. 216 – 221). Ljubljana- European Institute for Outdoor Adventure Education.
- Association for Experiential Education, (1992). *Ethical Guidelines of the therapeutic adventure professional group (TAPG)*. Boulder, CO: Author.
- Barnes, P. (1997). *Theory Into Practice. The Complete Theory of Outdoor Education and Personal Development*. University of Strathclyde.
- Barton, B. (2007). *Safety, Risk & Adventure in Outdoor Activities*. London: Paul Chapman Publishing.
- Bartůněk, D., & Martin, A. (2007). *Games in nature. An innovative Approach to Outdoor and Environmental Activities for Young Children*. International Youth Naturefriends.
- Beringer, A (2003). Being Moved by Nature: Adventure Therapy and Spinal Cord Injury Rehabilitation. In K. Richards & B. Smith (Eds.), *Therapy Within Adventure. Proceedings of the Second International Adventure Therapy Conference*. Augsburg: Zentrum für interdisziplinäres erfahrungsorientiertes Lernen.
- Carter, M. J. & Foret, C. (1990). Therapeutic recreation programming for older adults with developmental disabilities. *Activities, Adaptation & Aging*, 15(1-2), 35 – 51. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=14&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=psyh&AN=1991-19058-001>

Devine, A. M., & Dawson, S. (2010). The Effect of a Residential Camp Experience on Self Esteem and Social Acceptance of Youth with Craniofacial Differences. *Therapeutic recreation journal*, 44(2), 105 – 120. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/results?sid=83c2ce71-59ab-4103-b025-f2451f886c9d%40sessionmgr198&vid=3&hid=109&bquery=The+Effect+%22of%22+a+Residential+Camp+Experience+%22on%22+Self+Esteem+AND+Social+Acceptance+%22of%22+Youth+with+Craniofacial+Differences.&bdata=JmRiPXMzaCZsYW5nPWnzJnR5cGU9MCZzaXRIPWVob3N0LwxdmU%3d>

Dillenschneider, C., A. (1983). *Wilderness adventure programming for the retarded: A rationale and therapeutic basis for program development*. Retrieved 20. 5. 2013 from the World Wide Web: <http://www.zurinstitute.com/outofofficeexperiences.html>

Disman, M. (2000). *Jak se vyrábí sociologická znalost* (3rd ed.). Praha: Karolinum.

Durr, I., L. (2009). Optimal Challenge: The Impact of Adventure Experiences on Subjective Well-Being. *Journal of Experiential Education*, 31(3), 451–455. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107>

Eco, U. (1997). *Jak napsat diplomovou práci*. Olomouc: Votobia.

Elliott, R., & Pieper, L. (2010). *Adventure Therapy*. Indiana University: Bradford Woods.

Fialová, L. (2000). *Body image jako součást sebepojetí člověka*. Karolinum Praha.

Gass, M. (1990). Transfer of 58daho58 in adventure education. In J. C. Miles & S. Priest (Eds.). *Adventure education* (pp. 199–208). State College, PA: Venture Publishing.

Gass, M., Gillis, H., L., & Russell, K. (2012). *Adventure Therapy. Theory, Research, and Practice*. Routledge.

- Gilbertson, K. (2006). *Outdoor education: methods and strategies*. Retrieved 20. 9. 2013 from the World Wide Web:
http://books.google.cz/books?id=k82M2yBH704C&printsec=frontcover&dq=gilbertson&hl=81cs&sa=X&ei=tw5_T9ONBYqWhQelv4ScBw&ved=0CDEQ6AewAA#v=onepage&q=gilbertson&f=false
- Gillis, H., L. (2005). *Best Practices in Adventure Therapy: Heartland Region Therapeutic Adventure Professional Group (TAPG)*. Příspěvek na Mini-Conferenci 4. – 6. 2. 2005, Omni Youth Services, Buffalo Grove, Illinois.
- Gillis, H., L., & Gass, M., A. (2003). *Adventure Therapy with Group*. Retrieved 20. 4. 2013 from the World Wide Web: http://leegillis.com/AT/pubs_LG_03_2005.htm
- Gillis, H., L., & Priest, S. (2003). Adventure Therapy : Past, Present and Future. In K. Richards & B. Smith (Eds.), *Therapy Within Adventure. Proceedings of the Second International Adventure Therapy Conference*. Augsburg: Zentrum für interdisziplinäres erfahrungsorientiertes Lernen.
- Gillis, H., L., & Thomsen, D. (1996). *A research update (1992-1995) of adventure therapy: Challenge activities and ropes courses, wilderness expeditions, and residential camping programs*. Příspěvek na Coalition for Education in the Outdoors Symposium, Bradford Woods, Indiana University, Martinsville.
- Gray, P. S. (2007). *The research imagination: an introduction to qualitative and quantitative methods*. New York: Cambridge University Press.
- Halaszová, J. (2012). *Životní spokojenost účastníků zážitkového kurzu I can*. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Hanuš, R., & Chytilová, L. (2009). *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada.
- Hanuš, R., & Jirásek, I. (1996). *Výchova v přírodě*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

