

# REVUE LIEČEBNEJ PEDAGOGIKY

## 2/2007

Číslo 2., ročník I., rok 2007 ISSN 1337-5563

---

Revue liečebnej pedagogiky je internetový profesný časopis PRO LP Asociácie liečebných pedagógov určený liečebným pedagógom, pracovníkom v pomáhajúcich profesiách a iným záujemcom. Vychádza 2x ročne.

Redakčná rada:

Šéfredaktor:

**PhDr. Elena Amtmannová**  
elena.amtmannova(at)gmail.com

Odborní garanti:

**Doc. PhDr. Marta Horňáková, PhD.**  
Predseda PRO LP

**Doc. PaedDr. Jitka Prevendárová, PhD.**  
Liečebný pedagóg, psychoterapeut

Redaktori:

**Mgr. Barbara Malecová,**  
barbara.malecova(at)fphil.uniba.sk

**PaedDr. Monika Stupková,**  
mony.stupkova(at)fedu.uniba.sk

**PaedDr. Magdaléna Szabová,**  
magdalena.szabova(at)fedu.uniba.sk

**PaedDr. Ruth Erdélyiová,**  
ruth(at)chello.sk

**Mgr. Barbora Vodičková,**  
barbora.vodickova(at)gmail.com

**Andrej Vráblik,**  
musashhi(at)gmail.com

### Obsah

#### Úvodník

**Vianočné zamyslenie/Magdaléna Szabová**

#### Prečítali sme si

**Recenzia: Bazální stimulace.../Monika Stupková**

**Recenzia: Muzikoterapie/Elena Amtmannová**

#### Z praxe

**Skúšky z canisterapie/Tatiana Mištinová**

#### Zo zahraničia

**Kontakty slovenskej a nemeckej psychomotorickej výchovy a terapie/  
Dominika Hornauf, Stanka Hoffmann**

#### O podujatiach

**Arteterapeutická konferencia v Taline/Zuzana Krčmáriková  
LP dni 2007/Elena Amtmannová**

#### Rozhovory

**Hippoterapia/Andrej Vráblik**

#### Návrhy pomôcok

**Padák/Peter Dorčík, Darina Straková**

## Úvodník

Magdaléna Szabová

Milí naši priatelia,

dovoľte, aby som sa Vám a vám prihovorila prostredníctvom situácie, ktorá vo mne vyvolala príjemné pocity, spomienky a očakávania:

Bol piatok, 19. októbra. Hľadala som čosi doma v kuchynskej skrinke a náhodou som ich našla – formičky na vykrajovanie cesta. Malý balíček a v ňom – kométa, zvonček a ryba. A už to tu bolo – Ja sa veľmi teším na Vianoce!

Tie formičky mi ich pripomenuli. A potom v sobotu snežilo a to ešte potvrdilo, že Vianoce sa blížia. Vánoce, Vánoce prichádzajú... Alebo po novom: Vianoce už prišli! Vianoce už prišli! A ja sa veeeeeeel'mi teším!!!

Milujem Vianoce. Hlavne kvôli úžasne príjemným pocitom, ktoré sa v predvianočnom čase akosi znásobujú. Zrazu sa vo mne začne rozlievať pocit radosti, povznesenia, vyrovnanosti, pohody, blaha... Som lepšia (moja drahá svokra by povedala – ale vážne – že to sa už ani nedá), všetkých mám ešte radšej (to zasa neviem ja, či sa dá; každopádne som akási „zduchovnelá“). Viac sa usmievam - aj na cudzích ľuď (trochu dávam pozor, radšej volím deti, starších ľudí, rodiny, aby si náhodou chlapi nemysleli, že ich balím, čo by bolo ľahko možné, však mám len 50 preč), viac si spievam (začínam všeličím, potom s približovaním sa Vianoc prechádzam ku koledám – zrazu sa mi vynoria v hlave – to je zvláštne), keď som sama doma tak aj tancujem (ono mi to vianočné čaro samo dvíha ruky, nohy)...

Upratovaniu nevenujem mimoriadnu pozornosť, len tak normálne, aby bolo doma pekne a veci na svojom mieste, aby som ich potom v tom záverečnom frmole našla (čo sa nie vždy podarí, najmä ak ich predtým preložím na „zaručene bezpečné“ miesto). Hlavná je atmosféra – útulne, voňavo, príjemne, radostne, pozitívne, láskavo, ústretovo, vlúdne.

Júj, ja sa tááááááák teším!!!

Veľmi rada pečiem. Treba na to trochu času, ale ten si akosi vždy viem nájsť. Začínam medovníkmi, tie sa môžu aj tri týždne vopred. Vôňa medu, škorice, klinčekov..

No a potom prídu na rad linecké krúžky a vanilkové rožky. Maslo, vanilka, orechy, mandle... Potom už len marcipán – na hříbiky, jedna tortička, aby bolo niečo krémové a dáke malé šepety, ktoré sa pripletú do cesty ani neviem ako. Týždeň – dva dopredu sa dajú robiť aj kapustníky (slané ku kapustnici), bobaľky (pupáky) by sa dali tiež, ale robím ich spolu s vianočkami, takže radšej len dva – tri dni vopred. A potom už len kapustnica, zemiakový šalát, ryba.

Keď mám pri vianočných prípravách spoločnosť, je to vždy ešte lepšie, veselšie, príjemnejšie, vianočnejšie, a aj rýchlejšie. Často mi pomáha dcéra, niekedy sa objaví aj sestra, syn so ženou – tento rok dúfam prídu aj so svojim synom – mojím milovaným vnúčikom. V predvianočnom čase už bude mať okolo deväť, tak už by mohol niečo miesiť. Pomáhať babičke.

Ja sa tešííííííím!!!

Celý rok čakám na vianočné rozprávky. Niektoré mám síce na DVDčkach, ale nepúšťam si ich. To nie je ono. To má byť v telke. A na Vianoce. Tak. Princezná so zlatou hviezdou, Pyšná princezná, Tři oříšky pro popelku, Sol nad zlato, Perinbaba – to sú tie hlavné. Ale milujem aj Popolvára, Princa Ba-ja-ju, Kráľa Drozdia brada... aj môjho muža, nebojte sa. A nepohrdnem aj novšími alebo trochu menej vianočnými ako Fantagiro, Golem, resp. Cisárov pekár... Rozprávky patria k Vianociam. Pozerali sme ich ako deti, mama piekla, oco staval stromček, my sme pomáhali, ale na dôležité rozprávky sme mali voľno. To bol rituál. To bolo úžasné. A je doteraz. Doteraz si chránim rituál pozerania rozprávok. Moja dcéra sa

síce smeje a hovorí: „Však ich potom nepozeraš!“ No, často mi nevyjde celá, lebo popri tom varím, pečiem, chystám, ale mne ide o to, že viem, že tá rozprávka beží a sem tam sa prídem pozrieť. Veď ja ich už takmer poznám naspamäť. Potrebujem len, aby sa vznášal rozprávkový duch.

A keď je (dúfam) všetko nachystané a všetci čo mali prísť, prišli: Ó, čo to počujeme? Zvonček zvoní! Ježiško prišiel! Prskavky, sviečky, kopa farebných balíčkov – veď nás je veľa. Zaspievame si koledu, zaželáme si „Šťastné a veselé“, deti sa vrhnú na darčeky, rodičia spokojne pozorujú, ako sa tešia.

Náš večer a večera je naozaj Štedrý. A aj keď máme radi všetky tie dobroty, nejde až tak o ne. Ale o to, že sa máme všetci radi. Veľmi.

Vianoce sú symbolom a esenciou lásky. To je úžasné. A silné. Ďakujem.

Želám vám všetkým, moji milí, naozaj ŠŤASTNÉ A VESELÉ, každému takým spôsobom, aký mu je najbližší. Aby u vás bola na Vianoce POHODA, do ktorej zvoní zvončeky radosti, svietia hviezdičky spokojnosti, horí večný plameň lásky.

