

**Česká zemědělská univerzita v Praze**

**Fakulta agrobiologie, potravinových a přírodních zdrojů**

**Katedra chovu hospodářských zvířat**



**Výcvik koní pro oblast psychoterapie**

**Bakalářská práce**

**Eliška Ročková**

**Chov koní**

**Ing. Jana Doležalová, Ph.D.**

© 2019 ČZU v Praze

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci "Výcvik koní pro oblast psychoterapie" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího bakalářské práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autorka uvedené bakalářské práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 17.4.2019

---

### **Poděkování**

Ráda bych touto cestou poděkovala Ing. Janě Doležalové, Ph.D. za odbornou pomoc, za vstřícnost a ochotu. Dále děkuji paní Hermannové a kolektivu z Psychiatrické nemocnice v Bohnicích za odbornou pomoc. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat mamince, kamarádce a příteli, za jejich pochopení a trpělivost.

# Výcvik koní pro oblast psychoterapie

## Souhrn

Bakalářská práce se zabývala výcvikem a výběrem koní pro psychoterapii pomocí koní. Kůň se v této oblasti využívá jako koterapeut ke zlepšení duševního stavu pacienta a tudíž zlepšení kvality jeho života. Důležitá u psychoterapie pomocí koní je triáda – terapeut, kůň, a pacient. Psychoterapie probíhá nejen jízdou na koních, ale také prací s koněm například čištění koně, vodění koně, práce ze země.

Základní metodou používanou v terapii je komunikace mezi koněm a pacientem. Kůň zastupuje v terapii roli komunikačního partnera.

Výběr koně není lehká záležitost. Za nejvhodnější jsou považováni koně, odchováni v co nejpřirozenějších podmínkách. Vybírají se jen klisny a valaši. Podmínkou je věk vyšší než pět let - s ohledem na vyzrálou koně. V terapii je možné využití všech plemen i velikostí.

Pracovní prostředí nemusí být nijak odlišné od jiných stájí. Součástí stáje však musí být rampa, kterou se usnadňuje nasedání pacientů na koně. Terapeutický tým se skládá z lékaře, který terapii indikuje, terapeuta, který zodpovídá za správnost terapie, trenéra koní, který připravuje koně na terapii, vodiče koně a pomocníků.

Výcvik koně pro psychoterapii zahrnuje základní výcvik, jízdu v terénu a nejdůležitější část výcviku - speciální výcvik. U koní pro psychoterapii se využívá nejčastěji přirozená komunikace. Nejznámější metodou je metoda Pata Parelliho, která se skládá ze sedmi her, kterými jsou získány potřebné základní principy k terapii. Dále se využívají metody Montyho Robertse, Lindy Tellington a Klause Ferdinanda Hempflinga.

Základní výcvik začíná od hříběte. Koně učíme uzdění, lonžování, sedláni a obsedání. Speciální výcvik probíhá paralelně se základním výcvikem. Ve speciálním výcviku se kůň učí být ovladatelný při vodění, na lonži, a aby dobře reagoval na podměty pacientů. Učí se správně přistupovat k rampě a klidně u ní stát. Důležitou částí výcviku je adaptace koně na různé předměty, které se budou používat při terapii, na hry například s balonem a na hluk, ke kterému může při terapii dojít. Bezpodmínečná je adaptace na pacienty – na jejich pohyby v sedle, doteky, na zvuky, které vydávají, bez které nelze výcvik dokončit.

**Klíčová slova:** kůň, hiporehabilitace, psychoterapie, výcvik

# Training of horses for psychotherapy

## Summary

This bachelor work dealt with training and selection of horses for Equine-Assisted Psychotherapy (EAP). The horse is used in this area as a therapist to improve the patient's mental condition and thereby improve the quality of his life. The triad - therapist, horse, patient – is important in EAP. Psychotherapy is done not only by horse riding, but also by working with a horse for example cleaning a horse, guiding a horse, working from the ground.

The basic method used in therapy is communication between the horse and the patient. The horse represents the role of a communication partner in therapy.

Choosing a horse is not an easy matter. The most suitable are horses, bred in the most natural conditions. Only mares and geldings are selected. The condition is the age of more than five years - considering the maturity of the horse. It is possible to use all breeds and sizes in therapy.

The work environment may not be different from other stables. However, there must be a ramp in the stable, which makes it easier for patients to get on their horses. The therapy team consists of a doctor who indicates the therapy, a therapist who is responsible for the correctness of the therapy, a horse trainer who prepares the horses for therapy, horse guides and helpers.

Training for EAP includes the basic training, the off-road riding and the most important part of training - special training. The Horsemanship is most often used in EAP. The most well-known method is Pat Parelli's method, which consists of seven games that provide the necessary basic principles for therapy. In addition, the methods by Monty Roberts, Linda Tellington and Klaus Ferdinand Hempfling are used.

The basic training starts from a foal. We teach the horses bridging, loning, saddling and sitting. The special training takes place in parallel with the basic training. In the special training the horses learn to be controlled in the leading, on the lunge and to respond well to patient suggestions. The horse learns to approach the ramp correctly and stand quietly at the ramp. An important part of the training is adaptation of the horse to various objects that will be used in therapy, to games for example with a balloon and to the noise that can occur during therapy. Unconditional is the adaptation to the patients - to their movements in the saddle, to the touches, to the sounds that they give, without that the training cannot be finished.

**Keywords:** horse, hipporehabilitation, psychotherapy, training

# Obsah

<b>1</b>	<b>Úvod.....</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Cíl práce.....</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Literární rešerše .....</b>	<b>3</b>
<b>3.1</b>	<b>Charakteristiky psychoterapie pomocí koní.....</b>	<b>3</b>
3.1.1	Duševní poruchy .....	4
3.1.2	Kontraindikce .....	5
<b>3.2</b>	<b>Léčebné principy psychoterapie pomocí koní .....</b>	<b>6</b>
3.2.1	Komunikace s koněm .....	8
3.2.2	Vzdálenost, osobní prostor a vztah .....	9
3.2.3	Biomechanika pohybu .....	10
<b>3.3</b>	<b>Podmínky výběru koně pro psychoterapii pomocí koní .....</b>	<b>10</b>
3.3.1	Obecné podmínky výběru koně pro hiporehabilitaci .....	10
3.3.1.1	Výběr koně podle pohlaví .....	11
3.3.1.2	Výběr koně podle věku.....	11
3.3.1.3	Výběr koně podle plemene .....	12
3.3.2	Výběr koně pro psychoterapii pomocí koní.....	12
<b>3.4</b>	<b>Výstroj koně, jezdce a pomůcky.....</b>	<b>13</b>
3.4.1	Výstroj koně .....	13
3.4.2	Výstroj jezdce.....	13
3.4.3	Pomůcky.....	14
<b>3.5</b>	<b>Pracovní prostředí pro psychoterapii .....</b>	<b>14</b>
3.5.1	Terapeutický tým .....	15
3.5.1.1	Lékař.....	15
3.5.1.2	Terapeut.....	16
3.5.1.3	Trenér koní .....	16
3.5.1.4	Vodič.....	17
3.5.1.5	Pomocníci .....	17
<b>3.6</b>	<b>Výcvik koně .....</b>	<b>17</b>
3.6.1	Základní výcvikové postupy .....	18
3.6.1.1	Přirozená komunikace.....	18
3.6.1.2	Tradiční výcvik .....	23
3.6.2	Základní výcvik .....	23
3.6.2.1	Uzdění a lonžování .....	24
3.6.2.2	Sedláni a obsedání .....	26

3.6.3	Speciální výcvik .....	28
3.6.3.1	Kondice.....	29
3.6.3.2	Práce pod sedlem.....	29
3.6.3.3	Práce v terénu .....	30
3.6.3.4	Ovladatelnost .....	30
3.6.3.5	Přístupování a klidné stání u rampy.....	31
3.6.3.6	Adaptace na předměty a hry.....	32
3.6.3.7	Adaptace na pacienty.....	33
3.6.3.8	Rizikové faktory výcviku a využití koní .....	33
<b>4</b>	<b>Závěr .....</b>	<b>34</b>
<b>5</b>	<b>Seznam použité literatury.....</b>	<b>35</b>

# 1 Úvod

Podíváme-li se daleko do historie, zjistíme, že kůň už tehdy byl velkým přínosem pro lidstvo, je tomu tak i dnes. Dříve než byl domestikován, byl loven pro maso, mléko a kůži. Později - když bylo vynalezeno kolo, byl používán jako dopravní prostředek, kde byla využita jeho tažná síla. Byl také využíván ve válkách, kde byl nepostradatelnou součástí. V neposlední řadě byl významným pomocníkem v zemědělství. Díky vývoji v zemědělství a v motorovém průmyslu se snížilo používání koní v těchto odvětvích. V dnešní době se hlavně využívá jako společník pro volný čas a sport.

Další důležitou roli hraje v lékařství a to v hiporehabilitaci. Tento obor pomáhá lidem jak s fyzickým tak s psychickým handicapem. Využívá se spolupráce speciálně připraveného koně a odborníka, která vede k léčebnému působení koně na klienta. Hiporehabilitace se rozděluje na hipoterapii, aktivity s vyžitím koní, parajezdeckví a psychoterapii pomocí koní. Nejdůležitější při hiporehabilitaci je aby kůň měl správný, až dá se říci dokonalý výcvik. Proto jsem si já vybrala jako téma mé bakalářské práce „Výcvik koní pro oblast psychoterapie“.

Každý kůň musí projít základním výcvikem, který je stejný jak pro parkur, pro drezúru i pro koně na hiporehabilitaci – psychoterapii pomocí koní. Při výcviku koní pro terapii se klade velký důraz na kladný vztah mezi člověkem a koněm, důležitá je důvěra, vzájemný respekt a porozumění. Dále se výcvik specializuje na habituaci na neobvyklé situace například křik, hluk, pobíhání lidí, otevírání deštníku, hod míče a na různé předměty.

Pro koně je tento výcvik velmi náročný, proto je důležitá správná výživa, ustájení, volný čas, volný pohyb na pastvě a také správná regenerace. Pro každého koně je nutno zvolit individuální denní program, aby nebyl přetěžován, byl spokojen a byl ochoten spolupracovat i další dny.



## **2 Cíl práce**

Cílem práce je popsat výcvik koní a uvést hlavní zásady a metody výcviku koně pro psychoterapii pomocí koní. Shromáždit dosavadní informace o psychoterapii pomocí koní. Stanovit platné důvody pro použití léčby - indikaci a důvody, proč nepoužít léčbu - kontraindikace.

## 3 Literární rešerše

### 3.1 Charakteristiky psychoterapie pomocí koní

V psychoterapii pomocí koní je používána specifická triáda – terapeut, kůň a pacient. Léčba je založena na působení a využití koně, jeho specifických vlastností jako koterapeuta ke zlepšení pacientova duševního stavu (Česká hiporehabilitační společnost 2016).

V oblasti psychoterapeutické je kůň využíván s cílem motivovat při pozitivních změnách chování, zmírnit projevy smyslového deficitu či některých duševních poruch. Kůň má schopnost vytvořit chybějící citové vazby a „napravovat“ postoje člověka. Díky své nestrannosti umožňuje získat pozitivní emoční zkušenost (Bajtlerová et al. 2013).

Terapie je vedena terapeutem, který musí mít psychoterapeutický výcvik, klinickým psychologem nebo psychiatrem, který je zodpovědný za průběh terapie. Terapeut musí mít zkušenosti s koňmi, aby znal jejich reakci a aby bylo předcházeno konfliktům. Musí být zajištěno, aby nebyl ohrožen pacient ani kůň. Terapie musí být správně časována a regulován její průběh (Česká hiporehabilitační společnost 2016).

Během psychoterapie pomocí koní je kůň využíván jako terapeut u pacientů s psychickými problémy a působí na různé oblasti psychiky léčeného člověka. Důležité je, aby byl vytvořen správný vztah mezi klientem, koněm a terapeutem i mezi samotnými klienty (Černá Rynešová 2011).

U spolupráce s koněm může být u pacienta vyvolán pocit uspokojení a dokonce bylo dokázáno, že bylo zvýšeno jeho sebevědomí a ochota ke spolupráci se zdravotnickým personálem poté, co všechny ostatní postupy selhaly. Velmi účinné použití koní je uvedeno v dětské psychiatrii. U dětí je díky kontaktu se živým tvorem silně ovlivněna psychika (Dušek et al. 1992).

Studiemi bylo zjištěno, že při interakci člověka a koně dochází k významnému snížení kortizolu u akcí a reakcí dospívajících. Těmito důkazy je naznačováno, že interakce člověka a koně nejenom snižuje úroveň stresu u dospívajících, ale také spojením člověka s koněm je snižována stresová reakce u dospívajících, takže se vytváří ochranný vliv proti vývoji psychopatologie a zdravotních problémů (Tsantefski et al. 2017).

Mnoho lidí má sice v podvědomí mocnou sílu energie koně, avšak většinou nemají povědomí o významných vlastnostech koně, které dokáží léčit celou řadu nemocí. Kůň je přirozeně schopen poskytnout člověku návod, jak se naučit pozitivnímu zvládnutí vztahů, komunikaci a podobně (Ferwin & Gardiner 2005).

Samotný kontakt klienta s koněm je pozitivním a motivujícím zážitkem. Kůň je ošetřován klientem, pomáhá s prací ve stáji, ale i zde je samozřejmě možno využít jízdy na koni (Smíšková 2014).