Hartl, P. & Hartlová, H. (2009). *Psychologický slovník* (2th ed.). Praha: Portál.

Hartl, P. & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník* (4th ed.). Praha: Portál.

Hátlová, B., & Kirchner, J. (2004). Dobrodružná terapie – nově se rodící terapeutická metoda. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*, 2, 19 – 25.

Hátlová, B. & Kulhánková, R. (2008). *Psychomotorika jako součást psychologického vzdělání*. Příspěvek z konference Psychologie ve vzdělávání, Plzeň, pedagogická fakulta, katedra psychologie.

Havlíček, J. (n. d.). *Tvorba odborného textu*. Brno: Filozofická fakulta.

Herbert, J., T. (1996). Use of Adventure-Based Ceunseling Programs for Persons with Disabilities. *Journal of Rehabilitation*, 62 (4), 3 – 10. Retrieved 29. 4. 2013 from SPORTDiscus on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=1849b564-a196-4344-a854-fe5c415ace33%40sessionmgr111&hid=101>

Herbert, J., T. (1998). Therapeutic effects of participating in an adventure therapy program. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 41(3). Retrieved 26. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=5&sid=76d6aedf-e008-479f-934f-291f26c64ddf%40sessionmgr115&hid=109&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=543607>

Hodaň, B., & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: HANEX.

Hough, M., & Paisley, K. (2008). An Empowerment Theory Approach to Adventure Programming for Adults with Disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 42 (2), 89–102. Retrieved 26. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://web.ebscohost.com/ehost/detail?vid=14&sid=5a80f44e-2ebf-4da5-81ba-f6818336fad2%40sessionmgr114&hid=103&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=33803784>

Hlaváčová, D. (n. d.). *Postmoderní společnost a nová rizika 21. Století*. Retrieved 19. 9. 2013 from the World Wide Web: <http://www.unbr.cz/Data/files/KonfMeKa08/11Hlavackova.pdf>

Hopkins, D., & Putnam, R. (1993). *Personal Growth through Adventure*. London: David Futin.

Inovacejsouin.chrudim, (2010). *Sociální péče o osoby se zdravotním postižením*. Retrieved 19. 9. 2013 from the World Wide Web:

http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CDUQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.inovacejsouin.chrudim.cz%2Fdownload.php%3Fdownload_file%3DsocPeceSet3%2F0020.pptx&ei=33uLUrvMF4_BswaH2IdgCg&usq=AFQjCNH79QkYpQV8KiDD28J3uhXEWUnqUw&sig2=aO_YIEDvwuAa7msnlRvLig&bvm=bv.56643336,d.Yms

Itan, C., M. (2001). Adventure Therapy – Critical Question. *Journal of Experiential Education*, 24 (2), 80 – 85. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107>

Jelalian, E., Mehlenbeck, R., Lloyd – Richardson, E., E, Birmaher, V., & Wing, R., R. (2006). Adventure therapy combined with cognitive – behavioral treatment for overweight adolescents. *International Journal of Obesity*, 30(1), 31-39. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=13&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107>

Jandourek, J. (2001). Sociologický slovník. Praha: Portál.

Ješina, O. (2012). *Co to je APA? – nejen sport, tělesná výchova a volnočasové aktivity osob se zdravotním postižením*. Retrieved 19. 9. 2013 from the World Wide Web: http://www.apa.upol.cz/web/index.php/62dah062_se/62dah062_article/398-co-to-je-apa.html

Ješina, O. (2013). *Pohybové aktivity jako součást wellness osob s postižením*. Příspěvek na mezinárodní konferenci „Wellness, zdraví a kvalita života“, Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, Praha, Česká republika.