A dúfam, že Vianoce v nás všetkých umocnia vlídnosť, ústretovosť, naklonenosť, láskyplnosť, ochotu pomáhať, podporiť, sprevádzať... Že nám dodajú/obnovia zdroje pozitívnej energie, ktorú nevyhnutne potrebujeme pri našej práci. Aby sme sa stále aj profesijne rozvíjali, aby sme nevyhasli, aby sme dávali a dokázali aj prijímať. Aby sme si skúsili, dobré nápady, úspechy... nenechávali iba pre seba a odovzdali ich aj iným. Napríklad aj cestou tohto časopisu. Aj na toto všetko sa veľmi teším.

PaedDr. Magdaléna Szabová  
Katedra liečebnej pedagogiky  
PdF UK Bratislava

## Prečítali sme si

### Recenzia

**Karolína Friedlová. 2006. Bazální stimulance pro učitele předmětu ošetrovatelství. Frýdek – Místek : Institut Bazální stimulance, 2006. ISBN 80-239-6132-2.**

Monika Stupková

Recenzovaná publikácia je študijným textom určeným učiteľom predmetu ošetrovatelstva. Cieľom autorky je ponúknuť pracovný materiál pre prípravu a realizáciu výučby konceptu bazálnej stimulácie v oblasti zdravotníctva. Predkladaná kniha ma zaujala jej možnosťou využitia aj pri príprave študentov na prax liečebnej pedagogiky. Je podkladom nielen pre rozšírením vedomostí, ale aj pre diskusiu k danej problematike a k hľadaniu konkrétnej spolupráce zdravotníkov a liečebných pedagógov.

Učebnica je rozdelená na 2 časti. Prvá časť postupne prevádza čitateľa históriou a pôvodom konceptu bazálnej stimulácie, jej spojením s ošetrovateľskou starostlivosťou, teoretickým základom a v poslednej kapitole upresňuje jej využitie v ošetrovateľskej starostlivosti. Druhá časť sa venuje konkrétnejším a praktickejším témam akými sú napríklad, komunikácia v koncepte bazálnej stimulácie, význam a kvalita dotykov v ošetrovateľskej starostlivosti, somatická stimulácia alebo zohľadnenie biografie klienta v ošetrovateľskej starostlivosti.

Autorom konceptu je Prof. Dr. Andreas Fröhlich, pracujúci od roku 1970 v Rehabilitačnom centre Landstuhl v Nemecku. Od 80.-tych rokov spolupracuje s Prof. Christel Bienstein, zdravotnou sestrou, ktorá dlhé roky pôsobila vo Vzdelávacom centre nemeckého profesijného zväzu pre ošetrovateľské povolania v Essene v Nemecku.

Fröhlich vypracoval koncept na podporu rozvoja schopností u detí s ťažkými zmenami v telesnej aj duševnej oblasti. Za najväčší problém považoval nemožnosť nadviazať verbálnu komunikáciu s týmito deťmi. Preto hľadal cestu formou somatickej, vestibulárnej a vibračnej komunikácie. Vychádzal z poznatku, že jednotlivec má zo svojho prenatálneho života dostatok predpokladov, aby sa mohol po narodení vyvíjať a budovať vzťah k sebe samému aj k svojmu okoliu. Na základe dosiahnutých výsledkov sa o koncept začali zaujímať aj odborníci z oblasti medicíny a postupne sa stal uznávaným pedagogicko-ošetrovateľským konceptom.

Koncept bazálnej stimulácie je zameraný na klientov bez obmedzenia veku u ľudí s kraniocerebrálnymi poraneniami, po cievnych mozgových príhodách, v komatóznych stavoch, pri apalickom syndróme, na psychiatrii, v geriatrickej, na jednotkách intenzívnej medicíny, v domácej aj nemocničnej starostlivosti.

Autorka Karolína Friedlová na začiatku učebnice poukazuje na zmeny v používaní niektorých pojmov, napríklad: **ošetrovateľská intervencia** je v učebnici nahradená pojmom **ošetrovateľská ponuka** (vyjadruje snahu rozpoznať spolu s jednotlivcom jeho potreby a v spolupráci s ním hľadať vhodné formy intervencie) **porucha** vnímania a hybnosti je nahradená pojmom **zmena** vnímania a hybnosti. Pri ponuke ošetrojúci nevychádza z deficitov pacienta, ale pracuje s jeho zachovanými schopnosťami (napr. vnímanie, pohyb).

Na pacienta (klienta) sa nazerá ako na partnera v uzdravovaní, vychádzajúc z jeho vlastnej histórie. Týmto je tento postup silno liečebnopedagogický.

Základný koncept vychádza z celostného pohľadu na človeka a úzkeho prepojenia vnímania, pohybu a komunikácie. V každej životnej situácii je potrebné stimulovať vnímanie jednotlivca a vytvárať tak nové spojenia dendritov v mozgu. Nedostatok stimulov podmieňuje primárne nedostatočnú štruktúru mozgu a tým redukuje jeho výkon (Friedlová, 2006).

Bazálna stimulácia vychádza z myšlienky, že každý človek je schopný v akejkoľvek situácii používať aspoň niektorý zo zmyslov. Ide tu o sprostredkovanie vnemov z vlastného tela, čo stimuluje vnímanie a následne umožňuje vnímať okolie a začať komunikovať. Od skúsenosti s vlastným telom sa odvíjajú ostatné roviny: motorika, kognícia, komunikácia, sociálna skúsenosť, emócie a vnímanie.

Bazálna stimulácia je postavená na štyroch teoretických východiskách:

1. neurofyziologický model vývinu,
2. genetika a vývinová psychológia,
3. poznatky z fyzioterapie (vychádza z konceptu manželov Bobathovcov),
4. poznatky zo psychológie (teória A. Adlera, teória včasných foriem sebauvedomovania).

K. Friedlová (2006) uvádza myšlienky Fröhlicha, ktoré sú podkladom pre prácu v koncepte bazálnej stimulácie.

1. Aby sa mohlo dieťa dostatočne vyvíjať, potrebuje dostatok kvalitných podnetov. Dieťa narodené s postihnutím je odkázané na svoje prostredie, aby mu umožňovalo potrebné stimuly získavať.
2. Kognitívny vývin prebieha v spojení s pohybom. Dieťa s postihnutím potrebuje dostatok skúseností s pohybom.
3. Ľudský mozog je plastický, poškodené štruktúry mozgu môžu byť obnovené alebo ich funkciu môžu prevziať iné oblasti mozgu.

4. Podnety, ktoré sú jedincovi poskytované, musia byť dostatočne silné a štruktúrované. K zásadám práce v koncepte bazálnej stimulácie patrí ponuka cielene zameraných ošetrovateľských aktivít, ktoré zohľadňujú denný rytmus pacienta. Ľudia poskytujúci starostlivosť v rámci Bazálnej stimulácie zohľadňujú aj dôležitosť rituálov v živote človeka:

- starostlivosť vychádza z autobiografickej anamnézy (poznávanie životného príbehu umožňuje pochopiť vnútorný svet klienta a sprevádzať človeka až na koniec života),
- starostlivosť delegujú v rámci tímu a aj na príbuzných pacienta,
- v kontakte s pacientom používajú iniciálny kontakt,
- oslovujú pacienta podľa jeho žiadosti,
- deň štruktúrujú v spolupráci s celým tímom odborníkov.

Autorka vyzdvihuje dôležitosť kontinuálnej a systematickej dokumentácie, kde ošetrojúci zaznamenáva reakciu pacienta na stimuláciu, ktoré stimuly pacienta zaťažujú a ktoré nie sú dostatočné, ďalej zlepšovanie pohyblivosti a komunikácie s okolím a iné.