### **3.1.1 Duševní poruchy**

Psychoterapie pomocí koní je využívána k léčbě schizofrenie. Léčba je možná až po odeznění akutní fáze nemoci. Pozitivním účinkem je v první řadě navázání vztahu, neboť jedním z příznaků schizofrenie je narušení emotivity a vnímání. U pacienta trpící schizofrenií je lépe navazován vztah se zvířetem než s člověkem (Hollý & Hornáček 2005).

Dále může být tato metoda využívána při onemocněním autismem. Jediným spojením jezdce a koně je vytvářena atmosféra se silným pozitivním nábojem. To se projevuje zlepšením koncentrace pozornosti, schopnosti adaptace a kontroly chování. U pacienta dochází k pocitu jistoty a růstu jeho sebevědomí (Černá Rynešová 2011).

V Americe bylo zkoumáno zda-li má hiporehabilitace příznivý vliv na léčbu autismu. Šest dětí ve věku 5 – 12 let se zúčastnilo týdně 45-minutové terapie. Terapie byla prováděna dvanáct týdnů. Kontrola motoriky byla měřena před i po výzkumu použitím video záznamů. Po vyhodnocení výzkumu bylo zaznamenáno výrazné zlepšení adaptivního chování. Děti, které se výzkumu zúčastnily, se dokázaly o sebe lépe postarat, využívat aktivně volný čas a sociálně interagovat. Těmito výsledky je naznačováno, že hiporehabilitace má pozitivní vliv na děti s autismem (Ajzaman et al. 2013).

Tito lidé mají často různé fóbie například z vody, z cizinců, zvířat nebo z výšek. K tomu, aby byl u těchto lidí překonán strach a aby byli soustředěni na výuku jezdeckví, je zapotřebí velké trpělivosti a taktu. Jakou má pro ně jezdeckví cenu, se pozná, až když sesednou z koně a v jejich tváři je radost – potom je jezdeckví pro ně výbornou zkušeností (Bicknell et al. 2002).

Dále je využívána k léčbě sexuálních deviací – kde má resocializační charakter, při drogových závislostech, alkoholismu a gamblerství. Problém u těchto poruch je nedůvěra pacienta, a neschopnost navázat kontakt, špatný fyzický stav, nedostatek sebedůvěry, avšak pacienti jsou nuceni ke spolupráci, je u nich pěstována a upevňována vůle a motivace překonávat sebe sama. Kůň je také využíván k léčbě afektivních poruch, neurotických poruch a poruch chování (Hollý & Hornáček 2005).

Může být jimi lidem pomáháno se vyrovnávat se samotou a depresemi tím, že jim je poskytována jejich společnost, je zvyšována zajímavost a variabilita životního stylu (Odendaal 2007).

Ve studii Lentini et. al. (2009) bylo prokázáno, že kontakt při jízdě na koni jedenkrát týdně byl snížen výskyt agrese u mladých lidí, kteří byli vážně emocionálně narušeni. Bylo zjištěno, že hiporehabilitace je činná u pacientů, kteří byli bojácní, vyděšení, depresivní, rozhněvaní a asociální.

Dalšími pacienty jsou děti s poruchami učení a chování, děti s vadami řeči, klienti se smyslovými vadami, klienti trpící poruchami příjmu potravin, klienti, kteří se obtížně sociálně začleňují a tak dále (Casková 2009).

### **3.1.2 Kontraindikace**

Relativní kontraindikací je například zamýšlena hmotnost pacienta, je udáváno, že hmotnost pacienta nesmí překročit 90 kg (Hermannová et al. 2014).

Všechny ostatní kontraindikace jsou považovány za absolutní. Ne vždy je doporučována tato terapie pacientům - především pacientům, u nichž se vyskytuje nepřekonatelná fobie z koní, dále pacientům, u nichž je zaznamenána alergie na srst zvířat (Hollý & Hornáček 2005; Hermannová et al. 2014; Nerandžič 2006; Černá Ryešová 2011).

S fobiemi z koní a obecně ze zvířat je možné se setkat u pacientů s neurotickými diagnózami. S těmito pacienty se pracuje na tomto problému ve skupině a to tak, že se nemusí zúčastňovat přímých aktivit s koňmi. Pacienti se zúčastňují všech ostatních aktivit, jako je například příprava pomůcek nebo proběhnutí překážkové dráhy bez koně. Takoví pacienti si během terapie zvolí cíl, kterého by chtěli dosáhnout během terapeutických návštěv. Tímto cílem může být například pohlazení koně nebo dokonce jízda na koni (Černá Ryešová 2011).

Není rovněž doporučována pacientům s akutním, život ohrožujícím onemocněním. Dále pacientům s hořečnatými, nádorovými a celkově zánětlivými onemocněními v akutním stádiu. Také pacientům, kterým bylo předešlou terapií přivoděno zhoršení základního onemocnění (Hollý & Hornáček 2005).

Také je léčba nevhodná pro nemocné s akutním infekčním onemocněním, s těžším onemocněním srdečního aparátu a cévního aparátu. Pacientům s vysokým krevním tlakem třetího stupně, s rizikem odchlípnutí sítnice oka či závažným onemocněním spojeným s poruchou srážlivosti krve, pacientům s nestabilní epilepsií a pacientům se zvýšenou lomivostí kostí, s vážnými deformitami páteře, nepohyblivými kyčelními klouby není tato léčba také doporučována (Nerandžič 2006; Černá Ryešová 2011).

Kontraindikace se týká pacientů, kteří nespolupracují a nedodržují bezpečnostní pravidla, s agresivním chováním vůči zvířatům, ostatním pacientům a personálu (Hermannová et al. 2014).

### 3.2 Léčebné principy psychoterapie pomocí koní

Tuto metodu samozřejmě nelze vytrhnout z kontextu ostatního léčebného působení na člověka. Vždy se bude jednat o metodu podpůrnou, doplňkovou a startovní. Smyslem terapie není pouze výuka jízdy na koni, ale celkové působení v oblasti fyzické, psychické i sociální (Hermanová et al. 2014).

Proces psychoterapeutického ježdění je založen na principu vzájemného ovlivňování. Terapeutický proces, který je ovlivňován klientovými interakcemi, který se stává jedinečným, neopakovatelným a využitelným pouze v onom konkrétním případě (Černá Rynešová 2011).

Psychoterapeutickým ježděním se rozumí práce s koněm, vožení na koni a ježdění na koni jako psychologické médium, jehož působením dochází ke zmírnění nebo odstranění příznaků duševního onemocnění či mentálního handicapu (Hollý & Hornáček 2005).

Za jeden z hlavních principů psychoterapie pomocí koní je považována skutečnost, že koně odrážejí „pocit ukrytý za fasádou“ (Kohanov 2016).

Jízdou na koni je pozitivně působeno na stimulaci kognitivních funkcí, jsou kladeny požadavky na koncentraci, na paměť a rozhodnost při řešení různých netradičních situací. U jezdce dochází k získání celé řady nových zkušeností a poznatků, kterými se rozvíjí jeho myšlení (Černá Rynešová 2011).

Používání naučených podnětů představuje nejdříve taktilní a později kinestetický dialog jezdce s koněm a je první psychoterapeuticky významnou bariérou na cestě od vožení se na koni k ježdění. Je jisté, že už velikost koně a možnost jezdit a ovládat toto půl tuny těžké, silné zvíře, poskytuje představu i pocit moci. Skutečností, že je kuň vůči člověku zdrženlivý, není vtíravý a nevnučuje se násilně do jeho přízně, je povzbuzována aktivita pacienta. Naopak na nepřiměřené podněty se reagováno obranně (Hollý & Hornáček 2005).

Hollým & Hornáčkem (2005) je považováno psychoterapeutické ježdění za podpůrnou psychoterapii. Jedná se o léčbu, ve které je aktivní a direktivní role představována terapeutem a jeho snahou pomoci pacientům zdokonalit sociální fungování a schopnost vypořádat se s problémy. Podpůrná psychoterapie je více řízena pacientem, než nějakou teorií.

Podkladem pro směr a cíl terapie je konkrétní problém, se kterým klient přichází. Od problému je odvíjena přímá zakázka a následná volba terapeutických postupů. Volnost vytváření terapeutických postupů je však pouze zdánlivá, neboť je řízena poměrně přesně danými principy a mantinely. Vlastní diagnóza klienta je pouze jedním z faktorů, které musí být terapeutem brány v úvahu (Hermanová et al. 2014).

Bizub (2003) uvádí, že v jezdecké terapii je umožňováno pacientům s psychiatrickými diagnózami učit se základním dovednostem a navazování vztahů s koněm. Jezdecká terapie se dělí do tří částí – kontaktní cvičení s koněm, jezdecké aktivity a závěrečné skupiny po ježdění. Je kladen důraz na to, aby bylo prováděno skupinové sezení s účastníky jezdeckých hodin.

První jízda bývá silným emocionálním zážitkem jak pro děti, tak pro dospělé duševně nemocné. Na základě toho dochází ke vzniku příznivé situace pro navázání hovoru u pacientů a dochází ke spontánnímu rozhovoru se (Černá Rynešová 2011).

Při vedení koně na lonži terapeutem lze navázat dobrý terapeutický vztah. Skupina pacientů se střídá v ježdění na koni. Při takovém způsobu ježdění je možné udržet kontakt s těmi, kteří právě nejezdí. Jezdící klient je s terapeutem spojen pomyslnou „pupeční šňůrou“ (lonží), kůň běhá po kruhu a je možné řídit různá cvičení (Klik 1995).

Péče o koně a jízda probíhají nejčastěji ve skupině. Pacient je naučen pomáhat jiným i nechat si pomáhat sobě (například při nasedání na koně). Zacházením s koněm, společným zájem více pacientů i kolektivní aktivitou dochází pod vedením terapeuta k odstraňování projevů agrese (Klik 1995).

Klikem (1995) je přirovnáván houpavý pohyb na koni k prenatalním pocitům při pobytu v děloze. Pohybem koně dochází tedy u člověka k přirozeně uklidňující vlivům.

U některých psychických poruch, například u neurotického onemocnění, je doporučována jízda se zavřenými očima, dále relaxační jízda s tělem rozloženým na hřbetě koně a i další relaxační metody, které připomínají autogenní trénink (Klik 1995).

Je možno používat individuální nebo skupinovou formu psychoterapie. Individuální forma znamená pro terapeuta intenzivnější přístup ke klientovi těsnější kontakt s ním a možnost přizpůsobit terapii podle jeho stavu. Ve skupině je vždy nutné, aby byl brán ohled na to, aby z ní měli prospěch všichni členové. Člověk, který svým chováním trvale narušuje průběh terapie nebo z ní nemá žádný užitek, by měl být zařazen do individuální formy terapie. Jsou to například pacienti s poruchou pozornosti, autismem a agresí. Skupinovou terapií je nabízeno pacientům navíc dění a procesy, které probíhají mezi jejími členy. Skupinu je možno sestavit z různého počtu členů a je možné, aby byla homogenní i heterogenní z hlediska diagnózy, věku, pohlaví (Hermanová et al. 2014).

Ve skupinách se pracuje v různých interakčních modelech: model jeden kůň – jeden pacient, model jeden kůň – dva pacienti, model jeden kůň – více klientů a model jeden pacient – více koní tento model je považován za značně rizikový a je nutné vzít v úvahu, že může dojít k výskytu paniky u koní i pacientů (Hermanová et al. 2014).

U některých lidí vlivem nemoci může být stav měněn velmi rychle, i v průběhu terapie. Na to by měl být terapeut připraven a schopen reagovat. Dále je nutné při tvorbě plánu pracovat se specifickými problémy pacienta na pozadí jeho diagnózy. V plánu jsou zohledňovány cíle dílčí a cíl konečný. Délku terapie je nutno stanovit v závislosti na stavu, počtu a složení klientů. Doporučováno je od 30 do 120 minut (Hermannová et al. 2014).

### **3.2.1 Komunikace s koněm**

Komunikací se zvířaty dochází k našemu obohacení. Lidský svět je zahlcen slovy, která jsou často v rozporu s tím, co si skutečně myslíme a cítíme. Stává se, že jejich obsah není totožný s řečí našeho těla. Pro naše okolí se tedy stáváme nečitelní. V rozhovoru s koňmi musejí být uplatněny jiné formy komunikace a musí být dána tak vyřčeným slovům hloubka a obsah. Z jejich strany jsou i malé komunikační signály pro nás poměrně dobře čitelné (Hermanová et al. 2004).

Velké množství prvků člověk není schopen za koně procítit, vstupuje zde do hry faktor dalšího živého tvora, který nemá schopnost verbálně komunikovat (Dobeš 1986).

Mezi důvody - proč je kůň využíván k léčbě psychických poruch, patří to, že kůň je stádové zvíře, je domestikován a má schopnost navazovat vztahy a komunikovat s člověkem na neverbální úrovni. Neverbální komunikace je jedním z nejdůležitějších způsobů komunikace mezi pacientem a koněm (Rynešová 2011).

Kůň je mistrem v neverbální komunikaci, což je podstatou jeho dorozumívání s ostatními a věcí přežití. Už způsobem, jakým se člověk na koně dívá, držení těla, pohyby či nejmenší cuknutí svalem je koni prozrazeno, jak se dotýčný cítí. Těmito jasnými signály, se člověk zrcadlí. Nevhodnou řečí těla je možno koně snadno zmást. Když se někteří lidé přibližují ke koním, jejich postoj způsobí, že koním připadají agresivní nebo záludní, jako kdyby zahlédli predátora. Oproti tomu existují lidé, kteří vypadají jako jehňátka a vždycky se podřizují vůli jiných. Koním nelze nic namluvit nebo je oblafnout (Velemínský et al. 2007).

