
	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58	
	Postup pri výkone animoterapie		Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	1 z 10

Organizačná smernica č. OS58 Postup pri výkone animoterapie

Číslo výtlačku: 1

	Meno a priezvisko	Funkcia	Dátum	Podpis
Vypracoval:	Mgr. Hajduchová Soňa	Sociálny pracovník	01.01.2014	
Preveril:	Ing. Martaus Františk, PhD.	Riaditeľ	01.01.2014	
Schválil:	Ing. Martaus Františk, PhD.	Riaditeľ	01.01.2014	

Príručka kvality je duševným vlastníctvom organizácie. Každé jej použitie bez súhlasu vydavateľa je porušením vlastníckych práv v zmysle zákona 185/2015 Z. z. To sa týka aj jej rozmnožovania, vypisovania, distribúcie iným ako oficiálnym príjemcom, vrátane kopírovania a uloženia textu v elektronickej forme.

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58		
	Postup pri výkone animoterapie			Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	2 z 10	

Záznam o zmenách

P.č.	Dátum	Číslo kapitoly	Popis zmien	Navrhol	Schválil
1.	01.01.2014	Všetky	Prvé spracovanie dokumentu	Mgr. Hajduchová S.	Ing. Martaus F., PhD.
2.					
3.					
4.					

Obsah:


1	Úvod.....	2
2	Postup pri realizovaní animoterapie s koňmi v CSS Nádej:.....	4
3	Personálne zabezpečenie.....	9
4	Zaistenie bezpečnosti.....	10

1 Úvod

Podľa druhu zvieratá, ktoré je v animoterapii využívané, rozlišujeme viaceré druhy animoterapie: canisterapia – terapia s využitím psov, hipoterapia – terapia s využitím koní, felinoterapia – terapia s využitím mačiek, delfinoterapia – terapia s využitím delfínov a pod.

Hipoterapia, ako súčasť hiporehabilitácie predstavuje „cielené využitie práce s koňom, vozenia sa na koni a jazdenie (hipických aktivít), ale hlavne multidimenzionálneho pohybu koňa na zmiernenie alebo odstránenie príznakov onemocnenia pohybového aparátu.“¹ Krok koňa zároveň u klienta sediaceho na koni navodzuje chôdzu vo vzpriamenej polohe, vzpriamený sed na koni oslobodí trup od patologického vplyvu dolných končatín. Pri jazde na koni vzniká okolo 90 – 110 impulzov za minútu v troch rovinách (dopredu – dozadu, nahor – nadol, doprava – doľava), ktoré sú rytmicky prenášajú na klienta a vynucujú si od neho motorickú odpoveď. Ďalším dôležitým faktorom v hipoterapii je pôsobenie prirodzene vyššej telesnej teploty koňa v porovnaní s človekom, čo napomáha uvoľneniu svalového tonusu. Viacerým autorom sa podarilo vedecky potvrdiť pozitívny vplyv hipoterapie na úpravu patologického stereotypu abdukcie ramena, na pohybové stereotypy, stereotyp predklonu,

¹ HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K.: *Hipoterapie. Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, a. s., 2005. s. 19.

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58		
	Postup pri výkone animoterapie			Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	3 z 10	


úpravu stereotypu dýchania, zlepšenie vitálnej kapacity pľúc, úpravu svalového tonusu, vnímanie podnetov umožňujúcich reedukáciu reči.

Pedagogicko-psychologické jazdenie znamená „využívanie práce s koňom, vozenia sa na koni a jazdenia na koni ako pedagogické a psychologické médium k dosiahnutia pozitívnych zmien v správaní, alebo k zmierneniu alebo odstráneniu príznakov duševnej choroby či mentálneho postihnutia.“² Hiporehabilitácia pôsobí aj na emocionalitu a sebauvedomovanie človeka. Kontakt so zvierat'om, komunikácia s ním, ktorá prechádza od počiatocnej nedôvery až po záverečný súlad, vytvárajú neopakovateľné prostredie, v ktorom je človek neustále vedený k práci na vlastnej húževnatosti.