Medzi ciele stimulujúcej starostlivosti patrí napríklad zachovať život a zaistiť vývin, umožniť pacientovi vnímať vlastný život, rozvíjať jeho vlastný rytmus, umožniť mu spoznávať okolitý svet, pomôcť mu nadviazať vzťah a zažiť zmysel a význam vecí alebo vykonávaných činností, poskytnúť mu autonómiu a následne mu pomôcť prevziať zodpovednosť za svoj život (Bienstein, Fröhlich, 2003 in Friedlová, 2006).

Mostom v komunikácii sveta ošetrojúceho a klienta sú dotyky. Ich dôležitosť, kvalita a rozpoznávanie reakcií klienta na rozličné dotyky, je venovaná samostatná kapitola.

K poskytovaniu somatických stimulov sa v rámci bazálnej stimulácie využívajú okrem dotykov, masáže aj kúpele (napr. osviežujúce, ukladňujúce, rozvíjajúce). Vhodné je dotýkať sa pacienta oboma rukami a sledovať jeho telesnú formu tak, aby mu boli poskytnuté informácie o jeho tele. Kúpeľ by sa mal odohrávať v pokojnej a atmosfére, príjemnej teplote, nikým nerušený. Ukladňujúci kúpeľ je indikovaný u nepokojných a hyperaktívnych klientov, u klientov so zvýšeným svalovým tonusom, u ľudí s tachykardiou, s hypertóniou, s poruchami spánku, s bolesťami, v pooperačnej starostlivosti a pri sprevádzaní umierajúcich.

Veľmi zaujímavá je časť venovaná podpore dýchania a podpore vnímania polohovaním. Ide tu o podporu vnímania vlastného dychu, dychovú gymnastiku, nadviazanie komunikácie prostredníctvom podpory dýchania, aj vyjadrenie empatie. Medzi techniky zamerané na podporu dýchania patrí kontaktné dýchanie, kontaktné vibračné dýchanie a masáž stimulujúca dýchanie.

Potreba polohovania pacienta vychádza z faktu, že už po niekoľkých minútach nehybného ležania, dochádza u pacienta k strate pocitu vlastných telesných hraníc a umocňuje jeho dezorientovanosť. Polohovanie má pacientovi pomôcť sprostredkovať informácie o vlastnom tele, umocniť jeho vnímanie a navodiť pocit bezpečia. Ide tu o stimuláciu somatickú aj vestibulárnu. Pri polohovaní sa využíva napríklad poloha múmie pre nepokojných a agresívnych klientov alebo poloha hniezda, ktorá sprostredkováva pocit istoty, bezpečia a umocňuje vnímanie hraníc vlastného tela, napríklad u pacientov po vyšetreniach alebo nepríjemných výkonoch.

Koncept bazálnej stimulácie sa, po období dokazovania a presvedčania, v súčasnosti nachádza vo fáze zavádzania do praxe najmä v oblasti zdravotníctva. Realizujú sa semináre, kurzy, konferencie pre odborníkov z príbuzných profesií a aj recenzovaná učebnica pomáha rozširovať vedomosti zdravotníkov o bazálnej stimulácii. Text učebnice neopravňuje učiteľov ošetrovateľstva aj pre realizáciu praktických seminárov a predvádzanie techník konceptu. Tí zostávajú v rovine teórie. Výcvikovní lektori podliehajú prísny licenčným pravidlám a sú

držiteľmi certifikátu – Praxisbegleiter für Basale Stimulation ® in der Pflege s registračným číslom.

V závere učebnice autorka pripomína dôležitosť neustáleho vzdelávania sa v danej problematike, byť otvoreným k novým poznatkom a snažiť sa o presadenie nových myšlienok v praxi, čo môže byť náročné a bolestivé. Vyjadruje názor, že aj malá zmena v zabehnutej praxi, môže byť základom pre budúci vývoj starostlivosti v koncepte bazálnej stimulácie. Myslím si, že aj z malej zmeny bude profitovať pacient (klient, človek) a to by malo byť hnacím motorom odborníkov (zdravotníkov, pedagógov), ktorým sa recenzovaná publikácia dostane do rúk.

PaedDr. Monika Stupková  
Katedra liečebnej pedagogiky  
PdFUK Bratislava

## Recenzia

**Jaroslava Zeleiová. 2007. Muzikoterapie. Praha : Portál, 2007. 1. vyd. 266 s. ISBN 978-80-7367-237-9.**

Elena Amtmannová

Muzikoterapia (ďalej MT) je dnes spájaná v laickej verejnosti so zjednodušenou predstavou použitia hudby na relaxáciu, niekedy až s ezoterickým nádychom. Odborná verejnosť vie, že hudba na liečebné účely sa používala odpradáva a jej dnešné uplatnenie sa rozširuje súbežne s pokročilými objavmi vo fyzike, genetike, psychológii či fyziológii. Vyjadriť sa o tomto dnešným jazykom a pre dnešných odborníkov bolo výzvou aj pre autorku recenzovanej publikácie.

J. Zeleiová sa venuje téme pôsobenia hudby na človeka už od svojich študentských čias (diplomovou prácou na katedre hudobnej vedy VŠMU, štúdiom klinickej psychológie na FFUK a dizertačnou prácou na HÚ SAV), ale aj praktickým overovaním teoretických poznatkov vo svojej klinickej praxi, vo vyučovaní študentov a v realizovaní množstva workshopov na Slovensku. Je vzácnym vyváženým spojením teoretičky a praktičky zároveň. Svoje názory na liečivé pôsobenie hudby rozdelila do 4 kapitol.

1. kapitola obsahuje prehľad histórie nazerania na muzikoterapiu so zaujímavými opismi rituálneho použitia hudby so štruktúrou procesu využiteľnou aj v dnešnej dobe. Magické, matematické, medicínske aj psychologické pôsobenie hudby autorka odvážne sumarizuje do tabuľky (s. 27), kde poukazuje na ich vzájomné súvislosti až po dnešné využitie MT.

Definície MT zozbierané z krajín celého sveta nenecháva len tak radené vedľa seba, ale ponúka vysvetľujúci komentár a znova sa ukazuje jej systematickosť v tabuľke (s. 41), v ktorej sa pokúša o stanovenie pomerného zastúpenia MT pre využitie v rôznych sférach. Ďalšie delenie smerov v MT približuje v troch hlavných konceptoch a každú dielčiu MT charakterizuje zrozumiteľným jazykom.

2. kapitola sa venuje filozofickému základu, ktorý je vyjadrený hlavne v tretej podkapitole v osobnom koncepte MT (s. 93). Logicky odôvodňuje jednotlivé roviny vnímania, prežívania a spracovávanía hudby, pričom zdôrazňuje potrebu budovania sebaúcty.

3. kapitola pokračuje v hudobno-psychologickom kontexte, kde sa venuje viacerým princípom fungujúcim v procese MT. Dôležité je použitie úryvkov kazuistík, ktorými náležite ilustruje každý z uvedených princípov.

Posledná, 4. kapitola, ukazuje, aké je praktické použitie MT v rôznych druhoch skupinovej improvizácie. Dozvieme sa aj, ako prebiehala reálne uskutočnená skupinová MT s ukázkami niektorých vybraných stretnutí s klientmi.

Každá podkapitola obsahuje krátke zhrnutie, z ktorého si možno vyvodit' prípadné otázky na zamyslenie. V texte je množstvo prehľadných tabuliek s načrtnutými súvislosťami, aj fotografií s hudobnými nástrojmi používanými v procese MT.

Príloha za poslednou kapitolou obsahuje množstvo hier, ktoré možno použiť na dosiahnutie viacerých terapeutických cieľov. Autorka dbala o jednoduché a zrozumiteľné opisy. Týmto doplnkom ponúkla čitateľom kompletnú pomôcku na pochopenie muzikoterapeutického procesu.