U klientů je často vyvolávána obava, jak bude kůň reagovat, zdali bude koněm dáváno najevo, že mají nějaké tělesné nebo duševní nedostatky. Chování koně ke klientům se vyvíjí podle toho, jak je s ním člověkem zacházeno. Koněm není hodnoceno jejich postižení, nýbrž momentální postoje a chování (Černá Rynešová 2011).

Pokud je kůň záměrně stavěn do role partnera, musí být schopen a především ochoten mezidruhově komunikovat. Vnímat motorické i verbální projevy člověka a při terapii na tyto projevy vždy reagovat. Reakce musí být srozumitelná a bezpečná (Hermanová et al. 2014).

Komunikace je považována za jednu ze základních metod využívaných v terapii prostřednictvím koně. Hlavním cílem práce s koněm se stává harmonizace dvojice kůň – člověk. Koněm je v terapii zastoupena role zrcadla a komunikačního partnera. Protože se jedná o zvíře s bezprostředními reakcemi, jsou jím zpětné vazby poskytovány nezraňujícím způsobem. Pokud se vše povede, dochází k průběhu dialogu mezi koněm a člověkem na bázi adekvátní výměny reakcí. Tato harmonie znamená, že člověk je již schopen korigovat svoje tělo a chování (Hermanová et al. 2014).

### **3.2.2 Vzdálenost, osobní prostor a vztah**

Intimním osobním prostorem je považováno zhruba 45 cm, a tímto prostorem je vytvořeno vlastní ochranné pásmo. Jeho nedovolené narušení je vnímáno jako ohrožení, útok nebo přinejmenším jako drzost (Hermanová et al. 2014).

Za důležité se považuje zvolení vhodného způsobu, jak se k živým tvorům přiblížit. Reakce zvířete na vstup do osobního prostoru je závislá zejména na rychlosti pohybu a použitých gestech. Rychlým vstupem do osobního prostoru je kůň spíše odrazován. Nejistým, příliš pomalým pohybem je koni nahráváno, aby převzal vedení (Hermanová et al. 2014).

Při kontaktu s koněm je velmi důležité, aby byl akceptován jeho prostor a klid. Za nevhodné je považováno množství přízně – neúnavné hlazení, objímání. Doteky jsou koni vnímány odlišným způsobem, než jsou vnímány lidmi. Jejich přemírou mohou být vyvolány nepříjemné pocity, dokonce mohou způsobit po čase rezignaci nebo agresivní reakci. Je dobré naučit se respektovat intimní zóny koně. Mezi takové intimní zóny je zahrnována u koní hlava (Dvořáčková et al. 2012).

Za důležitý faktor je považován styl pohybu. Velmi často je naše pohybové sdělení rozporuplné. Například u člověka se sevřenými rukama v pěst a s napětím v celém těle chtějícího přilákat koně k sobě může dojít k opačnému účinku - vyzvání koně k ústupu. Za důležitou složku je rovněž považováno celkové držení těla (Hermanová et al. 2014).

Vztah, který je formován mezi koněm a jezdcem (pacientem), je velmi silným motivačním činitelem. Pohledem na jezdce – ať už uhánějícího s větrem o závod na dostizích nebo elegantně kroužícího na drezurním obdélníku, nebo jen tak cválajícího krajinou, je vzbuzován obdiv a často i závist. Už samotnou první jízdou je vyvoláván silný emotivní zážitek - nejčastěji směsí strachu a obdivu, odmítání a tužby. Strach postupně s narůstajícími zkušenostmi mizí, obdiv a tužba se stupňují. Druhý emoční práh je registrován u přechodu klienta z pasivní fáze - vožení se na koni do fáze aktivní, tedy když jsou vzaty do rukou otěže a dojde k vedení koně jím samotným (Hollý & Hornáček 2005).



### **3.2.3 Biomechanika pohybu**

Vedle všech důležitých psychologických aspektů pozitivně působících na člověka při kontaktu s koněm, nesmí být opomenuto, že kůň pomáhá člověka stimulovat i po stránce tělesné. Tělesná stimulace a pohybová aktivita patří k velmi důležitým prostředkům při léčbě duševních onemocnění. Jde o uvolňování endorfinu, kterým je působeno pozitivně na náladu člověka, nebo o narůstání fyzické kondice, kterou je zajišťována organismu větší odolnost proti vlivu tělesných nebo duševních onemocnění (Černá Ryněšová 2011).

Na fyzickou stránku klienta je působeno trojdimenzionálním pohybem hřbetu koně a to v každém okamžiku všemi směry. Tedy při pohybu koňského hřbetu nahoru se současně mírně pohybuje do stran i dopředu a dozadu. Je tak vytvářena jistá nestabilita jezdce, což je moment, který je při terapii využíván. S jistou nadsázkou je tedy možno říci, že kůň je nestabilní plochou (Velemínský et al. 2007).

Cvičením a tělesným pohybem je pozitivně ovlivňována psychika člověka. Pozitivně je působeno na projevy deprese a úzkosti. Je zvyšováno kladné sebehodnocení a posilována psychika pro boj se stresem (Křivohlavý 2009).

Samotným výcvikem v jízdě na koni je zesíleno celé tělo pacienta pravidelným cvičením a sekundárně zvyšováno jeho sebevědomí a sebeuvědomění. Zlepšováním fyzického fondu, celkovým posilováním zdraví, zlepšováním koordinace pohybů, pěstováním smyslu pro rytmus, propojením mezi tělesným a duševním uvolněním, je přispíváno k psychické pohodě klienta při terapii (Hollý & Hornáček 2005).

## **3.3 Podmínky výběru koně pro psychoterapii pomocí koní**

### **3.3.1 Obecné podmínky výběru koně pro hiporehabilitaci**

Koně mají jedinečný terapeutický potenciál. Na rozdíl od ostatních zvířat, která jsou obvykle používána pro zooterapii, u koní se jedná o velká stádová zvířata, která jsou schopna vnímat strach a mají schopnost vhodné interakce s člověkem (Tsantefski et al. 2017).

Vybrat vhodného koně pro terapii není jednoduchá záležitost. Pro hiporehabilitaci nejsou používána odložená nebo nemocná zvířata, které již nejsou majitelem využívána pro sportovní účely. Naopak – nesmí mít žádné tělesné vady, musí mít pravidelný krok, výbornou mechaniku pohybu, dobré osvalení, souměrné tělesné partie a v neposlední řadě klidnou povahu. Obecně to musí být zdravý, vyrovnaný, přátelský kůň mírně povahy, který je ochoten spolupracovat (Guersney 2006).

Dává se přednost koním odchovaným ve stádě v co nejpřirozenějších podmínkách. Celoročním pobytem na pastvinách je u koně otužován a formován kloubně-svalový systém. Ničím nenahraditelná je však přirozená socializace ve stádě (Hermanová et al. 2014).

Jsou vybíráni ti koně, u kterých nebyly přirozené pohybové a „komunikační“ schopnosti změněny člověkem nepřirozeným odchovem, špatným zacházením a nevhodným výcvikem. Než kůň bude vybrán, je nutno vědět, pro koho bude určen, zda pro děti, nebo dospělé osoby, a jak bude využíván, zda ve fyzioterapii, nebo v psychoterapii (Hermanová et al. 2014).

Je nutným předpokladem, aby kůň měl rád tuto práci. Pokud tomu tak není, jeho protesty nebo apatie mohou být velmi nebezpečné pro všechny okolo. Navíc pokud je kůň našťvaný, rozzlobený, bolavý nebo nešťastný, těžko může být navozeno klidné prostředí pro úspěšnou terapii nebo lekci (Česká hiporehabilitační společnost 2016).

Avšak nic nesmí být přeháněno, aby bylo zabráněno případnému vyhození koně, ke kterému může dojít stejně jako u lidí. Proto musí mít k dispozici prostředí k odreagování. Po práci výběh s kamarády, aby se mohl vyválet a proběhnout, chodit na vyjížděky a na jízdárnu se zdravým jezdcem (Česká hiporehabilitační společnost 2016).

#### 3.3.1.1 Výběr koně podle pohlaví

Dle Řádu na ochranu zvířat při veřejném vystupování koní – se smí pracovat v hiporehabilitaci pouze s klisnami a valachy, hřebce není možno používat (Česká hiporehabilitační společnost 2017).

Pro hiporehabilitaci zásadně z bezpečnostních důvodů nesmí být používáni hřebci, kvůli jejich temperamentu (Velemínský et al. 2007).

Využívání klisen má také své zápory. Musí se počítat s možnými změnami nálad a chování klisen v období říje. U některých klisen může v období říje docházet k velmi nervózním a podrážděným reakcím. Mohou být tedy nebezpečné pro klienty, proto je vhodné problematické klisny v říji do terapie vůbec nezařazovat (Dušek 2007).

#### 3.3.1.2 Výběr koně podle věku

Dle Řádu na ochranu zvířat při veřejném vystoupení koně – smí v hiporehabilitaci pracovat kůň starší 5 let kvůli jeho psychické vyzrálosti. Mladší koně mohou být na tuto práci připraveni se zkušenějším koněm (Česká hiporehabilitační společnost 2017).

Příprava mladého koně, který bude od začátku připravován a formován podle vlastních potřeb, bude určitě jiná než s koněm, u kterého už byla provedena nějaká forma výcviku (Česká hiporehabilitační společnost 2017).

### 3.3.1.3 Výběr koně podle plemene

Snaha o speciální chov na terapeutické využívání je nerealizovatelná. Důvodem je, že k terapii jsou vybíráni koně různých plemen a v rámci určitého stáda koní jsou v ročníku využitelní jen jedinci (Hermanová et al. 2014).

Jsou využíváni koně všech plemen a velikostí. Důležité je však, aby byl nalezen konkrétní jedinec a měl správné terapeutické uplatnění. Nesmí se dopustit, aby výběr koně podléhal předsudkům o charakteristikách jednotlivých plemen. V rámci každého plemene se vyskytují vždy nadaní a neschopní jedinci. U vybraných koní jsou posilovány a využívány ty vlastnosti, pro které jsou přirozeně talentováni (Hermanová et al. 2014).

Pracuje-li se s malými dětmi, jsou preferováni poníci, pro starší děti jsou vhodné koně středně velkého vzrůstu a pro dospělé pacienty jsou nejvhodnějším typem koně čtvercového rámce, s osvaleným krkem, oblým kohoutkem, pevným a dobře osvaleným hřbetem, s končetinami bez výrazných vad a zdravými, pevnými kopyty snášejícími různorodý terén. Těmto požadavkům často odpovídají chladnokrevná plemena koní (Velemínský et al. 2007).

### 3.3.2 Výběr koně pro psychoterapii pomocí koní

Je nutno pozorovat stádo, aby bylo možno vytipovat jedince s konkrétními požadovanými povahovými rysy pro psychoterapii (Hermanová et al. 2014).

Kůň pro psychoterapii pomocí koní se musí chovat ve stáji klidně a vyrovnaně, musí mít dobrý vztah k člověku, musí být lehce ovladatelný a dobře trénovatelný (Rynešová 2011).

Od koně je vyžadována schopnost být voděn a ošetřován několika lidmi naráz, bezpečnost při vodění a hlavně spolehlivé zastavení, osvědčil se výcvik s různými pomůckami, které jsou používány při terapii např. míče, pruhy látky, různé kruhy a vše ostatní, co bude muset kůň při terapii snášet (Velemínský et al. 2007).

Kůň by měl být tolerantní vůči začátečníkům, kteří se mohou dopouštět chyb na základě nezkušenosti, zvyklý na náhlé a nečekané podněty od klientů, jako jsou např. rychlé pohyby, nadměrný hluk, výskání, manipulaci s předměty a také by měl být dostatečně psychicky odolný při střídání klientů (Hollý & Hornáček, 2005).

Musí být vybírán tak, aby byl schopen mezidruhově komunikovat. Kůň pro psychoterapii nejdříve jasně upozorní, cítí-li se být ohrožen pacientem – zaujme bojový postoj, klopí uši, zvedá nohu a mává ocasem. Kůň, který je bez náznaků agresivní, nesmí být k terapii využíván. Naopak koně mohou být „zlomení“ člověkem – neteční až rezignovaní. Tyto koně jsou sice bezpeční, ale pro terapii nepoužitelní (Hermanová et al. 2014).

U psychoterapie je stavěna léčba na různorodosti povahových rysů a reakcí jednotlivých koní. Terapeut potřebuje k terapii koně dominantní i submisivní, koně s klidným i s živým temperamentem. Všichni však musí mít jedno společné a to je dobrý charakter. Pro psychoterapii je platnou všeobecnou zásadou, že vhodný je kůň, který svými vlastnostmi umožní bezpečný průběh terapie a splnit cíl léčby. Vyloučení jsou jedinci nedůvěřiví, s nepředvídatelným chováním a nízkou mírou odolnosti proti stresu (Hermanová et al. 2014).