Aktivity a terapie s asistenciou zvierat môžu mať na klienta vplyv napríklad v nasledovných oblastiach:

- 1. Komunikácia:** zvieratá môžu pomôcť pri nadväzovaní dôverného vzťahu medzi terapeutom a klientom, prekonať bariéru počiatocného strachu, nedôvery alebo odporu klienta, a pod.
- 2. Sústreďenie na okolie:** pre ľudí telesne či duševne chorých, hendikepovaných, starších, osamelých, ale i ľudí úzkostlivých, depresívnych je charakteristické, že ich myseľ je zameraná na vlastné problémy. Interakcia so zvieratami vedie k tomu, že si viac všimajú správanie a reagovanie zvierat, čo odvracia ich pozornosť od vlastnej osoby a vlastných problémov a dokážu sa viac sústreďiť sa na okolitý svet.
- 3. Socializácia,** v zmysle hľadania, nadväzovania a schopnosti udržať si optimálne kontakty s inými ľuďmi.
- 4. Empatia:** Pri realizácii animoterapie sa klient naučí chápať význam telesných prejavov zvierat'a, ktoré má rád, chápe ako svojho kamaráta a často i dôverníka. Zvieratá sa správajú jednoznačne a priamočiaro, ich komunikácia je jasná a zrozumiteľná. Neklamú, nerobia rozdiely medzi ľuďmi, a teda je jednoduchšie pochopiť ich potreby, motívy, pocity, ako u ľudí. Takto naučené porozumenie zvieratám klientom neskôr uľahčuje pochopiť, čo môžu cítiť ostatní ľudia, ich schopnosť empatie so zvieratami sa teda prenáša i do vzťahov s ostatnými ľuďmi.

² HOLLÝ, K., HORNÁČEK, K.: *Hipoterapie. Léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, a. s., 2005. s. 19.

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58		
	Postup pri výkone animoterapie			Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	4 z 10	

5. Prijímanie človeka: zvierá človeka neposudzuje. Nezaujíma ho, či je človek zdravý alebo chorý, pekný či škaredý, starý alebo mladý - prijíma ho takého, aký je, bez predsudkov, neodsudzuje, nekritizuje.

6. Mentálna stimulácia: tým, že pozitívna interakcia medzi človekom a zvierat'om môže prebúdzat' či posilňovat' záujem daného človeka o okolité prostredie, veci, javy a osoby v ňom, zároveň môže priaznivo stimulovat' jeho mentálne funkcie - motivuje ku komunikácii a napomáha pri rozvoji komunikačných zručností, trénuje pamäťové schopnosti, posilňuje pozornosť, atď.

7. Fyzický kontakt, dotyk: ľudia, ktorí sú dlhšiu dobu hospitalizovaní v rôznych zariadeniach, môžu trpieť nedostatkom fyzického kontaktu. Zvierá je schopné svojou prítomnosťou a dokonca radosťou z kontaktu s človekom do veľkej miery saturovať potrebu po fyzickom kontakte.

8. Zábava: dokonca aj ľudia, ktorí nemajú kladný vzťah k zvieratám, sa niekedy pobavia pri ich pozorovaní. Pri hre so zvierat'om sa človek odpútava od problémov bežného života, relaxuje, odpočíva, fyzická aktivita spôsobuje zlepšenie nálady, uvoľnenie napätia a odbúranie stresu.

2 Postup pri realizovaní animoterapie s koňmi v CSS Nádej:

Realizácia v rámci viacerých krokov


Práca zo zeme:

- 1. Habituácia na prostredie**
- 2. Práca zo zeme okolo koní (pozorovanie, čistenie, sedlanie, ...)**
- 3. Práca zo zeme s koňmi (vodenie, cviky na vodítku, ...)**

Práca zo sedla:

- 1. Pasívne jazdenie - vozenie sa na koni**
- 2. Jazdenie**

V rámci adaptačnej fázy chceme dosiahnuť habituáciu klienta na prostredie, kone, získanie základných zručností s výstrojom, ktorý bude pri terapii používať. Trvá dovtedy, kým prostredie naňho nepôsobí rušivo. Neadaptovaný klient bude stále v napätí, na koni stuhnutý = zníženie účinkov terapie.

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58		
	Postup pri výkone animoterapie			Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	5 z 10	

Prostriedky na dosiahnutie cieľov adaptačnej fázy:

- Výklad – oboznámenie s etológiou koní, stádovou dynamikou, hierarchiou, motivačné faktory predátor vs. korisť, zásady bezpečnosti a pod.
- Pozorovanie koní v stáde
- Pozorovanie terapeuta pri práci alebo skúsenejších klientov pri práci
- Postupné zapájanie sa do diania (najprv pozorovanie, potom držanie koňa, čistenie, vodenie a pod.)