Celkový dojem z uvedenej publikácie možno zhrnúť pod označenie: prehľadná, čítavá, podrobná, odborná. Slovenským čitateľom je už známa predloha k tejto publikácii (Muzikoterapia-dialóg s chvením, Bratislava : HU SAV, 2005), no vydavateľstvo Portál je na Slovensku známe vynikajúcimi knihami najmä pre oblasť psychológie a pedagogiky. Teším sa spolu s autorkou, že k nim pribudlo aj toto dielo.

PhDr. Elena Amtmannová, liečebný pedagóg  
Katedra liečebnej pedagogiky  
PdF UK Bratislava

## **Z praxe**

### **SKÚŠKY Z CANISTERAPIE**

Tatiana Mištinová

Je chladný aprílový večer a my sa chystáme na druhý koniec Slovenska, na prvé akreditované školenie, ktoré usporiadal EUROCANIS, kynologický klub Slovensko. Školenie sa koná nad mestom Humenné v nádhernom prírodnom prostredí, ktoré sa najviac pozdáva našim štvornohým priateľom. Aj napriek vzdialenosti sa na školení stretávame s kolegami z celého Slovenska. Je neuveriteľné, koľko vychovávateľov, sociálnych pracovníkov, psychológov a hlavne bežných ľudí, ktorí majú radi prácu so svojimi psíkmi, sa chce venovať ľuďom v núdzi za pomoci štvornohých kamarátov. Pre mňa je to spojenie môjho koníčka so školou, ktorú mám tak rada. Naozaj sa z toho teším, keď vidím, ako sa tieto dve veci pekne prelínajú.

Školenie sa začínalo o pol deviatej ráno po raňajkách. Najprv nás oboznámili s anatómiou psa a chorobami ktoré sa najčastejšie vyskytujú u našich psov. Dostali sme aj informácie ako sa správne starať o šteniatka. O etológii a vývoji psa nás poučil psychológ psov Rudolf Desenský. Jeho prednášky boli obohacujúce nielen z hľadiska nových teoretických poznatkov, ale nám aj poradil, čo robíme zle, a prečo naši psíkovia majú problémy, s ktorými si my nevieme rady. Na začiatku prednášky si vypočul naše príbehy. Chcel vedieť, ako sme k psíkovi prišli, ako dlho sme spolu a čo sme už zažili. Jeho prístup bol kludný a priateľský. Nikdy nezvyšoval hlas a ani sa nehneval. Všetky potýčky ktoré sa pri takom množstve psov vyskytli, riešil s rozvahou a chladnou hlavou. Ako na nás, tak aj na svoje psi, nezvyšoval v žiadnom prípade hlas. Mne neskôr vysvetlil, že ak pri bežnej komunikácii so psom budem zvyšovať hlas, tak pri situáciách, ktoré naozaj budú vyžadovať zvýšenie hlasu, si budem musieť zobrať megafón. Ako liečiteľ nás oboznámil aj so zdravotnými problémami našich miláčikov. Pri svojej práci používal krištály. Vyžarovali zvláštne teplo. Okrem teórie sme sa venovali počas prednášok aj praktickým ukázkam. Oboznámil nás, aký je dôležitý imprinting (vštepovanie) pre šteniatko, aj aká je dôležitá

socializácia šteniatka. Na socializáciu máme čas do 12 – 16 týždňa šteniatka. Ak ju zanedbáme, nastávajú u psa problémy, ktorým sme mohli predísť.

Ďalej sme sa venovali prednáškam z psychológie a neurológie. Prednášala nám psychologička z praxe a neurológ. Lekár nás oboznámil s pôsobením canisterapie na nervový systém človeka-klienta. Na prednáške zo psychológie sme dostali základné informácie o ochoreniach. Boli sme oboznámení, kde sa dá canisterapia uplatniť. Kolegovia z Českej republiky hovorili o canisterapii v Čechách. Dozvedeli sme sa o metódach výcviku psa, ktoré používajú. Preskúšali základnú poslušnosť u psa a poradili nám, ako odstrániť nedostatky. Mgr. Dana Tóthová, šéfredaktorka časopisu "Život so psom" a riaditeľka útulku v Košiciach, mala zaujímavú prednášku o ich činnosti a o vzdelávacej canisterapii. Videla som veľmi účinné metódy vysvetlenia deťom ako psík počúva, ako sa správne priblížiť k cudziemu psíkovi a ako treba zakaždým požiadať o povolenie pohladkať psíka. Tiež ako mu rozumieť a zbytočne sa naňho nehnevať, ak nám nerozumie. Pretože, ak nám psík nerozumie, je to len preto, že sme mu to zle vysvetlili.

Na konci týždňa pred skúškami nás navštívila a poslednú prednášku nám urobila pani Jarmila Virágová z výcvikovej školy pre vodiacich psov. Dozvedeli sme sa informácie o jej škole, aj to, že prvým psom, ktorý pomáhal človeku ako jeho druhé oči, sa volal Bady a bola to sučka vlčiaka.

*Veľmi zaujímavou informáciou bolo ako si správne vybrať vhodného psíka pre pomáhajúcu profesiu. Bolo nám ukázané video, kde sme sa zoznámili s Cambelovým testom. Tento test sa robí v 49 dni života šteniatka. Možná maximálna odchýlka je jeden deň. Šteniatko sa testuje v miestnosti kde ešte nikdy nebolo. Miestnosť má minimálne štyri metre štvorcové a maximálne pätnásť metrov štvorcových. V miestnosti sú rôzne rušivé vplyvy, ktoré šteniatko testujú. Tieto situácie, s ktorými sa stretne, sa bodujú podľa reakcií šteniatka.*

Počas prednášok sme absolvovali aj praktické ukážky. Prišla aj mamička so synom s diagnózou autizmus, ktorému sa venovala Monika so svojím psom Borisom. Bolo úžasné sledovať ako chlapec, ktorý akoby nevníma nič, zrazu volá Borisa. Ide svojím ťarbavým krokom k nemu a chce ho pohladkať. Nakoniec sa mu to podarí a celý šťastný sa Borisovi venuje. Ešte ukážka polohovania. S jedným psom a s dvoma. Tu by sa hodila znalosť fyzioterapie. No ako pri každej terapii, je tu dôležitá spolupráca s celým zdravotníckym tímom. Je potrebné zjednotiť aj dokumentáciu, ktorá je dôležitá. Dostali sme návrhy dokumentácie a tie sme mali preštudovať a následne oboznámiť ostatných o našich návrhoch pre zlepšenie. Ako vždy, nedošli sme k jednoznačnému záveru, lebo aj táto časť canisterapie potrebuje čas a skúšanie v praxi pre dosiahnutie najlepšieho efektu.

Po nabratí novej energie na obede nás čakali obávané skúšky. Skúšajúci boli naozaj prísni. Každý skúšaný bol v miestnosti najmenej hodinu. My s Tami sme sa na rad dostali až o desiatej večer. Boli sme veľmi unavené a Tami bola aj poriadne hladná. Platí totiž zásada, ak psík má ešte pracovať, nesmie jesť. Hrozí totiž pri aktivite torzia žalúdka. Pri zavolaní nášho mena sme sa trochu zľakli. Myslím si, že Tami celý ten čas cítila napätie, ktoré som celý čas cítila ja počas čakania. Každý to predsa pozná pred skúškou. Vošli sme do miestnosti kde sedela porota odborných skúšajúcich pani Jarmila Virágová, Mgr. Dana Tóthová a štatutárny zástupca organizácie Monika Vrančíková. Okrem nich čakali na nás aj figuranti. Táto skúška sa týkala hlavne Tami. Ona bola skúšaná a tak mi kázali iba si sadnúť a nezasahovať. Najprv sa Taminke prihovorili. Počas tohto zvitania Taminku štípali, kmásali za srst' a sledovali, ako bude reagovať. Po chvíli prišli na rad piškóty. Bála som sa, ako to dopadne. Taminka bola naozaj hladná. Ale aj túto situáciu zvládla excelentne. Brala si svoju odmenu aj napriek svojmu hladu jemne a bez pohryzenia. (Je veľmi dôležité ako si pes berie odmenu!) Potom prišli na radu zvuky. Použili plastovú fľašu naplnenú štrkom. Ani si neviete



predstaviť, aký hluk to urobí, ak hodíte fľašu na dlažbu. A čo spravila Tami? Namiesto toho aby sa zľakla, začala fľašu aportovať. Na radu prišli kompenzačné pomôcky, ktoré používajú postihnutí ľudia a následná reakcia psa na ne, napr.: barle, ktoré padli náhodou na psa alebo vedľa neho či invalidný vozík. Pes sa ho nesmie báť. Tami s radosťou naň aj vyskočila a hrala sa s majiteľom vozíka. Ďalej sa išlo hrať na zem. Ide o polohovanie klienta pomocou psa, pričom sa hodnotí, ako psík reaguje na zavalenie klientom. Či vydrží ležať dostatočne dlho, kým na ňom klient leží.