Ješina, O., & Kudláček, M. (2012). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

Ješina, O., Vyhlídal, T., Rybová, L. & Kučera, M. (2012). Zdraví a kvalita života osob se speciálními potřebami. In O. Ješina & Z. Hamřík., *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času* (25 – 40). Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

Ješina, O., Hamřík, Z. et al. (2012). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

Jirásek, I. (2004). Vymezení pojmu zážitková pedagogika. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*.1, 6-16.

Jirásek, I. (2005). *Filosofická kinantropologie: setkání filosofie, těla a pohybu*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

Kenigsberg, C. & Millar, M. (2012). *The Power to Experience Limitless Adventure: A Workshop Exploring an Ability Centered Perspective in Supporting People Living with Various Barriers and Disabilities*. Příspěvek na mezinárodní konferenci „6th International Adventure Therapy Conference“, Hrubá Skála, Česká republika.

Kenny, R. (2011). Effects of a Collaborative Outpatient Therapy Program on Self-Concept of Adolescents with Depression. *Therapeutic Recreation Journal*, 45(1), 32. Retrieved 24. 4. 2013 from SPORTDiscus on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/results?sid=83c2ce71-59ab-4103-b025-f2451f886c9d%40sessionmgr198&vid=2&hid=109&bquery=Effects+%22of%22+a+Collaborative+Outpatient+Therapy+Program+%22on%22+Self-Concept+%22of%22+Adolescents+with+Depression.&bdata=JmRiPXMzaCZsYW5nPW NzJnR5cGU9MCZzaXRIPWVob3N0LwxdmU%3d>

Kimball & Bacon (1993). The Wilderness Challenge Model. In M. Gass (Ed.), *Adventure Therapy: Therapeutic Applications of Adventure Programming*, 11-41. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing Co.

Kirchmayer, A (2013). Konferencie a semináre v oblasti zážitkové pedagogiky v roke 2012 a 2013. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*, 12, 23 – 28.

Kirchner, J., & Hátlová, B. (2011). *Teorie dobrodružné terapie*. Praha: European Science and Art Publishing.

Kozel, R. & kolektiv. (2006). *Moderní marketingový výzkum*. Praha: Grada Publishing.

Luckner, J. (1989). Altering locus of individuals with impairments by outdoor-adventure courses. *Journal of Rehabilitation*, 55(2), 62-67. Retrieved from EBSCO database on the World Wide Web:

<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=20&sid=5a80f44e-2ebf-4da5-81ba-f6818336fad2%40sessionmgr114&hid=103>

Ludíková, L. (2006). Problematika osob s vícenásobným postižením. In kolektiv autorů, *Základy speciální pedagogiky*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Másílka, D. (2005). Hledání „dobrodružství“ pomocí tvorby pojmových map. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*, 3, 44-47.

- Martin, A., Franc, D., & Zounková, D. (2004). *Outdouur and Experiential learning: An Holistic and Creative Approach to Programme Desisign*. Hants: Gowee House.
- McAvoy, L., Lais, G., Anderson, L., & Schleien, S. J. (1995). Wilderness and persons with disabilities. *Trend* 32(1), 33-37. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=3&sid=cbc1bfdf-f5d7-4ff1-9fc9-a598df10b4ed%40sessionmgr111&hid=101&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=SPH375351>
- McAvoy, L., Schatz, E., Stutz, M., Schleien, S., & Lais, G. (1989). Integrated wilderness adventure: Effects on personal and lifestyle 64daho of persons with and without disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 23(3), 50-64. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=12&sid=1849b564-a196-4344-a854-fe5c415ace33%40sessionmgr111&hid=101&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=SPH243095>
- McAvoy, L., Smith, J., G., & Rynders, J., E. (2006). Outdoor Adventure Programming for Individuals With Cognitive Disabilities Who Present Serious Accommodation Challenges. *Therapeutic Recreation Journal*, 40(3), 182-199. Retrieved 29. 4. 2013 from the World Wide Web:<http://js.sagamorepub.com/trj/article/view/904>
- McNeill, P. (1990). *Research method* (2th ed.). London: Routledge
- Miles, C. J., & Priest, S. (1999). *Adventure Programming*. State College: Venture Publishing.
- Neil, J. (2004). *Resilience & Outdoor Education: Overview of Theory, Research & Practice*. Příspěvek z Outdoor Education Conference, Singapore.
- Němec, J. (2002). Hra a volný čas v 21. Století. In B. Hodaň (Ed.), *Volný čas a jeho současné problémy: sborník příspěvků přednesených na vědeckém symposiu v Olomouci* (pp. 83 – 91). Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.