Ďalej nasleduje komunikačná fáza, kedy klient komunikuje s koňom zo zeme, zo sedla, spolupracuje s ostatnými klientmi.

Zodpovedné osoby: sociálne pracovníčky pre výkon animoterapie

Termíny: prispôbiť stavu a možnostiam klientov

Oblasti pôsobenia hippoterapie: navzájom sa prelínajú

Stimulácia prežívania	Telesná stimulácia
Emocionálna aktivizácia Relaxácia Príjemné senzorické a motorické podnety Odpútanie pozornosti	Svalová stimulácia a relaxácia Stimulácia dychu Stimulácia správneho držania tela a vnútorných orgánov Pozitívny vplyv na správnu biochemickú reguláciu organizmu Tréning koordinácie pohybov Tréning rovnováhy
Stimulácia kognitívnych funkcií	Sociálna stimulácia
Stimulácia pamäti Stimulácia pozornosti Stimulácia exekutívnych funkcií Stimulácia orientácie v priestore	Podpora zdravého sebavedomia a sebahodnotenia Sebareflexia a spätná väzba Stimulácia vôle, motivácie a záujmov Formovanie interpersonálnych vzťahov v skupine Pozitívne sociálne učenie napodobňovaním a posilňovaním Stimulácia kreativity

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58	
	Postup pri výkone ainmoterapie		Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	6 z 10

1. Stimulácia prežívania:

- všetky emocionálne zážitky, ktoré kone a prostredie okolo nich vyvolávajú.
- patrí sem: emocionálna aktivizácia, relaxácia, príjemné senzorické a motorické podnety (taktilné, motorické), odpútanie pozornosti.
- všetko, čo je prežívané pozitívne, má vplyv na celkové emocionálne prežívanie človeka. Vyššia telesná teplota koňa – s tým súvisiaci pocit tepla = uvoľnenie, relaxácia, rytmický krok koňa.
- zameranie pozornosti na spoluprácu s koňom = odpútanie pozornosti
- odchádzať z terapie s príjemným pocitom a motiváciou do ďalšej terapie


Aktivity v rámci stimulácie prežívania:

- *aktivity zo zeme* - pozorovanie koní v stáde, privolanie koňa, hladenie koňa a zoznámenie sa s ním (uvoľnenie počiatočného napätia), čistenie, vodenie koňa
- *aktivity na koni* – objatie koňa okolo krku, ľahnutie si na zadok koňa, ľahnutie si na zadok koňa v kontrasede - v zastavení alebo kroku. *Dôraz na prežívanie* - zavretie očí a prežívanie kroku koňa, zameranie sa na príjemné zážitky, pocity, vnímanie tepla koňa, jeho dýchania, rytmickej chôdze.

Ciele: nadviazať vzťah s koňom, celkové telesné a duševné uvoľnenie, načerpanie energie, odpútanie od negatívnych myšlienok, uľahčenie adaptačného procesu, atď.

Jedná sa o cvičenia, ktoré stimulujú všetky zmysly, podporujú zároveň aj pohybovú, sociálnu, kognitívnu stimuláciu. Príklad: *čistenie koňa*: jeden klient drží koňa, druhý ho čistí. Dochádza k posilňovaniu svalstva a koordinácii pohybov, zvýšeniu pocitu sebaistoty pri koni, ovplyvňuje interpersonálne vzťahy – klient držiaci koňa má zodpovednosť, klient čistiaci koňa mu musí dôverovať (pomôcť druhému a nechať si pomôcť), stimulácia kognitívnych funkcií – zapamätať si ktoré pomôcky v akom poradí použiť pre správne očistenie koňa a pod.

Pre posilnenie terapeutického pôsobenia je vhodné zaradiť po terapii záverečný skupinový rozhovor (čo prežívam pri kontakte s koňom, kôň ako symbol a pod.).