### **3.4 Výstroj koně, jezdce a pomůcky**

#### **3.4.1 Výstroj koně**

V naší republice jsou zavedeny dva způsoby vodění koně. První způsob vodění je na dvou lonžích (vodič jde za koněm a drží lonže). Výhodou u tohoto vodění je více prostoru u klienta, pro pomocníka i terapeuta, dále dokonale rovné vedení koně a možnost kontroly rovnováhy klienta zezadu vodičem. Naopak nevýhodou je, že je kůň mírně omezován v pohybu vpřed, podsadí se, a tak není využívána část jeho pohybových možností ve hřbetě, kde pak převládá pohyb nahoru a dolů, stranové pohyby jsou zmírňovány. Druhý způsob vodění je vedení u hlavy na ohlávce, uzdečce nebo bezudidlové uzdečce (kůň je veden vodičem vedle hlavy vodičkem nebo za otěže). Výhodou tohoto způsobu je, že je možno koně udržet v přirozené rovnováze, uvolněného. Nevýhodou je menší prostor u klienta a mírná křivost při vedení koně z jedné strany, ta může být kompenzována střídáním vedení z jedné či druhé strany (Velemínský et al. 2007 a Dvořáčková et al. 2012).

Podle klinického stavu klienta terapeut určuje, zda bude mít kůň sedlo nebo madla. V psychoterapii pomocí koní jsou využívána především sedla. Mohou být použita sedla anglická i westernová. Jsou vybírána taková sedla, aby pacientům byl zajišťován stabilní sed, a rozklad hmotnosti rovnoměrně na hřbetě koně (Hermanová et al. 2014).

#### **3.4.2 Výstroj jezdce**

Klient se dostavuje na terapii vhodně oblečen, to znamená přiléhavější neklouzavé a dostatečně teplé oblečení (Velemínský et al. 2007).

Dále jsou vhodné kotníkové boty a také boty s dobrým podpatkem. Boty plátěné nebo sandály by neměly být používány, protože je zde nebezpečí z proklouznutí boty třmenem. Z bezpečnostního důvodu, pokud jezdec nosí ortopedické boty nebo boty s dlahami, musí být třmeny dostatečně velké na to, aby bylo umožněno v případě pádu snadné vyklouznutí jezdcovy nohy (Bicnell et al. 2002).

Jezdící klienti musí mít vždy hlavu chráněnou certifikovanou helmou. Výjimkou jsou ležící děti, neboť helmou není umožňováno držení krční páteře v ose. U batolat není dovoleno nošení helmy kvůli malému objemu hlavy a krčnímu svalstvu. Důležité je zabezpečit zvýšenou ochranu – spolehlivý kůň a jištění dítěte z obou stran koně (Hermanová et al. 2014).

### 3.4.3 Pomůcky

Nejdůležitější pomůckou (vybavením) je nástupní plošina – rampa. Na rampu by mělo být možné vyjít po schůdkách, ale i zároveň vyjet vozíkem. Z takové rampy je nasedání na koně pro klienty výrazně usnadněno (Vávrová et al. 1996).

Při psychoterapii dospělých pacientů se bez rampy neobejdeme. O její velikosti rozhoduje aktivita, která je ve stáji prováděna. Pro pacienty bez pohybových poruch vystačí jednoduchá konstrukce, menší rampa pro dvě osoby se schůdky a zábradlím. Pro klienty s pohybovými poruchami je konstrukce složitější (viz obr. 1). Povrch rampy musí být protiskluzový, dostatečně prostorný pro invalidní vozík a dvě osoby, pro naložení pacienta. Výška rampy je řízena průměrnou výškou koní velkých plemen. Plošina se musí nacházet v místě loketního kloubu koně. Je-li rampa nízká, pacienti s omezenou abdukcí na koně nenednou. Je-li rampa naopak příliš vysoká, dosednutí na koně se mění v tvrdý dopad, protože pacient není schopen dosednutí aktivně brzdít (Hermanová et al. 2014).



Obrázek 1 Rampa pro vozíčkáře (Hermannová et al. 2014)

## 3.5 Pracovní prostředí pro psychoterapii

Na terapeutické využívání koní nemusí být postaven speciální areál. Pokud však je rozhodnuto, že se s terapií začne, musí být stávající prostředí pro pacienty upraveno. Především musí být pro pacienty a pro provádění terapie bezpečné. Důležité je především vyloučení rizikových faktorů. Areál musí být vybaven rovnými a pevnými cestami bez děr, všechny předměty a náradí uklizeny, aby nedošlo ke zranění (Hermanová et al. 2014).

Pro dlouhodobý a pravidelný léčebný režim jsou ideální stáje jako součást zdravotnických nebo sociálních zařízení a stáje v blízkosti měst z důvodu dostupnosti. Potřebné prostory pro realizaci terapie – světlá, prostorná stáj bezpečná pro pacienty při ošetřování koní. Uzavřená venkovní jízdárna, ideální je hala, kterou je zajišťována nezávislost na počasí a intimita prostředí (Hermanová et al. 2014).

Úžasný účinek na klienty (pacienty) má jízda v přírodě, kteří často tráví většinu dne doma nebo ve zdravotních zařízeních. Pro hiporehabilitační koně jsou nutností výběhy, aby si mohli odpočinout po náročné práci (Casková 2010).

Koně mohou být ustájeni v boxech nebo mohou být trvale na pastvině. Podmínkou je celodenní pobyt ve výběhu. Koně nesmí být izolováni a musíme jim umožnit pobyt ve skupině, aby bylo trvale upevňováno sociální chování (Hermanová et al. 2014).

### **3.5.1 Terapeutický tým**

V hiporehabilitaci jsou propojené lékařské, psychologické, pedagogické i hipologické složky a tudíž je velice nepravděpodobné, že by byl nalezen člověk, který by byl odborníkem ve všech těchto složkách. Je tedy zapotřebí více lidí, z nichž každý by měl mít svou funkci a zodpovědnost ve svém oboru (Hollý & Hornáček 2005).

Hermanová et al. (2014) a Meregillano (2004) uvádějí, že terapeutický tým je složen ze všech lidí, kteří se účastní léčby pacienta. Do terapeutického týmu patří lékař, terapeut, trenér koní, vodiči a pomocníci.

Plánováním, přípravou a konzultací v týmu je udáván směr a úroveň pro celou jezdeckou hodinu tak, aby bylo dosaženo maximálního uspokojení v omezeném čase. Pro neklidného jezdce může být mnohem důležitější, aby byl získán dobrý vztah ke koni a k lidem okolo než aby zaujal dobrou pozici v sedle, i když doufáme, že může být dosaženo obojího (Bicnell et al. 2002).

Terapeutický tým je úžasným příkladem symbiotického vztahu. Žádný člen nemůže pracovat bez druhého, a čím větší harmonie mezi členy existuje, tím je větší prospěch pro klienta (Heine 1997).

#### **3.5.1.1 Lékař**

Léčba je lékařem klientovi indikována, a zvažována kontraindikace, jsou jím určeny cíle léčby a kontrolními vyšetřeními je jím posouzena její efektivita. Měl by být odborníkem v oblasti, ve které je diagnostikován klientův problém a zároveň být obeznámen s metodikou terapie prostřednictvím koně (Hermanová et al. 2014).

Lékař se sám terapie ve většině případů neúčastní, ale musí být v oblasti orientovaný, aby ji indikoval správně a dokázal ji předepsat všem potřebným onemocněním. Musí spolupracovat s hiporehabilitačním centrem (Hollý & Hornáček 2005).

#### 3.5.1.2 Terapeut

Má hlavní zodpovědnost za volbu správného postupu, jak je prováděn a zodpovědnost za bezpečnost pacienta i ostatních. Základním požadavkem je odpovídající vzdělání v oboru. Dalším musí absolvovat specializačního kurz v oblasti terapie prostřednictvím koně, které zahrnuje teoretickou a praktickou přípravu na vlastní výkon terapie (Hermanová et al. 2014).

Je jím sestavován plán lekcí, jednotlivé lekce koordinovány a připravovány. Terapeutem jsou vedeny záznamy o klientech, stanoveny cíle a metody jejich dosažení pro jednotlivé osoby, vedeny záznamy lekcí. Terapeut rovněž spolupracuje s odborným lékařem. Je pověřen výběrem vhodného koně pro daného klienta podle jeho klinického obrazu. Dále je jím volena poloha klienta na koni, terén, tempo koně apod. (Dvořáčková et al. 2012).

V psychoterapii pomocí koní je odborníkem psycholog nebo psychoterapeut. Pracuje nejen s pacientem, ale také s jeho rodinou a přáteli. Jím jsou vymezovány hranice psychických schopností a možností klienta v dané fázi nemoci a rehabilitačního procesu, snaží se, aby bylo předcházeno konfliktům mezi všemi zúčastněnými, napomáhá klientům v osobním růstu (Hermanová et al. 2014).

#### 3.5.1.3 Trenér koní

Trenérem koní musí být vždy plnoletá vyškolená osoba, která připravuje koně pro hiporehabilitační účely (Česká hiporehabilitační společnost 2017).

Představuje velice důležitou a odpovědnou roli pro terapii, jelikož správně připravený kůň je předpokladem kvalitního a bezpečného průběhu terapie. Tento obor se vymyká tradičnímu využívání koní, proto si musí doplnit znalosti v terapii (Hollý & Hornáček 2005).

V knihách Hollý & Hornáček (2005), Hermanová et al. (2014) je uváděno, že musí mít nejen kvalifikaci trenéra, ale jeho vzdělání má odpovídat zvolenému stylu výcviku koně.

Hlavní součástí je zkušenost a schopnost komunikace s terapeutem o potřebách terapie, podle toho jsou koně připravovány pro určitou terapii na míru (Hermanová et al. 2014).

Stará se o psychickou a fyzickou pohodu koně, jezdí jej, pracuje na ruce, v terénu, připravuje jej na modelové situace při terapii například výkřiky, náhlé pohyby, nestabilita na hřbetě, berle, vozíky, nasedání z rampy, sesedání, pobíhání, náhlé situace v okolí – auta, roztažení deštníku (Velemínský et al. 2007).

#### 3.5.1.4 Vodič

Tato osoba musí být plnoletá a musí mít odpovídající přípravu pro jednotlivé metodiky. Během terapie bezpodmínečně dbá na pokyny terapeuta a odpovídá za bezproblémové zvládnutí koně (Hermanová et al. 2014).

Vodič musí mít pod kontrolou nasedání, musí udržovat pohyb koně v rovnoměrném chodu. Kůň musí být vodičem povzbuzován, aby reagoval na pomůcky dané jezdcem. Musí dbát na to, aby byl mezi koňmi zachován rozestup na délku jednoho koně, a v neposlední řadě musí být vždy připraven včas zareagovat (Bicknell et al. 2002).

#### 3.5.1.5 Pomocníci

Musí být stejně jako vodič plnoletí a musí mít proškolení v požadavcích na terapii. Nutné je, aby měli vstřícný a kladný přístup ke klientům (Hermanová et al. 2014).

Pomáhají klientovi při nasedání a při sesedání z koně. Jdou vedle koně, přidržují klienty. Je jimi poskytována fyzická i morální podpora. Jsou odpovědní za dohled, jakou mírou jezdec poslouchá instruktorovy pokyny týkající se pozice v sedle (Bicknell et al. 2002).

### 3.6 Výcvik koně

Výcvik koně pro psychoterapii je dlouhý individuální proces a může trvat jeden rok. Během výcviku je kůň pozitivně vyrovnán a připraven na léčebný proces, tedy ježdění s hendikepovanými. Je třeba mít v patrnosti, že může dojít velmi rychle ke „zkažení“ koně, například dva, tři týdny špatného vedení stačí k tomu, aby byl předchozí výcvik zcela vymazán. Pro napravení škod musí být znovu absolvován celý výcvik.

Příprava koní pro hiporehabilitaci má zahrnovat tři fáze:

1. Základní výcvik – zahrnuje nácvik základních dovedností, probíhá u mladých koní, kteří jsou učeni poslušnosti a správnému zapojování svalstva při chodu.
2. Jízda v terénu – cílem je habituace na podněty v okolí a odstranění lekavosti koně, aby nedošlo ke shození klienta.
3. Specifický výcvik - Nácvik klidného čekání a stání u rampy – trpělivost do doby, kdy bude klient usazen na hřbetě koně (Nerandžič 2006).

Velemínský et al. (2007) uvádí třetí bod trochu odlišně – Nácvik potřebných dovedností – koně jsou učeni zvláštním dovednostem, nezbytným k vykonávání terapie. Jsou připravováni na nejrůznější typy projevy pacientů.



### 3.6.1 Základní výcvikové postupy

Visserem et al. (2009) byly srovnávány metody výcviku, jako jsou přirozená komunikace a konvenční metoda výcviku a na ně reakce koní v počátečním tréninku. Výsledky výzkumu bylo naznačeno, že uplatněním metody přirozené komunikace při zahájení tréninku (pět počátečních týdnů) u mladých koní nebyla ohrožena technická výkonnost, nýbrž byl snížen stres během tréninku v porovnání s konvenční metodou. Navíc u konvenční metody tréninku bylo vykázáno více pocitů strachu a stresu například napětí těla, „pohyby pysků“ a „mletí zubů“. Dále byly zaznamenány rozdíly v řadě parametrů chování a srdečního rytmu. Rovněž došlo k dosažení zvýšené průměrné srdeční frekvence.

#### 3.6.1.1 Přirozená komunikace

Pro terapeutickou praxi je osvědčeno, aby byl výcvik zahájen přirozenou komunikací – Horsemanship (Hermannová et al. 2014).

Podle Velemínského et al. (2007) přirozené partnerství mezi člověkem a koněm má nejobvyklejší český ekvivalent Horsemanship.

V Horsemanshipu oproti tradičnímu výcviku je zohledňován „koňský pohled na věc“, je postupováno důsledně, ale nenásilnou cestou (Hermannová et al. 2014; Kohanov 2016).