Nakoniec ma pošlú preč, aby sa zistilo, ako reaguje na môj odchod z miestnosti. Ešte skúška, čo sa stane, ak mi Taminku odvedú odo mňa preč. Tami tieto úlohy zvláda bez problémov, len občas na mňa mrkne jedným očkom, či je to naozaj v poriadku, čo sa s ňou deje. Keď sa usmievam, veselo pokračuje ďalej. Dôležitá je pri skúškach aj regeneračná schopnosť zvierat. Ide o čas, za ktorý sa zviera dokáže vrátiť do normálu. Tami ho má našťastie veľmi rýchlo obnoviteľný. Nakoniec nás veľmi pekne vychvália a my sa s úľavou vraciame do našej chalupy. Tami sa konečne naje a okolo polnoci sa unavené poberáme spať. Ešte nie je koniec. Aspoň nie pre mňa. Ja musím na druhý deň napísať vedomostný test a zložiť ústnu skúšku.

Po preverení mojich vedomostí nás čaká odovzdanie certifikátov. Všetci ľudia spravili skúšky. Bohužiaľ, niektorí psíkovia boli buď príliš temperamentní alebo bojazliví na to, aby svoj certifikát získali. My sme však medzi nich nepatrili, a tak sme hrdo držali v rukách a packách svoje osvedčenie. Oficiálne sme ja inštruktorom canisterapie a Tami canisterapeutom. Pre mňa to znamená koniec skúškam, no Tami bude musieť opakovať skúšky každý rok. Psík sa totiž môže počas roka zmeniť. Môže mu niekto ublížiť a on sa potom začne báť a zo strachu útočiť. Preto musí byť psík preskúšaný každý rok. Táto skúška nie je pre ľudí, ktorí radi zbierajú skúšky ako trofeje.

Po odovzdaní prišiel čas lúčiť sa. Odchádzame a odnášame si so sebou veľa nových poznatkov a skúseností, ale aj super zážitky z nočných sedení pri ohníku a grilovaní mäska. Ľudia na východe sú naozaj pohostinní a priateľskí. Urobili pre canisterapiu veľa užitočného a vďaka nim sa hýbeme aj my dopredu. Teším sa na ďalšie školenie a na tých milých a múdrych ľudí, ktorých som tu spoznala. Čaká nás ešte dlhá cesta, ale viem, aký význam má pre ľudí prítomnosť psíka a tak sa budem ďalej snažiť o to, aby sa dostal pojem canisterapia viac do povedomia širokej verejnosti.

Tatiana Mištinová,  
študentka 3. roč. odboru liečebná pedagogika  
PdF UK Bratislava

## Zo zahraničia

### **Kontakty slovenskej a nemeckej psychomotorickej výchovy a terapie** Dominika Hornauf, Stanka Hoffmann

Končiaci sa rok 2007 priniesol ešte viac pohybu do oblasti psychomotorickej terapie a výchovy, ako býva zvykom. Tento rok sme sa dokonca hýbali medzinárodne – ako sa ukázalo na konferencii *Prvé psychomotorické dni – Stretnutia a cesty psychomotoriky na Slovensku*. Konferencia, o ktorej sme referovali v prvom čísle Revue liečebnej pedagogiky sa uskutočnila začiatkom júna v Bratislave. Rozhýbali sa na nej nielen telá účastníkov, ale aj myšlienky, poznatky, motivácia, nadšenie a vzťahy psychomotorických zariadení zo Slovenska, ale i Čiech a Nemecka. Nadviazanie týchto medzinárodných vzťahov môže

prispiet' k rozvoju a obohacovaniu psychomotorickej výchovy a terapie v týchto krajinách. Preto sa musíme snažiť, aby neostalo len pri krásnych zážitkom z konferencie, ale aby nadviazaná spolupráca priniesla ďalšie ovocie.

Konferencia bola súčasne aj vyvrcholením medzinárodného projektu, ktorý sa uskutočnil v akademickom roku 2006/2007 (prebiehal v oboch semestroch) a bol začiatkom pre nadviazanie vzťahov, hlavne medzi odborníkmi v slovenskej a nemeckej psychomotorickej výchove a terapii.

Na projekte sa podieľala Katedra liečebnej pedagogiky UK, Fakulta Telesnej Výchovy a Športu UK a Hochschule Darmstadt, Odbor sociálnych vied a sociálnej práce.

Zámerom projektu bolo umožniť študentom KLP a FTVŠ uplatnenie poznatkov z oblasti psychomotoriky v praxi, ako aj oboznámenie sa so súčasnými smermi a vývojom psychomotorickej výchovy a terapie v európskom regióne, predovšetkým v Nemecku.

Hlavnými iniciátorkami a organizátorkami projektu boli PaedDr. Magdaléna Szabová, ktorá sa zaoberá psychomotorickou výchovou a terapiou na Katedre liečebnej pedagogiky, Dipl.-Sozialpäd. (FH) Stanka Hoffmann a Dipl.-Sozialpäd. (FH) Dominika Hornauf, absolventky Odboru sociálnych vied a sociálnej práce (H-Darmstadt) s výcvikom v psychomotorickej výchove a terapii. D. Hornauf a S. Hoffmann uskutočnili projekt v rámci ročného programu pre získanie štátneho uznania sociálnych pedagógov v Nemecku, ktorý po ukončení štúdia diplomovou prácou a skúškou nasleduje ako samostatná výcviková fáza. V rámci jedného roku majú „novopečení“ pedagógovia možnosť získať skúsenosti v inštitúcii, s ktorou uzavreli pracovný pomer, pričom sa raz do týždňa zúčastňujú supervíznych stretnutí na vysokej škole a v každom semestri im je poskytnutý týždňový vzdelávací program. Rok pre získanie štátneho uznania je ukončený Kolloquiom – písomnou prácou a štátnou záverečnou skúškou.

Silná podpora pre uskutočnenie projektu, možnosť supervízie a konzultácií bola poskytnutá zo strany Odboru sociálnych vied a sociálnej práce v Darmstade. V tomto rámci projekt po odbornej stránke sprevádzala Prof. Dr. Päd. Amara Eckert.

Spomínaný odbor popri štúdiu sociálnej pedagogiky a sociálnej práce ponúka študentom možnosť získať výcvik v psychomotorickej výchove a terapii, ktorý trvá približne tri roky a zahŕňa 500 teoretických a praktických hodín v rozličných oblastiach psychomotorickej výchovy a terapie. Okrem iného zahŕňa prácu s rozličnými vekovými skupinami v oblasti prevencie a terapie, psychomotorické aktivity s ľuďmi s telesným alebo mentálnym postihnutím, integratívnu psychomotoriku, prevenciu proti násiliu atď. Prax absolvujú účastníci v rozličných zariadeniach, v ktorých samostatne, individuálne alebo v skupinách psychomotoricky sprevádzajú klientov minimálne počas jedného roka.