- Neuman, J. (2004). *Education and learning through outdoor activities : games and problem solving activities, outdoor exercises and rope courses for youth programmes*. Praha: IYNF; Duha.
- Neuman, J. (2007). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě* (4th ed.). Praha: Portál.
- Norris, J. (2011). Crossing the threshold mindfully: Exploring passage models in adventure therapy. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 11(2), 109-126. Retrieved 29. 4. 2013 from World Wide Web:
<http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/14729679.2011.633380>
- Olecká, I. & Ivanová, K. (2010). *Metodologie vědecko – výzkumné činnosti*. Olomouc: Moravská vysoká škola Olomouc, o. p. s.
- Plaňava, I., & Šindler, J. (2005). Terapie dobrodružstvím a její přesahy do rodinné terapie. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 40 (2), 154 – 169.
- Potměšil, J., & Čichoň, R. (2003). Handicap a tělesnost. In J. Kirchner & P. Kavalíř (Eds.), *Prožitek a tělesnot mezinárodní konference* (pp. 113 – 118). Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
- Pryor, A. (2009) Towards a profession? A question of paradigm. In A. Pryor, C. Carpenter, Ch. N. Norton & J. Kirchner (2009). *Emerging Insights: Proceedings of the Fifth International Adventure Therapy Conference 2009* (pp316 – 335). Praha: European Science and Art Publishing.
- Richards, K., Carpenten, C., & Harper, N. (2011). Looking at the landscape of adventure therapy: making links to theory and practice. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 11(2), 83 – 90.
- Ringer, M. (2003). Adventure Therapy: A Description. In K. Richards & B. Smith (Eds.), *Therapy Within Adventure. Proceedings of the Second International Adventure Therapy Conference*. Augsburg: Zentrum für interdisziplinäres erfahrungsorientiertes Lernen.

Ringer, M., & Gillis, H., L. (1995). Managing psychological depth in adventure programming. *Journal of Experiential Education*, 18(1), 29 – 39.

Ross, S., L. (2003). The therapeutic effect of an adventure challenge program on the personal Empowerment of woman survivors of sexual trauma. *Journal of Experiential Education*, 25(3), 350. Retrieved 5. 5. 2013 from EBSCO diabase on the World Wide Web:

<http://web.ebscohost.com/ehost/results?sid=5a80f44e-2ebf-4da5-81ba-f6818336fad2%40sessionmgr114&vid=8&hid=103&bquery=The+therapeutic+effect+%22of%22+%22an%22+adventure+challenge+program+%22on%22+the+personal+Empowerment+%22of%22+woman+survivors+%22of%22+sexual+trauma&bdata=JmRiPWE5aCZkYj1idGgmZGI9bmxlYmsmZGI9YWlyJmRiPWYzaCZkYj1wc3loJmRiPXNpaCZkYj1seGgmZGI9czNoJmRiPXBkaCZkYj04Z2gmZGI9YndoJmRiPXJpaCZkYj1hc3UmbGFuZz1jcyZ0eXBIPtAmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl>

Sheldon, N. M. & Arthur., N. (2001). Adding Adventure to Therapy. *Guidance & Counseling*, 16(2), 67 – 72. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=4&sid=4988afe5-1d8a-4b5e-8c8f-826574df4aa5%40sessionmgr113&hid=101&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=7280440>

Schell, L., Cotton, S., & Luxmoore, M. (2012). Outdoor adventure for young people with a mental illness. *Early Intervention in Psychiatry*, 6(4), 407–414. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=76d6aedf-e008-479f-934f-291f26c64ddf%40sessionmgr115&hid=109>

Stuckey, K., & Barkus, C. (1986). Visually impaired scouts meet the Philmont challenge. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 80, 750-751.

Sugeman, D. (1996). Diversity – Including people with Disabilities in Outdoor Adventure Programs. *Parks & Recreation*, 31(8), 44 – 47.