Jedná se o postupy, kterými jsou koně učeni ovládat prostřednictvím jemu přirozené komunikace. Základem je uvědomit si, že kůň je osobností na čtyřech nohách, která myslící zcela jinak než my. U lidí, kteří nepřemýšlí jako koně, je vyvoláván pocit, že když kůň jedná na základě svých instinktů, je neposlušný. Nejedná se však o neposlušnost, ale nepochopení ze strany člověka. Naší snahou je, aby bylo docíleno, aby nás kůň považoval za alfa zvíře a ne za predátora nebo za slabocha (Velemínský et al. 2007).

Za nejvýznamnější postupy jsou považovány metody Pata Parelliho, Montyho Robertse, Lindy Tellington Jones a Klause Ferdinande Hempflinga (Velemínský et al. 2007).

##### 3.6.1.1.1 Metoda Pata Parelliho

Patem Parellim byl vytvořen výcvikový systém sestávající z tzv. sedmi her, zahrnujících základní oblasti komunikace s koněm. Jejich prostřednictvím jsou získány základní principy, potřebné při práci s koněm při terapii – pozornost, důvěra a respekt (Hermannová et al. 2014).

Za základ je považována logika loveného zvířete, která musí být využita k postavení přátelství a dominance. Tyto hry jsou hrány s lanem. Nejsou to pouhá vodící lana, ale komunikační vazby, která mohou být dokonce nazvána jakýmsi telefonními kabely (Velemínský et al. 2007).

1. Přátelská hra – touto hrou je získávána důvěra spočívající v hlazení koně v rytmu po celém těle. Je to jediná hra, která by měla koně zklidnit. Do této hry je začleněno také snižování citlivosti koně (Hermannová et al. 2014).  
Koni musí být ukázáno, že mu nechceme ublížit, i přestože bychom mohli. Místo prostého hlazení a klidného zacházení musí být konfrontován se situacemi, kterými by mohl být vystrašen, a musí mu být dokázáno, že mu nehrozí žádné nebezpečí (Velemínský et al. 2007).
2. Dikobrazí (Přetlačovaná) hra – kůň je v této hře učen, aby odolával tlaku tím, že sám ustoupí (Velemínský et al. 2007).  
Spočívá v tom, že kůň je rozpohybován stálým a souvislým tlakem, který je fázován. Fázování je technika, která je používána k zvyšování citlivosti, je snaha o co největší prostupnost zvířete a je učen, aby ustupoval na co nejmenší tlak. Není těžké donutit koně, aby udělal to, co je po něm požadováno například bičem ale, aby to sám chtěl udělat, je velmi obtížné (Hermannová et al. 2014).  
Začíná se měkkým tlakem, který bude pomalu ale ustavičně zvyšován, dokud kůň neustoupí (Velemínský et al. 2007).
3. Řídící hra – spočívá v tom, že kůň je rozpohybován mentálním a rytmickým tlakem. Pokud je požadováno, aby kůň ustoupil zadí, musí být postaveni k lopatce koně a náš pohled musí být upřen na jeho zad, neustoupí-li, je zvýšen tlak rukou nebo lonží. Ustoupí-li, tlak je odejmut. Pokud je tato hra dobře propracována, bude kůň ovládán pouhým pohledem (Hermannová et al. 2014).
4. Jo-jo hra – touto hrou je snaha, aby byl kůň odeslán od nás a přivolán k nám zpět. Při odesílání od nás je nutno stát před ním a vlněním lonže vytvářet koni pod dolní čelistí tlak, který je stupňován do chvíle, dokud kůň neustoupí, pak je tlak odejmut. Chceme-li koně přivolat k nám, lonž je k nám v rytmu přitahována rukama. Pokud kůň nevykročí, tlak je stupňován až do chvíle, kdy je jím udělán krok k nám (Hermannová et al. 2014).
5. Hra na kruh – je to hra, která připomíná normální lonžování, ale při hře na kruh je kůň naučen, že je jeho prací udržovat krok tak dlouho, dokud mu není řečeno něco jiného (Velemínský et al. 2007).
6. Hra do stran – ustupování na holeň. Při této hře je kůň vysílán v půlkruzích doleva nebo doprava. Když přichází ke stěně, je působeno mentálním tlakem na jeho předek a zad, a tak je kůň posouván do stran (Hermannová et al. 2014).

7. Prostorová hra – v podstatě je to hra, v které jsou aplikovány všechny hry dohromady. Může být postavena překážková dráha, kde je možné pilovat všechny hry. Je to také obsedání koně a nakládání (Hermannová et al. 2014).

Koně se od přírody bojí uzavřeným a úzkých prostorů. Touto hrou je mu umožňováno být uvolněnější a odvážnější (Velemínský et al. 2007).

Tento systém výcviku je efektivní pro koně i lidi. Koňmi jsou většinou cviky přirozeně zvládnutelné a záleží na člověku, jestli je schopen jim říci jak a proč. Je třeba koně cvičit a vychovávat s citem. Přílišná tvrdost a nespravedlivé potrestání je koňmi velice těžko nesené. (Hermannová et al. 2014).

#### 3.6.1.1.2 Metoda Montyho Robertse

Základem tohoto výcvikového systému je možnost výběru. Tato metoda není založena na bolesti ani na nátlaku. Robertsem je uvedeno, že jeho koncepce a výcvikové metody jsou všechny založeny na pochopení koní. Je to proces, který je založen na komunikaci společným jazykem. S koněm je komunikováno způsobem, který byl Robertsem nazván jako „jazyk equus“, který je prováděn neverbálním způsobem komunikace, přesto je však předvídatelný a účinný (Roberts 2005).

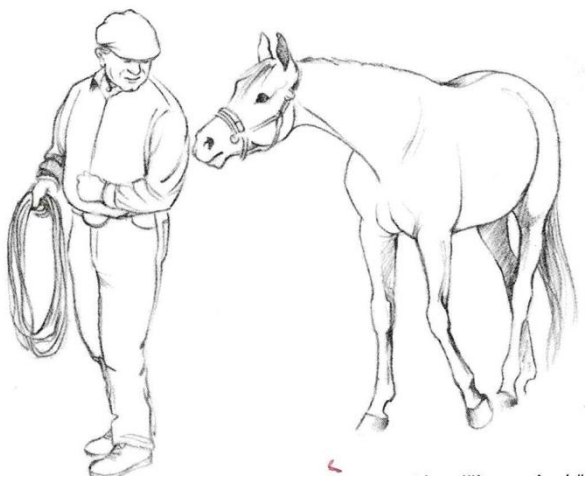
Pro rozvoj metody spojení (Join-Up) – souznění, což je metoda komunikace spočívající na nenásilí, již je s koněm vytvořen vztah partnerství, byl podstatný jeden poznatek. Koním musí být vždy poskytnuta svoboda rozhodování, zda bude či nebude spolupracovat. Tradičními cvičiteli koní je dáváno koni jasně najevo, že vlastně nemají žádnou volbu. Bolest není volena žádným zdravým jedincem. A tak jsou koně vedeni navozenou bolest k úsudku, že jedinou volbou je naprostá poslušnost. Žádné vynikající výkony nemůžou být zajištěny slepou poslušností. Při komunikaci s koňmi se vychází z poznatku, že jsou to „útěková“ zvířata, kterými je volen před nebezpečím únik, ne boj (Roberts 2004).

Za hlavní zásady jsou považovány klid a neomezování koně a dopřávání mu volnosti. Na člověku je postarat se o to, aby pro koně bylo příjemné setrávat v jeho blízkosti. Pokud chce od nás pryč, je nutné začít s ním znovu pracovat (Velemínský et al. 2007).

Každý, kým je využívána metoda Join-Up, by měl být obeznámen prací v kruhové ohradě. Technika Join-Up může být prováděna kdekoliv, avšak ohrada o průměru 16 m je považována za mimořádně užitečnou (Roberts 2005).

Procedura začíná tím, že kůň je doveden na dlouhé oprati do středu kruhové ohrady. Nesmí být navázán oční kontakt s koněm, nejlepší pohled je ten, který je zaměřen na oblast plecí nebo přední nohy. Dále je odepnuta dlouhá oprat' a cvičitel přejde k zadku koně.

Pohled je upřen do očí koně, člověkem musí být zaujat postoj vojáka v pozoru. Oprat' je roztočena ve vzduchu a kůň se dá prakticky vždy na útěk. Dále je oprat' hozena směrem k zadku. V tuto chvíli se kůň dá na útěk podél kruhové ohrady. Kůň by měl udělat 4 – 5 kol oběma směry. Poté musí být námi „zaútočeno“ tím, že jsou prováděny agresivní pohyby pravé ruky ve vzduchu, což je koněm považováno za útočné gesto a obvykle se drží co nejdál od cvičitele. Koněm je v tuto chvíli zahájena komunikace – vyjádřená čtyřmi gesty. Prvním gestem - natočení ucha k nám - je vyjádřen respekt. Druhým gestem je zmenšování kruhu, který je koněm obíhán. Další gesta nemusí přicházet vždy ve stejném pořadí. Třetím gestem je olizování a pohyb čelistí. Při posledním gestu je skloněna hlava, čímž se kůň skoro dotýká nosem země. Tímto gestem je koněm naznačeno, že by chtěl přijít blíž. V tu chvíli je zaujat pasivní postoj – sklopený zrak, uvolněná ramena a postoj v úhlu asi 45° k ose těla koně. V této situaci by měl kůň vykročit k vám, a otřít svůj nos o vaše rameno. Tímto je dosažen „okamžik napojení“ (Join-Up) (viz obr. 2). Jakmile bude kůň odměněn je možno vykročit a očekávat, že jím budeme následováni (Roberts 2005).



Obrázek 2 Join-Up - okamžik napojení (Roberts 2005)

#### 3.6.1.1.3 Metoda Lindy Tellington Jones

Metodou je zlepšováno chování, výkon, pohoda a také je vytvořen lepší vztah mezi koněm a jezdcem. Řadou terénních cvičení je koním umožněno překonat staré vzory a učit se beze strachu. S využitím různých variant překážek, včetně labyrintu, zemních sloupků a plastu, je dosaženo touto metodou lepších výsledků v sebeovládání, soustředění, sebevědomí, v spolupráci, v rovnováze a koordinaci. Metodou je přispíváno také ke zmírnění napětí, strachu z kontaktu, bolesti nebo nepohodlí a je pomáháno přeměnit nervózní, ustrašené koně nebo koně kladoucí odpor a zlepšit jejich postoje a chování. Základ metody TTouch je založen na kruhových pohybech prstů a rukou po celém těle koně. Záměrem TTouch je, aby byla aktivována funkce buněk (Tellington Jones 2019).

#### 3.6.1.1.4 Metoda Klause Ferdinanda Hempflinga

Metoda Hempflinga je postavena na základech středověkého výcviku koní ve Španělsku. Základem této metody je, že je koněm hledán dominantnější jedinec ve stádě, aby ho mohl následovat a milovat ho. Pro výcvik koní je velmi důležité, aby člověk dominoval a kůň byl tak psychicky vyrovnaný a klidný. Ve středověku bylo pracováno s tímto principem dominance. Rytíři, kteří byli nazýváni caballeros používali tento princip, kterými byl téměř celý západ ovládnut. Tito rytíři byli vycvičeni nejen v bojovém umění s mečem, ale také byli obdařeni zvláštními schopnostmi jak ovládat koně. U rytířů byl boj zaměřen výhradně proti nepříteli, zatímco obyčejní jezdcí byli nuceni bojovat v první řadě se svými koňmi. Do bitev byli tudíž zařazeni koně, kteří byli obratní a impulzivní díky extrémně silné a shromážděné zádi. Rytířům bylo tak umožněno používat v bitvě štít v levé ruce a meč v pravé ruce (viz obr. 3). Koňmi bylo reagováno na jednoduché tělesné signály (Hempfling 2007).



Obrázek 3 Vyobrazení rytířů na fresce (Hempfling 2007)

Výcvik koní je prováděn v malé jezdecké hale nebo na malé jízdárně se čtvercovými rozměry, každá strana má délku 10-11 metrů. Tento prostor je nazýván Picadero. Důležitým principem, který je zde uplatněn, je - že vodítko nebo lonž musí být vždy prověšeno, aby došlo k neustálé volnosti koně. Cílem práce v picaderu je posilování rovnováhy. Působením, jako dokonalá gymnastika je napomáháno vodorovnému a svislému ohnutí koně. Je podporován vztah dominance a důvěry, je posilována výdrž a síla, je zlepšována rychlost reakce a všeobecná vnímavost a nakonec je tím učen člověk i kůň, jak navzájem komunikovat pomocí nejjemnějších tělesných signálů. Nejdůležitější je, aby byla práce postavena tak, aby bylo koni umožněno ve volnosti vypořádat se svou touhou po pohybu, a přesto stále zůstal pod kontrolou (Hempfling 2007).

### 3.6.1.2 Tradiční výcvik

Je velmi různorodý a obsahuje v sobě tréninkové metody, které vznikaly již v dobách renesance a postupem času byly upravovány a předělávány až do nejmodernějších výcvikových metod používaných dodnes. Do tradičního výcviku může být zařazeno i klasické jezdectví (McGreevy et. al. 2009).

Nejdůležitějším znakem klasického jezdeckého přístupu, bez ohledu na plemeno, velikost či typ koně, je zcela rozhodně to, jaký je fyzický a psychický stav koně na konci výcvikového procesu. Definice klasického jezdeckého přístupu: jedná se o schopnost, aby byl kůň vycvičen tak, aby byl podvolen vůli jezdce dobrovolně a se sebejistotou, bez jakékoli újmy na jeho přirozeném, pohybu, a to za použití jemných, logicky seřazených cvičení, které jsou založeny na přírodních zákonitostech rovnováhy a souladu (Beran 2009).