Podľa tohto modelu mali študenti Katedry liečebnej pedagogiky PdF UK v skrátenej podobe počas dvoch semestrov možnosť zúčastniť sa teoretických prednášok a blokových seminárov prepojených s praktickými cvičeniami k psychomotorickej výchove a terapii. Praktická časť projektu sa sústredila na prácu s deťmi. Študenti mali predovšetkým pod vedením lektoriek S. Hoffmann a D. Hornauf získať praktické skúsenosti v psychomotorickom sprevádzaní vývinu detí navštevujúcich ZŠ, osvojiť si prípravu, plánovanie, vedenie a reflexiu psychomotorických hodín.

Do projektu sa zapojili dve základné školy v Bratislave – ZŠ Mudroňova, na ktorej bolo ťažisko v oblasti výchovnej a preventívnej a ZŠ Jelenia, kde študenti uplatňovali i prvky psychomotorickej terapie.

Na ZŠ Mudroňova boli cieľovou skupinou deti dvoch tried prvého a dvoch tried druhého ročníka, pre ktoré bola psychomotorika jedenkrát do týždňa integrovaná do vyučovania telesnej výchovy. Na tejto ZŠ sa so študentami FTVŠ pracovalo s celými triedami

predovšetkým podľa teoretického smeru orientovaného na dieťa podľa ZIMMER (pozri bližšie ZIMMER 2004, 2006).

Na ZŠ Jelenia bolo vytvorených deväť skupín po tri až osem detí s rozličnými vývinovými poruchami správania a učenia sa. Na tejto ZŠ ponúkali študenti KLP pod vedením lektoriek deťom jedenkrát týždenne intervenciu vo forme psychomotorického sprevádzania vývinu na základe teoretického smeru orientovaného na dieťa (ZIMMER). Postupom času však prevažoval smer orientovaný na pochopenie zmyslu podľa SEEWALD (2007), ale aj ECKERT (2004), FICHTNER (2000) a DÖRING/ DÖRING (2002).

Študenti veľmi ocenili možnosť uplatniť teoretické vedomosti v praxi, ktorá je častokrát veľmi odlišná od ideálnych predstáv v rámci štúdia. Samotné deti boli projektom nadšené, keďže celý program bol orientovaný podľa ich potrieb a prianí. V mnohých skupinkách bol utvorený priestor pre rozvinutie vývinových procesov v rámci skupiny ako i u jednotlivcov. Vplyv takéhoto programu na vývin detí je ale jasne ohraničený obmedzenou možnosťou pracovať i s prostredím detí, hlavne s rodinami.

Projekt priniesol nielen nové skúsenosti pre študentov, ale i možnosti ďalšej spolupráce medzi KLP a Odborom sociálnych vied a sociálnej práce Hochschule Darmstadt. Medzi katedrou a odborom boli podpísané Erasmus dohody o vzájomnej spolupráci, ktoré majú predovšetkým študujúcim poskytnúť možnosť výmenných pobytov.

Pri rekapitulácii priebehu projektu vyjadrili vyučujúci Odboru sociálnych vied a sociálnej práce veľké uznanie a spokojnosť s jeho výsledkami. Pani Prof. Eckert bola nadšená výstupom študentov na hore spomínanej konferencii, pri ktorom zhrnuli novozískané teoretické poznatky a prezentovali ich praktickú prácu s deťmi. I ďalšie príspevky k vývoju, výučbe, rozširovaniu psychomotoriky a k jej uplatneniu v praxi veľmi zaujali referujúcich z Nemecka. Pani Prof. Eckert, ale i pani Dr. Groterath, ktorá je zodpovedná za internacionalizáciu a medzinárodnú spoluprácu na Odbore sociálnych vied a sociálnej práce sa chcú s veľkým nadšením angažovať pri rozvíjaní vzťahov so Slovenskom a s Katedrou liečebnej Pedagogiky. Dôvodom nie je len silnejúca vlna internacionalizácie v SRN (východná Európa je momentálne veľmi populárna z hľadiska medzinárodnej spolupráce), ale i presvedčenie nemeckých pedagógov/-ičiek, že ďalšia spolupráca s KLP by bola pre ich odbor veľmi zaujímavou a prínosnou, pričom by ich študenti mohli profitovať z možnosti získavať nové skúsenosti v rámci výmenných pobytov na katedre.

Najintenzívnejšou skúsenosťou z projektu a konferencie bol zážitok, ako medzi nami v pohybe smerom k sebe, v záujme o prácu iných a vcítení sa do druhého mizli hranice a stali sa len čiarami na mape. Atmosféra tohto medzinárodného stretnutia bola nasiaknutá nadšením pre myšlienku podpory a sprevádzania vývinu osobnosti človeka cez niečo tak prirodzené ako je pohyb a ľudský vzťah. Prežívali sme, že nejde „len“ presadzovanie a ukotvovanie základného princípu psychomotorickej výchovy a terapie na teoretickej alebo akademickej úrovni, ale že celý projekt a konferencia umožnila vnímať odlišnosti nie ako rozdiely, ale ako veľkú šancu pre vzájomné obohatenie.

### **Literatúra:**

**DOERING, Waltraut/DOERING, Winfried:** *Entwicklungsbegleitung DOERING. Theorie und Praxis einer Haltung.* Bremen 2002.

**ECKERT, Amara: Renate:** *Menschen psychomotorisch verstehen und begleiten. Der Mensch im Zentrum.* Lemgo 2004, (s. 59-74).

**FICHTNER, Gerhard:** *Vom Leistungssport zum Doppelmord. (Leidens-) Geschichte aus der Genese eines Psychomotorikers.* WENDLER, Michael/IRMISCHER, Tilo/HAMMER, Richard (Vyd.): *Psychomotorik im Wandel.* Lemgo 2000, s. 65-76.

*SEEWALD, Jürgen: Der Verstehende Ansatz in Psychomotorik und Motologie. München 2007.*

*ZIMMER, Renate: Handbuch der Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis. Freiburg im Breisgau 2004 (16. vydanie).*

*ZIMMER, Renate: Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern. Freiburg im Breisgau 2006 (8. vydanie).*

Dipl.-Sozialpäd. (FH) Dominika Hornauf a Dipl. Sozialpäd. (FH) Stanka Hoffmann,  
absolventky Odboru sociálnych vied a sociálnej práce (H-Darmstadt)  
s výcvikom v psychomotorickej výchove a terapii

