



# Žít svůj sen

**Hipocentrum Robin je nezisková organizace, která se specializuje na hipoterapii zejména pro děti s poruchami autistického spektra. Její klientela je poměrně různorodá. Hodně se jedná o hyperaktivní děti s poruchou pozornosti, děti úzkostné či po prožitých traumatech. Zaměřuje se nejen na fyzický rozvoj, ale hlavně na rozvoj sociálních dovedností a zvládnání emocí (vzteku, úzkosti či udržení pozornosti). S každým dítětem pracují individuálně, podle jeho potřeb a potřeb jeho rodiny sestavují terapeutický plán a cíle, na které se zaměřují. Pak je vše otázkou času a trpělivosti, každá změna chvíli trvá.**

**Nadace VINCI v České republice podpořila Hipocentrum částkou 67 428 Kč. Ta byla použita na nákup ohrazené kruhové jízdárny. Kateřiny Bauerové, zakladatelky organizace, jsme se zeptali:**

## **Kateřino, co vás k této práci přivedlo?**

Vždy jsem měla ráda zvířata, zejména koně, a možnost spojení práce s koňmi a lidmi se stala mým snem již odmalička. Prošla jsem jako studentka několika praxemi na různých pracovištích jako dobrovolník, abych se naučila a zároveň zjistila, co mě nejvíce zajímá a s kterou klientelou se mi nejlépe pracuje.

Jako dospělá jsem si pořídila vlastní koně a posléze, když si pořídil svého koně i můj muž, jsme se odstěhovali z Prahy na statek, kde jsem začala provozovat hipoterapeutické ježdění. Zpočátku jsem měla různorodou klientelu, ale zjistila jsem, že mě asi nejvíce baví práce s dětmi. Práce se stala mým koníčkem a nejvíce mě na ní bavila spontánnost. Přes všechny přípravy mě vždy dokázaly děti překvapit a něco nového naučit.

K tomuto specifickému zaměření na děti s vývojovou dysfázií a poruchami autistického spektra (PAS) jsem však dospěla až poté, co se začal můj starší syn sám potýkat s vývojovou dysfázií a v naší širší rodině jsme měli dítě s PAS. Začala jsem hledat možnost, jak pomoci a usnadnit cestu svému synovi, a jelikož mám pedagogické a psychoterapeutické vzdělání, tak jsem začala pracovat jako terapeut s autistickými dětmi a dětmi s vývojovou dysfázií. Práce, zejména s neverbálními dětmi či s dětmi se

zvláštními způsoby vyjadřování, mě nejen bavila, ale učila mě hledat jiné cesty ke komunikaci. Naučila jsem se více vnímat dění kolem sebe i na jiné než jen verbální úrovni a myslím, že mi to pomohlo i lépe se vcítit do potřeb nejen mých dětí.

Měla jsem štěstí nejen na podporu v rámci své rodiny, ale i na moc hodné lidi kolem sebe. Holky, které k nám chodily na ježdění našich koní, uměly komunikovat s dětmi a pracovaly pro mě zpočátku jako dobrovolnice a posléze i jako externí zaměstnankyně. Vytvořil se tu tým lidí, kterým je spolu dobře a kteří se dokáží o tuto pohodu podělit.

Velkým mezníkem bylo asi mé setkání s Boženou Svatkovou, která již dlouho pracovala s autistickými dětmi a mnohému mě naučila. Ta mě přivedla zároveň i na myšlenku propojit koně s dětmi s PAS a specializovat se na tuto klientelu. Začaly jsme společně pracovat a propojovat naše poznatky. Zjistily jsme, že se v rámci hipoterapie na tuto klientelu skoro nikdo nespécializuje, tudíž nám chyběly i podklady pro naši práci a začaly jsme si je samy vytvářet.

S mým mužem, z kterého se stal hlavní (ne vždy zcela dobrovolný) sponzor a praktický údržbář zázemí, jsme založili Hipocentrum ROBIN. Můj muž nás celou dobu podporuje a dává našim snům (terapeutickým a občas velice idealistickým) pevnou základnu a podílí se na praktickém fungování centra. Naštěstí pro mě.

01 Hipoterapeutické kobyly spolu s Kateřinou

02 Hledá se koňská hlava

03 Smích léčí



### S jakými poruchami se setkáváte nejčastěji?

Nejvíce pracujeme s dětmi s poruchami autistického spektra, dále s vývojovou dysfázií, s dětmi úzkostnými či s poruchami chování a učení. Provozujeme psychoterapeutické relaxační ježdění pro děti i dospělé, kteří mají různé psychické problémy (psychosomatické obtíže apod.).

Občasné pořádáme pro menší tým lidí teambuildingové akce, kde pracujeme se skupinou lidí. Tam se zaměřujeme na relaxaci a sebepoznání skrze práci s koňmi. Tato občasná činnost je také asi jediným skutečně výdělečným počinem Hipocentra ROBIN a pomáhá nám financovat provoz jinak nevýdělečné hipoterapie.

### V čem hipoterapie spočívá? Co je na ní nejučinnější?

Naši klienti mají na různé situace často odlišné reakce, některé pro nás běžné věci jsou pro ně zdrojem úzkosti. Nejvíce je však většinou úzkostní, když nemají možnost vykomunikovat si své potřeby a také když ztratí kontrolu nad tím, co se okolo nich a s nimi děje.