Základem klasického výcviku je výcviková škála (stupnice) vzdělání, ve které je zahrnuto celkem šest bodů – takt, uvolněnost, přilnutí, kmih, narovnání a shromáždění (Heuschmann 2012).

### 3.6.2 Základní výcvik

Výcvik koně začíná od narození hříběte. Stykem člověka s hříbětem jsou vyvolávány první návyky a je vzbuzována důvěra. Výcvik koní je jen samovolným zvětšováním nároků a zvyšováním důvěry koně a člověka. Při výcviku jsou zúročeny předchozí návyky koně, a to v dobrém i špatném slova smyslu. Z tohoto pohledu je velice důležité vědět, jak bylo hříbě odchováno a jak s ním bylo zacházeno v období odstavu (Dušek et al. 2007).

Nesprávným postupem výcviku, spěchem a násilným zacházením s koněm jsou vyvolávány stresové stavy. Proto základní výcvik je dalším kritickým vývojovým stádiem (Dušek et al. 1992).

Nejvíce velmi závažných výcvikových chyb je děláno na začátku, čili během takzvaného základního výcviku. První dva roky výcviku sebou přinášejí největší změny ve vývoji velkého těla koně (Heuschmann 2012).

Je důležité mít na paměti zásady výcviku – nikdy nespěchat, dát mu dost času. Na mladého nezkušeného koně působí spousta podnětů, na které je reagováno instinktivně, a proto nesmí být nikdy trestán, musí se vždy přirozeně a pravidelně a s lehkostí pohybovat, výcvik je prováděn od jednoduchých ke složitějším úkonům, nesmí být přetěžován a má být ošetřován jen jedním ošetřovatelem (Dušek et al. 2007).

### 3.6.2.1 Uzdění a lonžování

Ze hříbárny by měl být kůň zvyklý na nasazování ohlávky, takže by neměl být uzdečkou příliš překvapen. Uzdečka je zpočátku nasazována na stájovou ohlávku v boxu ve stáji (Dušek et al. 2007).

Doposud bylo pracováno na ohlávce. I nadále nebudou používány otěže, ale kůň si už musí začít zvykat na udidlo. Pro koně není nic příjemného mít kus studeného železa v hubě, ale není to nic, na co by si nemohl zvyknout (Hollý & Hornáček 2005).

Pokud je udidlo příliš studené, je doporučeno ohřát ho chvíli v dlani. Podle Duška et al. (2007) je doporučeno mít uzdečku spíše větší. Zásadní chyba je nasazování malé uzdečky.

Hollým & Hornáčkem (2005) je uváděno, že je dobré mít připravenou uzdečku, která koni pasuje i udidlo musí být přizpůsobeno pro hubu koně.

Při vkládání udidla je důležité, aby byla huba koně otevřena tak jemně, jak je to jen možné, pomocí jemného tlaku vašim levým palcem na pysky koně. Nikdy nesmí být koni tlačeno udidlem na přední zuby. Ihned po nasazení musí být zkontrolována pečlivě poloha udidla v hubě koně. Je důležité, aby udidlem nebylo naráženo na třenové zuby a rovněž aby se u hřebců nedotýkalo špičáků. (Beran 2009).

Je vhodné, aby bylo uzdění několikrát opakováno v boxu. Uzdečka může být koni v boxu i ponechána (Dušek et al. 2007).

Obvykle je udidlem v hubě mladých koní vyvoláván poněkud nepříjemný pocit a ti se snaží tohoto cizího předmětu zbavit buď přesunutím ke straně čelisti, nebo vytažením jazyka nahoru. Zde je pomáháno nánosníkem, kterým je udidlo udržováno klidně v hubě a kůň je naučen udidlo přijmout. Nesmí být příliš utážen, aby netlačil na nozdry a nebylo bráněno správnému dýchání (Beran 2009).

Je dobré, aby byly všechny cviky prováděny několik dní ze země pomocí provazové ohlávky s udidlem v hubě, když ho to neruší, může být vodítko zapnuto do jednoho kroužku udidla. Mělo by s ním být probráno postupně všechno, co bylo prováděno na ohlávce ze země. Vodítko musí být vždy zapnuto do vnitřního kroužku (Hollý & Hornáček 2005).

Základní výcvik koně začíná na lonži. Při lonžování podle Beranové (2009) je zásadně používán obnosek. Do pohyblivého kroužku, který je umístěný uprostřed nánosníku obnosku se zapíná lonž. Tímto se šetří čas s přepínáním při změně směru. Obnoskem je umožněno optimální ovládání mladých koní. Lonžování na samotné ohlávce není doporučováno, v případě potíží není dosažena dostatečná kontrola nad koněm. Kvůli protažení udidla hubou koně a poranění není doporučováno zapnutí lonže přímo do kroužku udidla.

K lonžování je potřeba zkušený trenér, alespoň deset metrů dlouhá lonž, lonžovací bič s dlouhým šlahounem a lonžovací kruh, který je možné vyrobit například z malých balíků slámy (Dušek et al. 2007).

Uzavřený lonžovací kruh může být také vytvořen lidmi, kterými bude vytvořena dělící linie mezi lonžovacím prostorem a zbytkem haly nebo jízdárny, aby nedošlo k utržení koně na otevřené straně lonžovacího prostoru (Beran 2009).

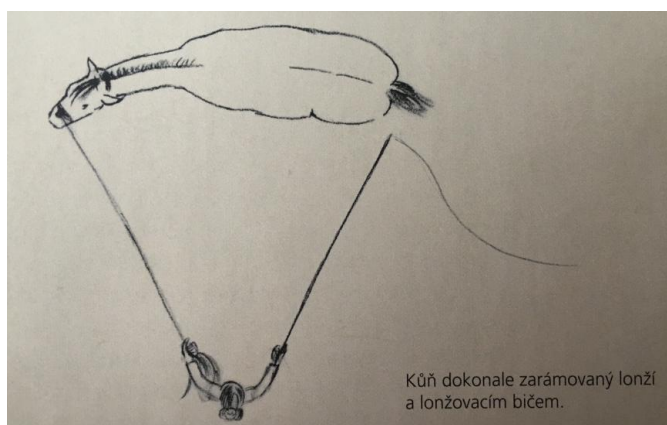
Pro první lonžování je potřeba nejen lonžéra, ale rovněž někoho, kdo bude schopen ovládat lonžovací bič (Beran 2009).

Lonžovat se začíná v kroku, a to tak, že pomocníkem je kůň veden na kruhu a postupně od něho podél lonže ustupuje, zatímco dalším pomocníkem je kůň pobízen kupředu (Dušek et al. 2007).

Je důležité, aby kůň byl pobízen osobou s bičem na úrovni jeho zádě, ale samozřejmě za předpokladu, že je udržována vzdálenost pro případ, že by kůň vykopl. V každém případě je třeba, aby mladý kůň byl okamžitě pochválen, jakmile je zareagováno na pobídku bičem pohybem přímo vpřed. Pobídky bičem jsou podporovány hlasovými pobídkami lonžéra (Beran 2009).

Pokud kůň chodí klidně na kruhu, je možné s ním začít klusat. Zpočátku kůň kluše velmi rychle, čímž je namáhán a unavován. Proto jsou zařazovány krokové intervaly, které současně vedou i k uklidnění koně. Často je měněn směr pohybu koně, aby nebyly opotřebovávány stejné končetiny. Změny směru jsou prováděny tak, že je kůň zastaven na kruhu, přičemž je kůň pomocníkem otočen a zaveden na opačný směr pohybu (Dušek et al. 2007).

Po jisté době je možné, aby lonžér převzal do svých rukou i bič. Při lonžování má být vytvořen vždy trojúhelník (viz obr. 4), jehož dvě strany jsou tvořeny lonží a bičem, kterými je kůň rámován (Beran 2009).



Obrázek 4 Trojúhelník (Beran 2009)



Lonžování je velmi potřebná dovednost koně pro hiporehabilitaci. Je rozděleno do dvou kroků. První je klasické lonžování vyvázaného koně a druhý je lonžování na dvou lonžích (Hollý & Hornáček 2005).

Klasickým lonžováním s vyvazovacími otěžemi je možno docílit, aby kůň byl pohodlný, i ve vyšších chodech a je to dobrý začátek pro práci na dvou lonžích. Vyvazovací otěž nesmí být nikdy tažena dozadu. Je-li kůň povolen, je povolena i otěž. Koni je nasazen obříšník s kroužky, obnosková uzda, na kterou je nasazena uzdečka s udidlem, které je opatřeno podbradním řemínkem. Vyvazovací otěže jsou zapnuty ke kroužkům udidla a připnuty ke kroužkům obříšníku. Každý den jsou vyvazovací otěže zkracovány. Lonžování na dvou lonžích je možno začít, když je dobře prováděno lonžování s vyvazovacími otěžemi. Koni je opět nasazena obnosková uzda a obříšník s kroužky na vyvazování koně. Vnitřní lonž je provlečena vnitřním kroužkem obnoskové uzdy a je zapnuta do kroužku na obříšníku. Vnější lonž je vedena přes hřbet za obříšníkem, provlečena kroužkem na obříšníku a zapnuta do vnějšího kroužku obnoskové uzdy. Nejdříve se pracuje na kruhu ve všech chodech stejně jako na jedné lonži. Postupně se požaduje od koně více (Hollý & Hornáček 2005).

Kůň by měl být na obnosku lonžován a voděn denně, dokud nebude obeznámen s prostředím haly, nebude vybudován vztah založený na důvěře a dokud nebude získán jistý stupeň tělesné kondice. Není dobré, aby bylo dále postupováno ve výcviku, dokud se kůň nepohybuje sebejistě na pravidelné kruhové linii a v každém z požadovaných chodů a dokud nezastavuje na odpovídající povel (Beran 2009).

### 3.6.2.2 Sedláni a obsedání

První setkání se sedlem by mělo proběhnout uvnitř jezdecké haly nebo v ohrazeném prostoru. V takovém prostoru je možnost uhnout, kdyby došlo k neočekávané a přehnané reakci koně. Z tohoto důvodu je zakázáno pokládat poprvé sedlo na uvázaného koně. U takového koně by mohl být navozen strach ze sedla, protože kůň by se cítil uvězněný, bez možnosti útěku (Beran 2009).

Sedlo musí být dobře připraveno. Ze sedla jsou odstraněny třmeny nebo jsou vytaženy do horní polohy a podbříšník musí být přehozen přes posedlí. Zbytečné přívěsky na sedle musí být odstraněny (Hollý & Hornáček 2005).

Vlastní obsedání probíhá tak, že k nauzděnému koni je přistoupeno se sedlem. Nejprve k hlavě koně a je mu dána možnost očichat sedlo a seznámit se s ním. Sedlo je poté položeno na hřbet téměř na kohoutek a je popotaženo směrem dolů, aby nebylo položeno na srst otočenou v protisměru (Dušek et al. 2007).

Kůň je přitom hlasem uklidňován. Několikrát je sedlo položeno na koně z obou stran a potom je dáno dolů. Kůň je trochu rozpořehován a postup je opakován, dokud mu sedlo na hřbetě nepřestane vadit. Další stupeň je, že na koně je položena sedlová deka, sedlo a podbřišník je přitážen, aby sedlo nesklouzlo (Hollý & Hornáček 2005).

Je-li sedlo na hřbetě koně, je spuštěn opatrně podbřišník na pravé straně, a zleva je opatrně zapnut. Nejprve musí být zapnuta přední přezka a potom teprve ta zadní. Jakmile je sedlo upevněno, tak aby koni nemohlo sklouznout pod břicho, kdyby poskočil, popojde lonžér několik kroků. Poté by měl být kůň vždy zastaven a mírně dotáhnout podbřišník, znovu popojít a znovu dotáhnout, až je sedlo usazeno skutečně pevně (Beran 2009).

Když má kůň na hřbetě sedlo, jsou dvě možnosti. První je, že je puštěn z vodítka a je udělána repríza dle M. Robertse, nebo je pokračováno v lonžování. Zpočátku možná kůň několikrát vyhodí, aby byl zbaven té nepříjemné věci na svém hřbetě, ale když zjistí, že tam zůstává, velmi rychle je s tím smířen. Celá procedura musí být několik dní opakována. Třmeny jsou připnuty na sedlo nebo spuštěny, aby kůň byl habituován na jejich pohyb a bouchání do těla (Hollý & Hornáček 2005).

Problémem bývá první nasednutí. Problémem je, že ze země bude člověk stoprocentně respektován, ale v sedle nebude koněm poznán. Druhým problémem je, že kůň nedokáže pochopit, že když jím nejste viděni, ve skutečnosti jste nezmizeli, protože na jezdce nevidí. Na jezdce ve svém zorném poli byl habituován. Jakmile mu však dojde při nasednutí ke zmizení jezdce ze zorného pole, tak vzniká problém (Hollý & Hornáček 2005).

Dalším problémem pokud kůň cítí, že se na něj povyšujete. Pokud je dominantní, tak mu to vadit bude. Jezdcem, který nasedne, mu je nejen narušena jeho intimní zóna, ale také je provokován (Záliš 2001).

Dříve, než dojde k prvnímu nasednutí, by měl být kůň lonžován navyklým způsobem, se sedlem, uzdečkou a obnoskem. Jakmile je kůň uvolněný a klidný, může přistoupit osoba, kterou má být obsednut. Osobou, která má na starost lonži, je kůň pevně držen, zatímco jezdec se opatrně dotýká koně podél krku, břicha na hřbetě. Zvládá-li kůň tento proces dotýkání v klidu, může být jezdcem vložena jedna noha do třmenu, jezdec může být pomalu vytažen vzhůru na koně a posléze jemně spuštěn zpátky dolů (Beran 2009).