## O podujatiach

### Arteterapeutická Konferencia v Taline

Zuzana Krčmáriková

Tento rok som mala po prvý raz možnosť zúčastniť sa v dňoch 19.-22. septembra veľkej medzinárodnej konferencie o Arteterapii v hlavnom meste Estónska, Taline, na Talinskej Univerzite. Dlhú som zvažovala či ísť, alebo nie. Predsa len letenku a náklady okolo konferencie som si musela hradiť sama. Jedného dňa som však bola presvedčená, že je to šanca. Obrovská šanca získať skúsenosti. Ako odborné, tak profesijné i ľudské. Len konferenčný poplatok pre študenta bol 135 až 200 Euro a pre neštudenta až 400 Euro. Ak je však účastník členom organizácie, alebo inštitúcie, ktorá je v ECARTE má účasť zdarma, prípadne s výraznou zľavou. Inštitúcia totiž platí ECARTE členský poplatok a tým pokrýva náklady (počet účastníkov z danej inštitúcie nie je rozhodujúci). Účastníci si sami zabezpečujú bývanie i stravu mimo konferenciu. Na konferencii bola celodenná strava a občerstvenie zabezpečené vo forme švédskych stolov (vegetariáni a nevegetariáni). Pri registrácii sme dostali okrem iných aj adresy a ceny možného ubytovania. Dalo sa zabezpečiť i dopredu, cez internet, počas vypisovania prihlášky. Túto investíciu však neľutujem. Videla som zaujímavú krajinu, stretla zaujímavých ľudí a celkovo som rástla. Bol to pre mňa skutočne nevšedný zážitok v mnohých smeroch, o ktorý by som sa rada podelila. Konferencia sa konala po 9.raz. Koná sa každé dva roky, vždy v inom štáte. Organizuje ju medzinárodná organizácia ECARTE (European Consortium for Arts Therapies Education). Venujú sa arteterapii v jej širšom ponímaní, ako terapie umením vo všeobecnosti. Teda nielen výtvarným umením, ale zastrešuje i muzikoterapiu, dramatoterapiu, psychomotorickú terapiu, fototerapiu, biblioterapiu..... Vystúpili tu nielen terapeuti, ale i umelci, psychológovia, lekári i nadšenci z iných odborov. Členskými inštitúciami, ktoré sú súčasťou tejto medzinárodnej organizácie sú najčastejšie Univerzity z Belgicka, Chorvátska, Estónska, Fínska, Francúzska, Nemecka, Írska, Holandska, Poľska, Ruska, Slovinska, Španielska, Švédska a Veľkej Británie. Na samotnej konferencii sa zúčastnili i zástupcovia s krajín, ktoré ešte nie členmi ECARTE a to z Talianska, Izraela, USA, Čiech, Slovenska, Litvy, Lotyšska, Rakúska, Grécka, Brazílie, Austrálie a Japonska. V prvom rade ma zaujala úroveň na akej je vzdelávanie v Estónsku a Univerzita, na pôde ktorej sa konferencia konala. Už samotná organizácia a jazykové zvládnutie ma veľmi milo prekvapili. Okrem Konferenčného organizačného (veľmi prehľadného) bloku, sme dostali všetky informácie o Taline (mapa mesta, zoznam pamätihodností, múzeí, kaviarní.....), o Talinskej Univerzite a ECARTE. Druhým prekvapením bolo množstvo zúčastnených krajín, a samotných účastníkov. Z niektorých krajín sa zúčastnilo až 20 odborníkov, alebo študentov. Niektoré krajiny mali len jedného alebo dvoch účastníkov. Zo Slovenska som mala tú

možnosť zúčastniť sa tejto konferencie spolu s Doc. PhDr. Jaroslavou Šickovou-Fabrici, PhD., akad. soch., ktorá aktívne vystúpila so svojim príspevkom „Spiritual-ecological concept of art therapy in Slovakia, v sekcii Ecological aspects of art therapy – nature as a healing force. V tejto sekcii vystúpila i Suzie Cahn z Írska. Obe odborníčky, napriek tomu, že sa dovtedy nikdy nestretli a nepoznali svoju prácu, dospeli vo svojich príspevkoch a práci k podobným výsledkom.

Konferencia bola rozdelená do štyroch dní. Každý deň bol rozdelený do tematických blokov. Každý deň prebiehal i blok workshopov a panelových prezentácií. Každý z účastníkov si mohol vybrať presne to, čo ho zaujíma a celý obsah konferencie si mohol tematicky a podľa zamerania rozplánovať v konferenčnom plánovacom zošite, ktorý dostal na úvod každý účastník. Vyhľadávali sme workshopy a tematické bloky zamerané na Arteterapiu v jej užšom ponímaní.

V prvý deň prebiehal otvárací ceremoniál, kde sa predstavili všetky zúčastnené krajiny. Oficiálne nás privítali prezident ECArTE, estónska ministerka kultúry, zástupca vedenia fakulty. Vo svojom vystúpení sa nám predstavil spevácky zbor a estónsky folklór s tanečným vystúpením, do ktorého zapojili i účastníkov konferencie. Predstavili nám príbeh o svojom národnom hrdinovi.

Na úvod nasledujúceho dňa bolo skutočným skvostom vystúpenie Malcolma Rossa z Veľkej Británie, ktorý vtipne i vážne hovoril o svojej práci s učiteľmi. Ďalším zážitkom a zaujímavou skúsenosťou bolo stretnutie s nevšednou dámou, pionierkou arteterapie v USA, pani Dr. Judith Rubin, ktorá nám predstavila svoju prezentáciu arteterapie. Bol to zozrieh práce arteterapeutov z celého sveta. Príspevky sa líšili nielen svojim obsahom, predstavením a zameraním ale i prezentáciou. Niektorí predstavili svoj výskum, iní konkrétny štýl svojej práce a jeho možnosti, ďalší sa zamerali skôr na všeobecné informácie o danej téme. Celkovú úroveň konferencie by som zhodnotila ako veľmi vysokú, čo sa týka príspevkov samotných, účasti i samotnej organizácie. Aj príspevok Doc. PhDr. Jaroslavy Šickovej-Fabrici, PhD., akad. soch. patril k tým kvalitnejším, s veľmi pozitívnym ohlasom sa stretla aj jej kniha Basic Arteterapy .

Účasťou na konferencii sme získali nielen nové informácie a poznatky o štúdiu a aplikácii arteterapie vo svete, kde má svoje miesto ako samostatný odbor, zastrešený silnou medzinárodnou odbornou organizáciou, ale i nové kontakty.

Domnievame sa, že i pre našu univerzitu by bolo prínosným krokom, stať sa súčasťou ECArTE.

I napriek tomu, že táto konferencia ma niečo stála, som neskutočne rada, že som sa rozhodla na ňu ísť. Je to skúsenosť na nezaplatenie, rovnako ako možnosť získania nových informácií a dôležitých kontaktov s odborníkmi takmer z celého sveta. O dva alebo o štyri roky má ECArTE v pláne uskutočniť túto konferenciu v Českej republike, čo bude pre nás veľmi zaujímavé a podstatne dostupnejšie. Takže dúfam, že sa tam stretne.

Mgr. Zuzana Krčmáriková  
Zariadenie sociálnych služieb Senica, n.o.  
Štefánikova 1598/11B, 905 01 Senica

## **Liečbopedagogické dni 2007**

Elena Amtmannová

Tak sme sa zase raz stretli...

Že kde? No predsa na Liečebnopedagogických dňoch 2007!

Ale, poporiadku. Niektorí členovia katedry liečebnej pedagogiky sa "pochlapili" (organizáciu zvládli najmä ženy) a zabezpečili, zorganizovali, oslovili, napísali, vybavili, zmenežovali, opravili, upravili, ale aj povedali a urobili to tak, že v dňoch 11. a 12. októbra 2007 sa na pôde Ministerstva zdravotníctva uskutočnila medzinárodná konferencia na tému "Zdravie detí - výzva pre všetkých".

Program bol bohatý a veru aj naplnený. Začínala M. Horňáková, ktorá privítala hostí a účastníkov.

A. Liptáková prehovorila k účastníkom za Ministerstvo zdravotníctva (spoluorganizátor) o "Národnom programe zdravia pre deti".

Po nej znovu hovorila aj M. Horňáková, pretože pomáhala tlmočiť nosný príspevok nemeckého terapeuta Felix- Ruediger Lorenz-a. Jeho téma "Vývin dieťaťa a zdravie z pohľadu salutogenézy" mala všetkých uviesť do jadra úvah, ktoré zdôraznili v zdravom vývine dieťaťa najmä úlohu rodičov.

Pokračovali sme príspevkami N. Komrskovej "Supervízia pre unavených",

J. Špánikovej "Liečenie rodiny cez rituály a tradície",

T. Kardos "Súčasný prístup v práci s rodinou v rámci včasnej intervencie" a

J. Šickovej "Prevenencia porúch duševného zdravia detí prostredníctvom umenia".

F. Klein ešte upozornil na publikácie Liečebná výchova I a II a bola nutná prestávka na posilnenie tela a uvoľnenie mysle.