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58		
	Postup pri výkone ainmoterapie			Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	7 z 10	


2. Telesná stimulácia:

- v podmienkach CSS Nádej nie je možné riešiť zmiernovanie fyzického hendikepu klientov
- HT je pozitívnym efektom terapie a podporným prostriedkom pri psychických ochoreniach (v dôsledku liečby - zvýšená únava, svalová ochabnutosť, spomalená koordinácia, motorická oblasť)
- patrí sem: *relaxácia a svalová stimulácia, stimulácia rytmického dýchania, správneho držania tela, tréning rovnováhy a koordinácie pohybov*
- už sedenie na pohybujúcom sa koni má vplyv na tréning koordinácie. Je potrebné synchronizovať svoj pohyb s pohybom koňa a prispôbovať sa aj jeho ťažisku. Zároveň pri jazde na koni u jazdca dochádza k tzv. obrannej reakcii proti pádu zapájaním posturálneho svalstva = tréning rovnováhy.

Aktivity v rámci telesnej stimulácie:

- *bežné aktivity spojené so starostlivosťou o koňa:* príprava krmenia, čistenie koní, práce pri zabezpečovaní chodu stajní
- *všetky telesné aktivity pri výkone terapií:* príprava pomôcok, hádzanie lopty klientovi na koni a pod.
- *cvičenia zamerané na stimuláciu konkrétnych svalových partií:* poplácanie koňa po krku, natiahnutie rúk do hrivy koňa, medzi uši koňa, rozpaženie, vzpaženie, rotácia trupu, ruky krížom na kolená, resp. špičky, úklony, krúženie špičkami, kmitanie holení, objatie koňa okolo krku, ľahnutie si na zadok koňa, dámsky sed, kontrased, a rôzne variácie spojenia viacerých uvedených cvičení (napr. pravá ruka na ľavé koleno, ľahnutie na zadok koňa a ľavá ruka na pravé koleno).


3. Stimulácia kognitívnych funkcií: je v rámci pedagogicko-psychologického jazdenia pozitívne podmienená pozitívnym emocionálnym prežívaním. Mechanizmus zapamätávania si informácií, ktorý je spojený so silným citovým zážitkom, je efektívnejší. Svoju úlohu však zohrávajú aj vôľové a motivačné mechanizmy. Stimulácia kognitívnych funkcií prebieha v troch fázach, *adaptačnej*, v rámci ktorej sa klient učí koordinovať svoje pohyby s pohybmi koňa, reagovať na rôzne posturálne situácie, zvyká si na nové zmyslové

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58	
	Postup pri výkone ainmoterapie		Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	8 z 10

podnety. Adaptačná fáza by mala trvať tak dlho, kým sa klient necíti v prítomnosti koní uvoľnene. Druhou fázou je *fáza učenia*, ktorú tvorí nácvik a upevňovanie zručností. Je úlohou terapeuta citlivo zväziť zapracovanie nových prvkov a ich množstvo. Príliš mnoho nových podnetov klient nemusí vedieť spracovať a môže viesť k nechuti klienta v terapii pokračovať. *Záverečná fáza* predstavuje praktické zužitkovanie naučeného. V rámci stimulácie kognitívnych funkcií dochádza k **stimulácii pamäti, pozornosti, exekutívnych funkcií a orientácie v priestore**. Pamäť predstavuje „schopnosť prijať, udržať a znovu si vybaviť minulé vnemy.“ Kontakt s koňmi a jazda na nich poskytuje množstvo príležitostí na nenásilný tréning pamäte. Pre prácu s koňmi je taktiež dôležitá pozornosť. Klienti sú prirodzeným spôsobom motivovaní sústrediť svoju pozornosť na koňa a vzájomné signály, no zároveň byť flexibilní a reagovať na zmeny v činnostiach. Exekutívne funkcie zahŕňajú plánovanie činnosti, vôľu, úspešný výkon činnosti. Orientáciu v priestore trénujeme prostredníctvom jednoduchších jazdiarenských úloh, pričom kladieme dôraz na tréning pravo-ľavej orientácie.

Aktivity v rámci stimulácie kognitívnych funkcií môžeme realizovať ako v rámci spoločných skupinových stretnutí (metódy pero - papier) alebo v terénnych podmienkach. Zahŕňajú širokú škálu činností, klienti môžu popisovať časti postroja, pomôcky na čistenie koňa, časti tela koňa, mená koní v stajni, ich vek, farbu. Môžu čítať príbehy s konskou tematikou a následne odpovedať na otázky, či riešiť jednoduché matematické úlohy (koľko konských uší je dohromady v našej stajni?) alebo so zaviazanými očami podľa hmatu určiť predmet, ktorý im iný klient vloží do rúk. Terénne metódy zahŕňajú aktivity ako triedenie čistenia pre jednotlivé kone, počítanie objektov v okolí, cvičenia s loptami, krúžkami (klient môže loptu hádzať, krúžiť ňou okolo svojho trupu, okolo krku koňa), zostavenie úlohy pre ostatných klientov, vykonanie určitej jazdiarenskej úlohy a pod. Jazdiarenská úloha môže vyzeráť nasledovne: štart, vlnovka medzi kužeľmi, hod lopty do koša, obrat vpravo, prekročenie dvoch bariér, cieľ.