My se zaměřujeme hlavně na rozvoj sociálních dovedností, i když máme terapie jako propojený systém na zlepšení fyzické stránky, kondice, udržení

pozornosti, orální, hrubou a jemnou motoriku. Vše se snažíme mít postavené formou hry, aby to dítě bavilo. Zejména se však snažíme komunikovat, učíme dítě, jak může koně ovládat (slovem, pohybem), aby mělo pocit, že má situaci pod kontrolou, a také ho učíme, že když se vyjádří, tak respektujeme jeho názor a snažíme se o domluvu. Kouzlo koně spočívá i ve velikosti, kdy malé dítě slovem ovládá velké zvíře pod sebou. Dítě si projde postupně různými situacemi, které zvládne, to mu posílí sebevědomí a chuť komunikovat. Cílem hipoterapie s autistickými dětmi je ukázat komunikaci jako něco užitečného a účinného.

Dalším nemalým rozměrem hipoterapie je vytvoření vztahu. Vztahu k nám (terapeutům, vodičům), vztahu ke zvířeti. **Vztah je založen na základě respektu a důvěry, pokud se nám podaří ho vytvořit, tak dítě můžeme naučit prakticky cokoli a jít s ním kamkoliv.** Vše je potom jen otázkou času a trpělivosti, ale základem je vztah, který musí být pevným bodem. Tato zkušenost bude mít pro dítě přesah i do běžného života, dítě již bude vědět, že spoustu věcí zvládne, ustojí a že již něco dokázalo.

Neopomenutelnou složkou je i odpočinek a pocit přijetí od zvířete, kterému je jedno, jakou má dítě diagnózu. Některé věci zkrátka fungují trochu mimo metodiky

a tabulky. Občas vidíte, že se mezi koněm a dítětem něco děje, nějaká metakomunikace, kdy to možná jako racionální člověk nedokážete vysvětlit, ale ani popřít, že to tam je.

Děti občas poznají dříve než vodič, že je kůň rozrušený, a začnou si ho samy uklidňovat.

Občas jsou chvíle, které vám může poskytnout jen zvíře.

### Koně k terapii si vychováváte sami? Jak dlouho trvá, než se z koně stane „terapeut“?

Koňští terapeuti to u nás nemají jednoduché. Pracujeme na změnách chování a potřebujeme, aby naši koně byli klidným stabilizátorem emocí. Například když dítě křičí, tak abychom měli čas dopomoci dítěti k vyjádření požadavku (třeba že chce zastavit nebo dolů). Potřebujeme, aby kůň zůstal v každé situaci v klidu.

**Kůň je plaché zvíře, býložravec, který je předurčen k tomu rychle reagovat na krizové situace nejlépe únikem (tento princip chování je častý i u našich klientů).** Po koních chceme, aby šli proti své přirozenosti a celou situaci ustáli v klidu, abychom mohli dítěti ukázat, že vše lze zvládnout.

Máme malý počet koní, které důvěrně známe a připravujeme je na hipoterapii. Jen třetinu jejich práce tvoří samotná hipoterapie, zbylý čas s nimi pracuje tým Hipocentra. Koníci chodí na vyjíždky, trénují na jízdárně, aby byli v psychické pohodě a dokázali ji předat. Hipoterapie probíhají několikrát týdně a každé zvíře má jen omezený počet klientů, aby zůstalo komunikativní a vstřícné, zkrátka abychom neukazovali dětem jen chodící stíny, ale zvířata se zájmem o okolí a o kontakt.

Polovinu našich koní jsme si vychovali od hříbat. Je to velice zdlouhavé a na takového koníka čekáme několik let. Výhodou je, že víme, co koník zažil, jak jsme ho



vychovali a důvěra mezi pracovníky a zvířaty se buduje hned od začátku.

Druhá polovina koní byla zakoupena již v dospělém věku. Prošli několikaměsíční přípravou, než byli zařazeni do praxe ke klientům. Bohužel se nám již několikrát stalo, že jsme museli koníka z hipoterapie vyřadit, protože mu byly hipoterapie nepříjemné, nedokázal zůstat v klidu či začal vzdorovat při práci, zkrátka nebyl pro tuto práci vhodný. Je to trochu sázka do loterie, i na první pohled klidné zvíře nemusí zvládat vypjaté situace, kdy se na něj potřebuje terapeut a zejména dítě spolehnout. Najít koně pro naše účely není jednoduché a ty, co máme, jsou součástí nejen Hipocentra, ale i naší rodiny. Známe je a víme, jak jim je a co potřebují. Děti učíme navázat vztah a tato práce začíná u nás, nejdříve si my musíme vytvořit vztah k našim koním, abychom měli, co učit.

### Jaké máte výsledky? Daří se pomocí terapie odstranit poruchy, traumata úplně a trvale?

Většina našich dětí má i jiné terapie, tudíž relevantní výsledky jsou značně diskutabilní. Nicméně tvoříme si vlastní metodiku, každé dítě má u nás záznamy, co se dělo a zda se něco mění. Je to zdlouhavá práce, která možná až po letech ukáže nějaké skutečné výsledky.

To, co se mění v rámci našeho prostředí nejvíce, je lepší reagování na změny. Děti, které se nechtěly ke koni ani přiblížit, natož se ho dotknout, dnes u nás jezdí, hladí koně, jsou s ním v nenuceném kontaktu. Změny, které jsme si na začátku terapií nemohli dovolit (změna cesty, zařazení sourozence do terapie, jízda v nepříznivém počasí a jiné), tak postupně můžeme udělat a není to problém. **Občas je i pro nás důležité si připomenout začátky terapií, abychom zjistili, co všechno, co je dnes běžnou součástí terapie, bylo dříve zdrojem úzkosti a strachu. ■**