Podle Hollého a Hornáčka (2005) má být osoba ke koni postavena z jedné strany a má začít rytmicky zatěžovat stejnostranný třmen rukou. Když je kůň v klidu, je možno přejít na druhou stranu a je možno, aby byl opakován stejný proces. Chvilí musí být polonžován a poté je začínáno tak, že je do třmenu vloženo koleno nebo noha a je zatěžováno rytmicky tím, že je ve třmenu téměř osoba postavena a znovu sestoupena.

Poté je jezdec postaven v jednom třmenu, ale není vztyčen, lehne si přes sedlo, je položen na břicho a na druhé straně je kůň hlazen oběma rukama a je uklidňován hlasem. Dále je důležité, aby to bylo provedeno i z opačné strany. Další den je všechno zopakováno, a když kůň klidně stojí, je možno, aby jezdec nasedl z levé strany. Jezdec nesmí v sedle zůstat, a musí z druhé strany koně sesednout dolů. Stejný postup i z druhé strany koně.

Takto se pokračuje, dokud kůň přijme nasedání a sesedání jezdce za naprosto přirozenou věc. Dalším krokem je vodění koně. Je-li jezdec usazen jistě v sedle, je kůň přiveden lonžérem do kroku. Je-li kůň s jezdcem v sedle klidně veden, je jezdcovi umožněno sesednout z koně. Do této fáze jezdec zůstává v sedle pasivní – otěže jsou drženy volně (nebo vůbec) i nohy jsou ponechány v klidu (Beran 2009).

Pokud je kůň pod jezdce zbařen strnulostí, je možno začít na lonži klusat. Je-li kůň klidný, může jezdec dát nohy do třmenů a začít vysedat (Dušek et al. 2007).

Pohybuje-li se kůň poslušně na lonži ve všech třech chodech, bylo dosaženo prvního milníku (Beran 2009).

Kůň se pohybuje od narození do obsednutí v přirozené rovnováze, která je narušena hmotností jezdce a sedla. Změní se poloha těžiště koně, který se musí s touto změnou vyrovnat a k tomu je zapotřebí určitého času (Dušek et al. 2007).

### **3.6.3 Speciální výcvik**

Speciální výcvik – jedná se o výcvik v nevyhnutelných návycích a zručnostech, které jsou koňmi využívány k tomu, aby byl pro psychoterapii upotřebitelný. Není prováděn po skončení základního výcviku ale paralelně s ním. Koně musí být cíleně připravováni pro potřeby pedagogické, psychologické a zdravotnické (Hollý & Hornáček 2005).

Koně na psychoterapii jsou trénováni na následující vlastnosti a dovednosti:

*Biomechanické vlastnosti hřbetu* – i když se nejedná o fyzioterapii, tak i hřbet koně na psychoterapii musí mít konvexní pružnost hřbetu.

*Stání u rampy* – tuto dovednost musí kůň dokonale umět nejen při fyzioterapii ale i při psychoterapii, i přestože se někdy jedná o chodící pacienty, na koně ze země nenednou. Musí být naučen přistoupit k rampě a klidně stát, než pacient nenedne.

*Voditelnost* – kůň musí být klidný a dobře voditelný, protože je pacienti vodí sami, je velmi důležité, aby koněm byly respektovány nezkušené osoby.

*Aktivity ze země* – nejezdecké aktivity jsou hlavní součástí psychoterapie.

*Jezditelnost* – je důležité, aby pacientem bylo ovládáno na koni vlastní tělo, ne aby jím ovládal kůň. Proto jsou potřeba koně ovladatelní, které dobře reagují na pobídky pacientů.

*Příprava na voltiž* – koně na voltižní cvičení jsou podrobeni výcviku na lonži.

*Příprava na hry a soutěže* – během výcviku jsou koně navykáni na hlučné, barevné a pohyblivé předměty, které se používají při hrách a soutěžích (Hermannová et al. 2014).

### 3.6.3.1 Kondice

Kondice je celkový tělesný stav jedince posuzovaný z výživového i výkonnostního hlediska. Dobrá kondice je charakterizována optimální hmotností, lesklou přiléhavou srstí a odpovídajícím temperamentem (Dušek et al. 2007).

Pravidelným lonžováním a ježděním by mělo být dobře vyvinuto a udržováno pevné a pružné dorzální svalstvo. Musí být ježděn s cílem udržování vyvinutého svalstva, a také kvůli fyzické a psychické rehabilitaci (Hollý & Hornáček 2005).

U psychoterapie je fyzická odolnost koně nutná, je absolvována dospělými pacienty a tím jsou klouby a hřbet koně enormně zatěžovány (Hermannová et al. 2014).

### 3.6.3.2 Práce pod sedlem

Cílem je klasická příjezdnost koně. Podmínka při příjezdování koní je aby byla zachována jejich citlivost na pomůcky jezdce (Hermannová et al. 2014).

Jsou potřeba koně prostupní a narovnaní a k tomu je používána škála vzdělání. K tomuto cíli se vychází ze tří fází:

*Navykací fáze* – tato práce se skládá z **taktu a uvolněnosti**.

*Rozvoj posuvné síly* – tato práce se skládá z **přilnutí a kmihu**.

*Rozvoj nosné síly* – tato práce se skládá z **narovnaní a shromáždění**.

Pořadí je důležité, protože každý předcházející stupeň je předpokladem pro další (viz obr. 5) (Hollý & Hornáček 2005).



Obrázek 5 Výcviková škála podle směrnic jezdeckví a vozatajství, Německé jezdecké federace FN (Heuschmann 2012)

*Takt* – jedná se o prostorovou a časovou souměrnost všech kroků, klusových a cvalových skoků, je to tedy souměrný rytmus pohybu (Schöffmann 2006).

Musí být zachován nejen v přímém směru, na rovných liniích, ale i v obloucích, přechodech i obratech (Hollý & Hornáček 2005).

*Uvolnění* – uvolnění společně s taktem je základním předpokladem pro práci s koněm. Je to fyzické a psychické uvolnění koně, tedy vnější a vnitřní uvolnění (Schöffmann 2006).

*Přilnutí* – je to proces komunikace mezi rukou a hubou koně. Přilnutím je spojen základ výcviku s druhou částí stupnice vzdělání. Takt a uvolnění je základem správného přilnutí a přilnutí je předpokladem všeho dalšího (Schöffmann 2006).

*Kmih* – je na jednu stranu vrozený a na druhou stranu je naježděný. Přenos impulzu energie vycházející ze zadních končetin do pohybu koně vpřed (Schöffmann 2006).

*Narovnání* – narovnaným koněm je došlapováno zadními končetinami přesně do linie stop předních končetin jak přímé, tak do linie oblouku (Schöffmann 2006).

*Shromáždění (sebrání)* – aby bylo možné, dosáhnout shromáždění koně, musí být splněny všechny body stupnice (Schöffmann 2006).

Kůň shromážděný je kůň prostupný - je u něho dosaženo stavu rovnováhy, chodu a držení těla, při kterém je dosažena energická chůze, s aktivně se zapojující zádí a zadními končetinami připravenými citlivě reagovat na pokyny jezdce (Hollý & Hornáček 2005).

### 3.6.3.3 Práce v terénu

Koně jsou psychicky vyčerpáváni, kvůli koncentraci na pacienty a nutnosti reagovat na jejich podněty. Proto je práce v terénu nutnou součástí výcviku. Je vnímána hlavně jako účinná relaxace a regenerace pro koně. Pokud je u koně projevoována únava z kontaktu s pacienty, která může přejít k předrážděnosti nebo k apatii, přednostně je mu zajištěn pohyb relaxačními výjíždkami nebo prací v terénu (Hermannová et al. 2014).

Vyjíždky do terénu s mladým koněm jsou vhodné za starším zkušeným, hodným a ochotným koněm, který se neleká a jde pravidelně dopředu (Dušek et al. 2007).

### 3.6.3.4 Ovladatelnost

Dalším nezbytným požadavkem na výcvik koně pro psychoterapii pomocí koní je ovladatelnost při vodění koně. V průběhu výcviku je podstatné, aby bylo sledováno chování koní a určeno pořadí v zástupu, ve kterých koně budou voděni. Učíme je, aby byla dodržována vzdálenost (mezera na jednoho koně), (Hermannová et al. 2014).

Také je důležité, aby byli koně dobře ovládáni na lonži nebo na dvou lonžích, aby skutečně reagovali na podněty pacientů (Hermannová et al. 2014).

### 3.6.3.5 Přístupování a klidné stání u rampy

Cvičení je prováděno ve třech etapách. Jako první etapou je habituace na samotnou rampu. Konstrukce rampy je pro koně často odstrašující. Nesmí být zapomenuto, že se kůň musí dotknout nozdrami nebo pysky strach vzbuzujícího předmětu (Hollý & Hornáček 2005).

Je možné, že narazíme na koně, u kterého se nevyskytne problém s přístupováním k rampě a dojde k okamžitému pochopení a naučení, u takového koně není třeba tento „cvik“ učit. U většiny koní se však vyskytuje s tímto problémem a takové koně je třeba tento „cvik“ naučit. Nejdříve je kolem rampy voděn. Když už není koněm rampa shledávána nedůvěřivou, tak je možno ho nechat u rampy stát. Druhou etapou je prodlužování stání u rampy, aniž by se něco dělo. Kůň musí být naučen u rampy stát i patnáct minut (Hollý & Hornáček 2005).

Nejsložitější je, aby byl kůň přinucen stát u rampy co nejbližší. K tomu je používán jednoduchý trik. Pomocí dřevěné bariéry je vytvořena ulička, do které je kůň naveden. Pokud by kůň ustoupil zadí, narazil by do bariéry. Koněm je pochopeno, že když nebude chodit rovně, bude mu způsobena bolest. Jakmile kůň k rampě přistoupí rovně, bariéra bude položena na zem (viz obr. 6). Přístupování k rampě je nacvičováno tak dlouho, dokud to není pro koně samozřejmost (Hermannová et al. 2014).



Obrázek 6 Vymezení prostoru bariérou (Hermannová et al. 2014)

Kůň musí být k rampě postaven klidně, v rovnováze a co nejbližší tak, aby se noha klienta nemohla dostat mezi rampu a tělo koně. Kůň může přistoupit k rampě zprava či zleva podle potřeby klienta. Neměl by být při nasedání, sesedání ani při stání u rampy krmen, či jinak rušen (Česká hiporehabilitační společnost 2015).

Třetí etapou je simulace nakládání zdravého člověka do sedla (Hollý & Hornáček 2005).

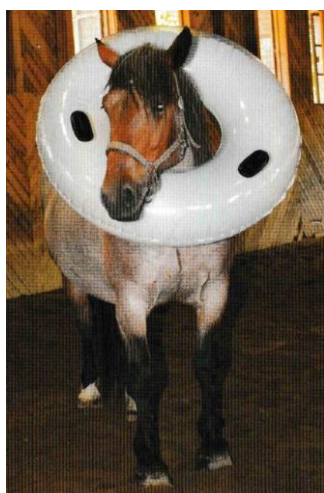
Za správné přistupování koně k rampě, klidné stání koně po celou dobu nasedání a sesedání klienta i během úpravy jeho polohy, dále za klidný a bezpečný odchod od rampy odpovídá vodič koně (Česká hiporehabilitační společnost 2015).

### 3.6.3.6 Adaptace na předměty a hry

Tato část trvá dlouho - je možno říci, že probíhá stále, neboť terapeut používá stále nové pomůcky a pacienti mají rozdílně neduhy atd. Je potřeba vynaložit značnou trpělivost a vytrvalost. Je možno vždy požádat nějaké lidi, aby byl jimi dělán hluk, když je například pracováno s koněm nebo je-li ve výběhu anebo také, když je veden do boxu. Je důležitá vzdálenost, doporučuje se začít z větší vzdálenosti a postupně by měl být rámus přibližován. Také je vhodné, aby byl kůň voděn v blízkosti silničního provozu (Hollý & Hornáček 2005).

V průběhu celého výcviku jsou koně navykáni na veškeré předměty a pomůcky, které budou při terapii používány. Začíná se předměty nepohyblivými. Předměty jsou rozmístěny po zemi, jsou to například barevné bariéry, kavalety, kužely, pneumatiky nebo kruhy a kůň je ponechán v klidu si vše prohlédnout. Přestane-li se bát, může být voděn blíž a předměty mohou být překračovány (Hermannová et al. 2014).

Mohou být použity pro nácvik šustivé plachty nebo matrace. Čím více různorodých předmětů bude používáno, tím lepší to bude (viz obr. 7) (Hollý & Hornáček 2005).



Obrázek 7 Adaptace na nejrůznější předměty (Hermannová et al. 2014)

Později je kůň zvykán na pohyblivé předměty, což může být například balon. Balon je nejdříve položen na zem a kůň je nechán, aby se s ním seznámil. Poté je balon zvednut a je s ním pohybováno okolo koně. Může být odrážen od země vedle koně a také je jím dotýkáno na různých částech jeho trupu (Hermannová et al. 2014).

Následně je možný výcvik s jezdcem. Jezdec je posazen na koni a je mu podáván balon. Může být poté i házen. Dále je nacvičována adaptace na hluk a pohyby, proto křičíme, povzbuzujeme, smějeme se, tleskáme a pouštíme hudbu (Hermannová et al. 2014).