Sugarman, D. (1988). *Adventure Education for People Who Have Disabilities: A Critical Review*. Retrieved 20. 5. 2013 from the World Wide Web: <http://www.iub.edu/~outdoor/bponline/bp1988/bp88suga.doc>

Šanderová, J. (2005). *Jak číst a psát odborný text v sociálních vědách*. Praha: Slon

Šimková, G., Plotková, J., Fatková, L., Kvapilová, L., Juráková, V., Nešpor, Z., & Vrbová, Z. (2010). *Postmoderní společnost*. Retrieved 22. 4. 2013 from the World Wide Web: http://kisk.phil.muni.cz/wiki/Postmodern%C3%AD_spole%C4%8Dnost

Šindler, J. (2004). *Hledání paralel zážitkové pedagogiky a psychoterapie*. Diplomová práce, Masarykova univerzita v Brně, fakulta sociálních studií.

Šindler, J. (2005). *Zážitková pedagogika jako jedna z možných cest příznivého rozvoje člověka*. P. Macek & J. Dalajka (Eds.), *Vývoj a utváření osobnosti v sociálních a etnických kontextech*, (pp. 359 – 369). Brno: Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně, Institut výzkumu dětí, mládeže a rodiny.

Třeštíková, H. (Director). (2004). *Nebylo to marný* [Motion picture]. Česká televise.

Tucker, A. (2009). Adventure-Based Group Therapy to Promote Social Skills in Adolescents. *Social Work With Groups*, 32(4), 315 – 329.

Tucker, A., Javorski, R., Tracy, J., & Beale, B. (2013). The use of adventure therapy in community-based mental health: Decreases in problem severity among youth clients. *Child & Youth Care Forum*, 42(2), 155-179. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web: <http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=7&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=psyh&AN=2013-10048-005>

Turčová, I. (2007). „Terminologická džungle“ – česká a anglická terminologie oblasti výchovy a aktivit v přírodě. *Gymnasion, časopis pro zážitkovou pedagogiku*, 8, 22 – 35.

- Turčová, I., Mantin, A., & Neuman, J. (2007). Diversity in adventure: Outdoor terminology in the Czech Republic and Britain. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 5(2), 101 – 117.
- Van Coppenolle, H. et al. (2004). "ADAPT" – *Společné evropské kurikulum základů aplikovaných pohybových aktivit a sportu osob se zdravotním postižením*. THENAPA [CD ROM]
- Weilbach, T., Meyer, C., & Monyeki, M. A. (2010). The effect of adventure-based experiential education on personal effectiveness of adolescents. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 2, 131-140. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=a85ca448-232a-4348-95a3-f9b288f16db6%40sessionmgr112&hid=107>
- Wolf, M. & Mehl, K. (2011). Experiential Learning in Psychotherapy: Ropes Course Exposures as an Adjunct to Inpatient Treatment. *Clinical Psychology and Psychotherapy* 18, 60–74. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&sid=1849b564-a196-4344-a854-fe5c415ace33%40sessionmgr111&hid=101>
- World Health Organization. (2007). *Steps to health: A European Framework to promote physical for Health*. Copenhagen Denmark: Author.
- Zemke, R., Knuth, S., & Chase, J. (1984). Change in self-concepts of children with 68daho68 difficulties during a residential camp experience. *Occupational Therapy in Mental Health*, 4 (4), 1 – 12.

11 SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK

Obrázky

Obrázek 1. Kinantropologický rámec pohybové kultury	18
Obrázek 2. Pojmová mapa dobrodružství	19
Obrázek 3. Hloubka intervence dobrodružných programů na účastníka	24
Obrázek 4. Potenciál pro rozvoj osobnosti.....	44

Tabulky

Tabulka 1. Srovnání dobrodružné výchovy a zážitkové pedagogiky u nás	22
Tabulka 2. Výsledky hledání klíčových pojmů.....	28
Tabulka 3. Příklad 8denního programu adventure therapy pro osoby s postižením	45
Tabulka 4. Srovnání rysů postmoderní doby a terapie dobrodružstvím.....	47
Tabulka 5. Paralely psychoterapie a zážitkové pedagogiky	49
Tabulka 6. Srovnání výpovědí účastníků zážitkového programu a psychoterapeutického výcviku	50
Tabulka 7. Průsečíky Adventure Therapy a kinantropologie.....	49