4. Sociálna stimulácia: kontakt s koňmi klientov vystavuje rôznym situáciám, s ktorými sa musia vysporiadať. Často sa tu prejaví charakter klientov, jeho vzorce správania a nedochádza k cenzúre prejavov klientov v takej miere, ako pri klasickom terapeutickom sedení. Sociálna stimulácia zahŕňa **stimuláciu zdravého sebavedomia a sebahodnotenia, sebareflexiu a spätnú väzbu, stimuláciu vôle, motivácie a záujmov, formovanie interpersonálnych**

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58	
	Postup pri výkone ainmoterapie		Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	9 z 10

vzťahov v skupine, pozitívne sociálne učenie napodobňovaním, stimuláciu kreativity.


V rámci sociálnej stimulácie pracujeme so skupinovou dynamikou. Sebavedomie klientov rastie s množstvom aktivít, ktoré dokážu zvládnuť, navzájom sa pri plnení úloh porovnávajú. Pri jednotlivých aktivitách však podporujeme aj ich vzájomnú spoluprácu (napr. prácou vo dvojiciach), kde sa zase učia jeden druhému pomôcť, spoľahnúť sa na druhého a prevziať zodpovednosť. Sociálne učenie je významný druh ľudského učenia. V procese sociálneho učenia sa učíme primeranému fungovaniu v skupine, spoločnosti. V terapeutickom procese využívame sociálne posilňovanie. Toto je realizované formou odmeny a trestu, pričom odmenou je napr. pochvala terapeuta, ktorá prichádza po úspešnom zvládnutí určitej úlohy (napr. klient zvládol samostatne vodiť koňa) a výsledky jeho práce sú pritom pre každého viditeľné. Trestom môže byť pri nevhodnom správaní odmietnutie koňa spolupracovať s klientom. Je dôležité, aby terapeut aj slovne rozobral problémovú situáciu s klientmi a terapeutický účinok situácie tak podporil. Okrem sociálneho posilňovania využívame taktiež učenie pozitívnym napodobňovaním, ktoré spočíva v tom, že klient chce napodobniť skúsenejšieho klienta (terapeuta) ktorého schopnosti alebo zručnosti obdivuje.

Aktivity v oblasti sociálnej stimulácie pozostávajú z cvičení ako: reč konského tela (klienti majú za úlohu pochopiť, čo im kôň svojím správaním hovorí, čo sa mu páči, na čo nereaguje a čo sa mu, naopak, nepáči), súťaž o najlepšie vyčisteného koňa, plnenie spoločných úloh (zbieranie loptičiek a hádzanie do koša – jeden klient zbiera loptičky voľne rozmiestnené po jazdiarni, hádže ich klientovi na koni a ten ich hádže do koša) a pod.

3 Personálne zabezpečenie

- **hippológ: zodpovedný za prípravu koňa,**
- **sociálny pracovník: zodpovedný za vedenie terapie**
- **pomocník: zodpovedný za bezpečnosť klienta v prípade potreby**

Ciele: popri výkone AAA – animal assisted activities – aktivít za prítomnosti koní a pracovnej terapie pri zvieratách postupne v závislosti od možností prechádzať k AAT – animal assisted therapy – využívanie cieleného terapeutického pôsobenia koní na klientov

	Organizačná smernica		Číslo dokumentu: OS58	
	Postup pri výkone ainmoterapie		Vydanie číslo: 1	
	Zmena číslo: 1	Dátum zmeny: 01.01.2014	Strana:	10 z 10

4 Zaistenie bezpečnosti

- dôkladná príprava a výcvik zvierat
- oboznámenie klientov s etiologiou koní
- dostatočné personálne zabezpečenie
- rizikový plán
- v prípade úrazu – hippológ zabezpečí zviera, sociálny pracovník a pomocník zabezpečia starostlivosť o klienta a kontaktujú zdravotnícky personál