Vždy je dobré myslet na všeobecné zásady a posloupnost. Jakmile bude kůň opravdu něčím vylekán, bude trénink trvat delší dobu (Hollý & Hornáček 2005).

### 3.6.3.7 Adaptace na pacienty

Kůň, který je využíván v terapii, musí zůstat v klidu v jakékoli situaci, například náhlé vychýlení váhy jezdce, houpání nebo poposedávání mimo jeho rytmus, asistovaný sed a jakákoliv poloha jezdce (Česká hiporehabilitační společnost 2017).

Do tohoto výcviku jsou zapojováni sami pacienti, bez nichž nemůže být výcvik koně dokončen. Kůň je učen „za pochodu“ postupným adaptováním sebe samého na léčebné aktivity. Fyzicky je kůň už připraven, ale pacienty je ověřen, zda bude i psychicky odolný. Pacienti jsou mu přiděleni. Začíná se s pacienty, jejichž chováním není kůň znejišťován. Kůň má tak příležitost zvykat si na ruch ve stáji, více osob okolo sebe a psychickou zátěž. Následující skupina pacientů, má již chování odlišné. Touto skupinou pacientů je posilována u koně jeho psychická odolnost a trpělivost. Poslední skupinou jsou pacienti s výraznými odchylkami chování a vnímání okolí (Hermannová et al. 2014).

V knize Hollého a Hornáčka (2005) je popsán jiný postup. Výcvik s figurantem na lonži, kdy je figurant posazen do sedla. Jsou prováděny nešikovné pohyby, aby došlo k pádu figuranta. Kůň je tímto razantně zastaven. Během výcviku jsou na něho rytmicky působeny náhlé podněty, například: otevírání deštníku, tleskání, pouštění hudby, otevírání a zavírání dveří a podobně.

Po absolvování celého výcviku, jsou získáni koně, kteří jsou extrovertní, důvěřiví, psychicky odolní, komunikativní, a přirozeně reagující na signály pacientů. Jsou adaptováni na rušivé vlivy prostředí a terapeutické pomůcky. Jsou bezpeční při ošetřování, aktivitách ze země a aktivním ježdění (Hermannová et al. 2014).

### 3.6.3.8 Rizikové faktory výcviku a využití koní

Kvalita a použitelnost koně je prověřena až samotnou praxí. Zásadní chybou při výcviku je nerespektování účelu, pro který je kůň určen. Koněm mohou být patologické projevy pacientů vnímány jako jezdecké pomůcky a může na ně být reagováno zrychlením až naklusáváním, zpomalováním až zastavováním a ustupováním do stran. Za rizikové faktory výcviku jsou považovány spěch, nedůslednost a přetěžování (Hermannová et al. 2014).



Rizikem při využívání koní k psychoterapii pomocí koní je považováno jen jedno. Jedná se o selhání koně, při kterém dojde k pádu nebo zranění pacienta. Je možno, že došlo k předčasnému zařazení koně do terapie. Tuto příčinu je možno odstranit – pokračovat ve výcviku. Pokud je chování koně vázáno na jeho povahové rysy, tak je to příčina neodstranitelná a koně není dále možno zařazovat do terapie (Hermannová et al. 2014).

## 4 Závěr

Práce se zabývala hlavně výcvikem koní pro psychoterapii pomocí koní, ale také se zaměřila na výběr koní pro tuto oblast. Ze zdrojů vyplynulo, že výběr a výcvik je velice náročný jak časově, tak i ekonomicky. Je důležité vybrat koně pro psychoterapii pomocí koní podle daných kritérií.

V práci jsou popsány nejvíce používané metody výcviku pro psychoterapii. V několika vybraných zdrojích je doporučována metoda výcviku formou přirozené komunikace. V této metodě je důležité přirozené partnerství mezi koněm a člověkem. Tato metoda výcviku spočívá v práci ze země, při které se kůň naučí základní principy, které jsou při terapii potřeba.

V této práci je popsán postup výcviku pro mladého koně. Čili výcvik od základních dovedností jako je uzdění, obsedání a podobně. Ale ne vždy do terapie vstupuje kůň mladý. Výcvik pro staršího koně může být založen na operantním podmiňování. To znamená - pozitivním posílením například odměnou ve formě pamlsku nebo pochvalou nebo negativním posílením například zmírněním nebo zastavením nepříjemným podnětů.

Práce dále popisuje speciální výcvik pro psychoterapii pomocí koní. U těchto koní je velmi důležitý klid a vyrovnanost. Klidní a trpěliví musí být hlavně u rampy, kde nasedají pacienti. Při speciálním výcviku se musí dbát na adaptaci, na jakékoliv rušivé podněty například na pacienty nebo na předměty, které jsou při terapii používané.

Závěrem je důležité říci, že pro koně je jakákoliv hiporehabilitační terapie náročná a je proto potřeba, aby měli dost času na odpočinek, nejlépe ve společném výběhu.

## 5 Seznam použité literatury

- Ajzaman HF, Standevan JW, Shurtleff TL. Effect of Hippotherapy on Motor Control, Adaptive Behaviors, and Participation in Children With Autism Spectrum Disorder: A Pilot Study. 2013. American Journal of Occupational Therapy. Available from <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1863078> (accessed March 2019).
- Bajtlerová I, Dvořáčková M, Eckschlagerová K, Hanušová M, Hybšová D, Jebavý L, Koucunová M, Loučka R, Nerandžič Z, Skoupá L, Sudová M, Svobodová I, Šťastná – Kohoutová M, Tichá V. 2013. Využití některých druhů zvířat v zoorehabilitaci. Copyright. Available from <https://docplayer.cz/68131682-Vyuziti-vybranych-druhu-zvirat-v-zoorehabilitaci-kolektiv-autoru.html> (accessed November 2018).
- Beran A. 2009. S respektem! Ohleduplné gymnastické výcvikové metody. Brázda. Praha.
- Bicknell J, Henn H, Webb J. 2002. Průvodce ježděním: středisko pro handicapované jezdce „Diamond“. Piafa. Vyškov.
- Bizub AL, Joy A, Davidson L. 2003. "It's like being in another world": Demonstrating the benefits of therapeutic horseback riding for individuals with psychiatric disability. Psychiatric Rehabilitation Journal. Boston ProQuest. Available from <http://psycnet.apa.org/record/2003-03854-007> (accessed January 2019).
- Casková, V. 2009. Léčba koňmi: 12. Pedagogicko-psychologické aktivity. Equichannel. Available from <http://www.equichannel.cz/lecba-konmi-12-pedagogicko-psychologicke-aktivity> (accessed November 2018).
- Casková, V. 2010. Léčba koňmi: Hiporehabilitační středisko. Equichannel. Available from <http://www.equichannel.cz/lecba-konmi-31-hiporehabilitacni-stredisko> (accessed November 2018).
- Casková V. 2010. Léčba koňmi 33: Požadavky na hiporehabilitační koně v ČR. Equichannel. Available from <http://www.equichannel.cz/lecba-konmi-33-pozadavky-na-hiporehabilitacni-kone-v-cr> (accessed November 2018).
- Černá Rynešová P. 2011. Když kůň léčí duši, aneb metodika hiporehabilitace zaměřená na klienty s duševním onemocněním. Direkte s.r.o. Pardubice.

- Česká hiporehabilitační společnost. 2015. Metodika nasedání, sesedání a jištění v hipoterapii. Česká hiporehabilitační společnost. Available from [http://hiporehabilitace-cr.com/wp-content/uploads/2016/12/2015-01\\_HT\\_Metodika-nasedani-sesedani-a-jisteni.pdf](http://hiporehabilitace-cr.com/wp-content/uploads/2016/12/2015-01_HT_Metodika-nasedani-sesedani-a-jisteni.pdf) (accessed March 2019).
- Česká hiporehabilitační společnost. 2016. Psychoterapie pomocí koní (PPK) nabízí lidem začít znovu žít. Česká hiporehabilitační společnost. Available from <http://hiporehabilitace-cr.com/psychoterapie-pomoci-koni/> (accessed November 2018).
- Česká hiporehabilitační společnost. 2016. Hiporehabilitační kůň je nejdůležitějším členem týmu. Česká hiporehabilitační společnost. Available from <http://hiporehabilitace-cr.com/hiporehabilitacni-kun/> (accessed November 2018).
- Česká hiporehabilitační společnost. 2017. Hiporehabilitační kůň. Česká hiporehabilitační společnost. Available from <http://kone-hiporehabilitace.com/hiporehabilitacni-kun/> (accessed November 2018).
- Česká hiporehabilitační společnost. 2017. Oficiální slovník. Available from <http://hiporehabilitace-cr.com/oficialni-slovník/> (accessed November 2018).
- Česká hiporehabilitační společnost. 2007. Specializační zkouška pro koně a pony zařazené do hiporehabilitace – metodika. Česká hiporehabilitační společnost. Available from <http://hiporehabilitacecr.com/> (accessed September 2018).
- Dobeš J. 1986. Jízda na koni. Olympia. Praha.
- Dušek J. a kol. 1992. Chov koní v Československu. Brázda. Praha.
- Dušek J. a kol. 2007. Chov koní. Brázda. Praha.
- Dvořáčková M, Eckchloerová K, Jebavý L, Koucunová M, Loučka R, Nerandžič Z, Skoupá L, Sudová M, Svobodová I, Tichá V. 2012. Využití Vybraných druhů zvířat v zoorehabilitaci. Copyright. Česká zemědělská univerzita. Praha.

- Frewin W, Gardiner B. 2005. New Age or Old sage? A review of Equine Assisted Psychotherapy. In the Australian Journal of Counselling Psychology. Available from [http://www.mindfulhorsemindfulleader.com/wp-content/uploads/2013/01/Review\\_New-age-or-old-sage-A-review-of-EAP\\_Frewin\\_2005-1.pdf](http://www.mindfulhorsemindfulleader.com/wp-content/uploads/2013/01/Review_New-age-or-old-sage-A-review-of-EAP_Frewin_2005-1.pdf) (accessed March 2019).
- Guernsey K. 2006. The Therapy Horse: An Integral Playe. The Horse. Available from <https://thehorse.com/129324/the-therapy-horse-an-integral-player/> (accessed November 2018).
- Heine B. 1997. Introduction to Hippotherapy. NARHA Strides magazine. Available from [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/tr\\_hippo.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-equino/tr_hippo.pdf) (accessed November 2018).
- Hempfling KF. 2007. Tanec s koňmi. Brázda. Praha.
- Hermanová H, Münichová D, Narandižič Z, a kol. 2014. Základy hipoterapie. Profi Press s. r. o. Praha.
- Heuschmann G. 2012. Kdyby koně mohli křičet: Co musí jezdci vědět, aby jejich kůň zůstal zdravý. Brázda. Praha.
- Hollý K, Hornáček K. 2005. Hipoterapie; Léčba pomocí koně. Montanex. Ostrava.
- Klik J. 1995. Hiporehabilitace. Možnosti uplatnění psychoterapeutických principů při hiporehabilitaci. Praha: Česká hiporehabilitační společnost 2:3-4.
- Kohanov L. 2016. S koněm mezi světy: cesta k rozvíjení intuice, vědomí a síly s pomocí koní. Synergie. Praha.
- Křivohlavý J. 2009. Psychologie zdraví. Portál. Praha.
- Lentini JA, Knox M. 2009. A Qualitative and Quantitative Review of Equine Facilitated Psychotherapy (EFP) with Children and Adolescents. The Open Complementary Medicine Journal. Available from <https://benthamopen.com/contents/pdf/TOALT/MEDJ/TOALTMEDJ-1-51.pdf> (accessed March 2019).

- McGreevy PD, McLean AN. 2009. Punishment in horse-training and the concept of ethical equitation. *Journal of Veterinary Behavior: Clinical Applications and Research*. Available from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1558787808001123> (accessed March 2019).
- Meregillano G. 2004. Hippotherapy. *Phys Med Rehabil Clin N Am*. Available from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1047965104000099?via%3Dihub> (accessed November 2018).
- Roberts M. 2004. *O koních a lidech: Muž, který naslouchá koním a mluví s lidmi*. Ikar. Praha.
- Roberts M. 2005. *Průvodce nenásilným výcvikem koní: celoživotní zkušenosti muže, který naslouchá koním*. Ikar. Praha.
- Odendaal J. 2007. *Zvířata a naše mentální zdraví: proč, co a jak*. Brázda. Praha.
- Schöffmann B. 2006. *Stupnice vzdělání koně*. Brázda. Praha.
- Smíšková Š. 2014. Hiporehabilitace, aneb když koně léčí. *Jezdecký katalog* 1:45.
- Tellington JL. 2019. *Tellington TTouch Training*. Tellington Jones. Available from <http://www.ttouch.com> (accessed February 2019).
- Tsantefski M, Briggs L, Griffiths J. 2017. An open trial of equine-assisted therapy for children exposed to problematic parental substance use. *Health and Social Care*. Available from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/hsc.12427> (accessed January 2019).
- Vávrová E, Váchová M, Podrábská J. 1996. *Povídání o hipoterapii*. Piafa. Vyškov.
- Velemínský M. a kolektiv. 2007. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. Dona s.r.o. České Budějovice.
- Visser EK, Vandierendonck M, Ellis AD, Rjksen CH, VanReenen CG. 2009. A comparison of sympathetic and conventional training methods on responses to initial horse training. *The Veterinary Journal*. Available from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1090023309001178> (accessed February 2019).
- Záliš N. 2001. *Jezdectví pro vzdělance*. Alba studio. Národní hřebčín Kladruby.