12 PŘÍLOHY

Příloha 1

Knihy

1. Beringer, A (2003). Being Moved by Nature: Adventure Therapy and Spinal Cord Injury Rehabilitation. In K. Richards & B. Smith (Eds.), *Therapy Within Adventure . Proceedings of the Second International Adventure Therapy Conference*. Augsburg: Zentrum für interdisziplinäres erfahrungsorientiertes Lernen

Články z databázi a vědeckých časopisů

2. Carless, D., Sparkes, A., C., Douglas, K., & Cooke, C. (2014). *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 124 – 131.
3. Devine, A., M., & Dawson, S. (2010). The Effect of a Residential Camp Experience on Self Esteem and Social Acceptance of Youth with Craniofacial Differences. *Therapeutic recreation journal*, 44(2), 105 – 120. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/results?sid=83c2ce71-59ab-4103-b025-f2451f886c9d%40sessionmgr198&vid=3&hid=109&bquery=The+Effect+%22of%22+a+Residential+Camp+Experience+%22on%22+Self+Esteem+AND+Social+Acceptance+%22of%22+Youth+with+Craniofacial+Differences.&bdata=JmRiPXMzaCZsYW5nPWnzJnR5cGU9MCZzaXRIPWVob3N0LwxdmU%3d>
4. Dillenschneider, C. A. (1983). Wilderness adventure programming for the retarded: A rationale and therapeutic basis for program development. Retrieved 20. 5. 2013 from the World Wide Web:
<http://www.zurinstitute.com/outofficeexperiences.html>
5. Herbert, J., T. (1996). Use of Adventure-Based Ceunseling Programs for Persons with Disabilities. *Journal of Rehabilitation*, 62 (4), 3 – 10. Retrieved 29. 4. 2013 from SPORTDiscus on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=1849b564-a196-4344-a854-fe5c415ace33%40sessionmgr111&hid=101>

6. Herbert, J., T. (1998). Therapeutic effects of participating in an adventure therapy program. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 41(3). Retrieved 26. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=5&sid=76d6aedf-e008-479f-934f-291f26c64ddf%40sessionmgr115&hid=109&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=a9h&AN=543607>

7. Hill, V. (2004). Adventure therapy; Organization caters to those who don't take disability sitting down: [Final Edition]. *The Record*. Retrieved 25. 6. 2013 from PROQUEST database on the World Wide Web:
<http://search.proquest.com/docview/267098508/142BF5FABE1445AFF72/1?accountid=16730>

8. Hough, M., & Paisley, K. (2008). An Empowerment Theory Approach to Adventure Programming for Adults with Disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 42 (2), 89–102. Retrieved 26. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://web.ebscohost.com/ehost/detail?vid=14&sid=5a80f44e-2ebf-4da5-81ba-f6818336fad2%40sessionmgr114&hid=103&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=33803784>

9. Kenigsberg, C. & Millar, M. (2012). *The Power to Experience Limitless Adventure: A Workshop Exploring an Ability Centered Perspective in Supporting People Living with Various Barriers and Disabilities*. Příspěvek na mezinárodní konferenci „6th International Adventure Therapy Conference“, Hrubá Skála, Česká republika.

10. McAvoy, L., & Lais, G. (2003). Wilderness, hope, and renewal: Programs that include persons with disabilities. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74(7), 25 – 28.

11. McAvoy, L., Lais, G., Anderson, L., & Schleien, S., J. (1995). Wilderness and persons with disabilities. *Trend* 32(1), 33-37. Retrieved 22. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:

<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=3&sid=cbc1bdfd-f5d7-4ff1-9fc9-a598df10b4ed%40sessionmgr111&hid=101&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=SPH375351>

12. McAvoy, L., Schatz, E., Stutz, M., Schleien, S., & Lais, G. (1989). Integrated wilderness adventure: Effects on personal and lifestyle of persons with and without disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 23(3), 50-64. Retrieved 29. 4. 2013 from EBSCO on the World Wide Web:
<http://ehis.ebscohost.com/ehost/detail?vid=12&sid=1849b564-a196-4344-a854-fe5c415ace33%40sessionmgr111&hid=101&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#db=s3h&AN=SPH243095>
13. McAvoy, L., Smith, J. G. & Rynders, J. E. (2006). Outdoor Adventure Programming for Individuals With Cognitive Disabilities Who Present Serious Accommodation Challenges. *Therapeutic Recreation Journal*, 40(3), 182-199. Retrieved 29. 4. 2013 from the World Wide Web:
<http://js.sagamorepub.com/trj/article/view/904>
14. Timothy, D., & Manny, F. (2013). Part V – Outdoor Pursuits as an Extracurricular for Addressing Office of Civil Rights Guidance [Abstract]. *JOPERD: The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(8), 41-42.
15. Widmer, M., A., Duerden, M., D., & Taniguchi, S., T. (2013). The Diversity of Therapeutic Recreation: Application of TR in the Corporate World of Business. *Therapeutic Recreation Journal*, 47(1), 1 – 12.

Zaslané články

16. Knuckey, D., & Rankine, P. (2001). Wilderness therapy & youth with disabilities: an Operation Flinders – IDSC project. Příspěvek na mezinárodní konferenci „Second National Youth Development Conference – Our Future Now – empowering young people through youth development“, Austrálie.
17. Lai, K. E. K. – Y. (2008). *The role of adventure therapy in promoting inclusion for people with disabilities*. Diplomová práce, The University British Columbia.
18. McAvoy, L., Lais, G., Anderson, L., & Schleien, S. (1995). Wilderness and persons with disabilities- A review of research and policy directions. *Trends*, 32(1), 33-37.
19. McAvoy, L., Schatz, E., Stutz, M., Schleien, S., & Lais, G. (1989). Integrated wilderness adventure – Effects on personal and lifestyle of persons with and without disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 23(3), 50-64.
20. Neill, J., T. (1996). *A pilot evaluation of Outward Bound Jobnet Programs for young people with an intellectual disability*. Outward Bound Australia.
21. Roberts, B. et al. (1998). *Adventure with adults living with psychiatric disabilities*. Příspěvek na mezinárodní konferenci „1th International Adventure Therapy Conference“, Perth, Austrálie.

Z relevantních internetových zdrojů

22. Gillis, H. L. & Bonney, W. C. (1989). Utilizing adventure activities with intact groups: A sociodramatic systems approach to consultation. *Journal of Mental Health Counseling*, 11(4), 345-358. Retrieved 19. 9. 2013 from the World Wide Web: http://www.leegillis.com/AT/pubs_LG_03_2005.htm

Příloha 2

Důležité odkazy, asociace, zdroje

Název	Zaměření	Odkaz
AEE (Association of Experiential Education)	Nezisková, profesionální organizace zabývající zážitkovým vzděláváním	www.aee.org
National Society for Experiential Education	Nezisková profesní asociace vzdělávající lektory, businessmany, komunity	www.nsee.org
European Institute for Experiential Learning and Outdoor Adventure	Asociace s magistrálou v Marburgu v Německu, podpora nestátních mezinárodních organizací	www.eoe-network.org/home.htm
Outward Bound- The pioneer adventure education program	Organizace, na jejichž pilířích a odkazu Adventure Therapy stojí a čerpá	www.outwardbound.org
Project Adventure	Jedny z prvních dobrodružných programů, dobrodružství do škol	www.pa.org
Adventures In Training, Inc.	Knihy, materiály, vzdělávání	www.adventuresintraining.org
Outdoor Network	Odborné příspěvky, seznamy vzdělávání	www.outdoored.com
Outdoor Education Research and Evaluation Center	Web o tom, jak žít ve „spojení s přírodou“	www.wilderdom.com

Adventure Therapy Web	První ucelený web o Adventure Therapy spravovaný Lee Gillisem, shromažďuje reference doposud vydaných článků, prezentací a materiálů k Adventure Therapy	www.leegillis.com/AT/
Wilderness Research Center	Stránky spravované University of Idaho, obsahuje studie, teoretické i praktické informace	www.cnr.uidaho.edu/wrc
Adventure Therapy Organizations	Seznam Adventure Therapy organizací	http://sitemaker.umich.edu/adventuretherapy/adventure_therapy_organizations
Adventure Therapy Best Practices Bibliography	Záložka serveru Association for Experiential Education, bibliografie Adventure Therapy	http://tapg.aee.org/tapg/bibliography/
Power To Be	Kanadská organizace využívající Adventure – Based Therapy jako prostředek pomoci osobám se speciálními potřebami a jejich rodinám	www.powertobe.ca
Bradford Woods Indiana University's Outdoor Center	Organizace usilující o zlepšení kvality života osob „všech schopností“ prostřednictvím vzdělávání, rekreace a terapie	http://www.bradwoods.org/

Upraveno dle Elliott & Pieper (2010)