Poobedňajší program pokračoval v nemčine (tlmočila znovu M. Horňáková) príspevkom Ch. Lorenz (-ovej) "Múdrosť humoru" a potom v slovenčine bez tlmočenia, ale v podobnej téme príspevkom

K. Majzlanovej "Humor v biblioterapii u detí".

Po tomto príspevku sa účastníci rozdelili na tých, čo chceli diskutovať k uvedeným príspevkom o salutogenéze (odišli do inej rokovacej sály) a na tých ktorí pokračovali v programe príspevkom

H. Košalovej "Tanečná terapia, metódy Marie Fux" (skúsenosti z výcviku v tanečnej terapii v Taliansku) a

N. Komrskovej "Muzikoterapia u detí s DMO" (dokumentované videom a fotografiami).

Pre členov PRO LP Asociácie liečebných pedagógov nasledovala členská schôdza, ostatní účastníci odišli a tešili sa na pokračovanie odborných príspevkov na druhý deň.

V piatok 12. 10. 2007 sa program začal príspevkom V. Dieškovej "Psychologická podpora rodičov a detí s cystickou fibrózou" (o systemickej konštelácii), pokračovalo sa v nemčine s tlmočením pre

I. Wintgen "Sprevádzanie detí s traumou".

Už po slovensky zneli príspevky K. Trojanovej "Prevenencia psychických ochorení u detí",

M. Hochelovej "Kedy som stretla svoje dieťa",

J. Slezákovéj "V čom je rola chronicky chorého a zdravotne oslabeného dieťaťa výnimočná a problematická",

H. Živného "Kontexty výchovy a terapie v problematike závislostí od psychoaktívnych látok"(vyjasňovanie pojmov).

Autorky L. Zaťková-E. Červeňanská opísali "Životný štýl detí a mládeže z rizikového prostredia" (práca v nízkoprahovom klube),

B. Vodičková uviedla "Dve prípadové štúdie - Komu nie je do smiechu".

Po obedňajšej prestávke sa ešte dokázali sústrediť prispievatelia aj účastníci na zvyšné 3 príspevky a to od

B. Kováčovej "Podoby terapeutickéj bábky pri podpore zdravia detí",  
M. Králikovej "Rozvíjanie sociálnych kompetencií dieťaťa s autizmom v predškolskom veku"

a

O. Rajecovej "Jeden deň u detí s autizmom v špeciálnej škole".

Okrem odborných príspevkov sa uskutočnil v priestoroch konania konferencie aj predaj kníh súvisiacich s liečebnou pedagogikou, bola možnosť zaplatiť členské príspevky do OZ PRO LP a informovať sa o ďalších plánoch tohoto združenia. Neformálne debaty priniesli tiež svoj úžitok. Najviac podnetov pre ďalšiu prácu na poli liečebnej pedagogiky si odniesli organizátori a účastníci zo vzájomnej výmeny názorov v kuloároch a v zamyslení nad odoznenými príspevkami.

Ja ako účastníčka tejto konferencie musím oceniť kvalitný výkon organizátoriek (M. Horňáková, B. Vodičková, M. Stupková,,,), lebo okrem vhodných priestorov konania konferencie nechýbalo ani drobné občerstvenie a možnosť obedovať v budove konferencie. Dobrou voľbou bolo aj oslovenie iných odborníkov (profesie prispievateľov boli okrem liečebných pedagógov, aj psychológovia, lekári, umelci...), takže téma zdravia detí bola prebraná z viacerých uhlov pohľadu. Kladom konferencie bolo aj to, že sa ukázala dobre rozvíjajúca zahraničná spolupráca, najmä s nemecky hovoriacimi odborníkmi. Nedostatky si treba tiež pripúšťať a poučiť sa z nich, preto medzi ne možno zaradiť málo vyhradeného času na diskusiu. Publikum sa síce pomaly "rozbieha" v kladení otázok alebo uvádzaní pripomienok, no našlo by sa ich viac, keby mali na to časový priestor. Trvalým nedostatkom sa javí aj slabá spätná väzba o návrhoch na vzájomnú spoluprácu medzi liečebnými pedagógmi v praxi. Predpokladám, že po Slovensku ich je už dost, a že vďaka internetu by sa dalo viac vzájomne komunikovať - len treba chcieť.

Ešte raz veľá vďaka všetkým, ktorí boli, videli a tešia sa na budúce LP dni. Ich termín sa dozviete na našej internetovej stránke. Dovidenia!

PhDr. Elena Amtmannová  
Univerzita Komenského  
Pedagogická fakulta  
Katedra liečebnej pedagogiky

## Rozhovor

### Hipoterapia na Čiernej Vode

Andrej Vráblik

*Rozhovor s Boženou Borgulovou, ktorá vedie hipoterapeutické centrum HIPONY so sídlom na Nobelovej ulici 18. Koňom sa venuje už od svojich desiatich rokov. S hipoterapiou začala od roku 1998. Terapie sa uskutočňujú v areáli jazdeckého klubu Elán Čierna Voda.*

**Začiatkom tohto školského roku sa vo Vašom centre konala zaujímavá akcia. Deti s rôznymi problémami jazdili v maskách na koníkoch a cvičili pri tom rôzne cviky. Aké to bolo podujatie?**

Išlo o vyvrcholenie veľmi zaujímavého niekoľkomesačného projektu s názvom „Pomáhaj mi koníček, hľadať si svoj koníček“, ktorý sa uskutočnil za finančnej podpory Všeobecnej úverovej banky v Bratislave. Cieľom projektu bolo pomocou špecializovanej práce s koňmi – hipoterapie, pomôcť deťom nájsť si nejakú záujmovú aktivitu s reálnym významom, ktorá má zároveň pomôcť zlepšiť ich problémy a zdravotný stav. Počas projektu sa deti učili poznávať

kone, ich správanie, učili sa na koni jazdiť a cvičiť, aby na záver, na karnevale mohli predviesť svoje pokroky.

### **Na akom princípe vlastne funguje hipoterapia?**

Ako samotný názov napovedá hipoterapia využíva jedinečné vlastnosti koňa na ovplyvnenie fyzických, psychických, sociálnych a iných problémov ľudí, v mojom prípade hlavne detí. Ide teda o komplexné pôsobenie na klienta, kde sa špecializovanými cvičeniami môžeme zamerať na jednu konkrétnu oblasť. Pri hipoterapii sa využívajú rozličné cvičenia, aktivity a hry na koni aj mimo neho.

### **Táto liečebná metóda je známa svojimi priaznivými účinkami hlavne u klientov s ochoreniami pohybového ústrojenstva. Ako dlho sa ňou zaoberáš a aké máš výsledky?**



Hipoterapii sa aktívne venujem približne 10 rokov. Výsledky tejto terapie závisia od viacerých faktorov: je to najmä diagnóza a stupeň postihnutia dieťaťa, rovnako aj frekvencia s akou klienti terapie navštevujú a samozrejme aj vek, kedy dieťa s terapiou začne a ako dlho na terapiu chodí. Na základe uvedených faktorov sa úspešnosť hipoterapie u nás pohybuje od 30-90%. Vo všeobecnosti možno konštatovať, že čím skôr sa s terapiou začne a čím pravidelnejšie sa terapia navštevuje, tým je efekt výraznejší a dlhodobejší. Ideálne však 3-4 krát týždenne. Samozrejme hipoterapia

však nie je všeliek a jej vhodnosť pri rôznych problémoch treba odborne posúdiť.

### **Ak sa niekto rozhodne pre hipoterapiu, je nejaký postup, ktorý určí či je preňho vhodná? Aké sú jej indikácie a kontraindikácie?**

Posúdenie vhodnosti spočíva na pleciach odborníka – je ním rehabilitačný lekár, pri telesných postihnutiach a psychológ alebo psychiater pri psychických problémoch. Odborník vo svojom posudku zdôrazní problémovú oblasť, na ktorú sa terapia má zameriavať, zároveň upozorní na možné komplikácie, ktoré treba brať do úvahy.

Stručne možno povedať, že hipoterapie je vhodná pri rozličných ortopedických ochoreniach



(skoliózy, chybné držanie tela, svalová dysbalancia, poruchy koordinácie pohybu a držania tela, poúrazové stavy..), neurologických ochoreniach (detská mozgová obrna, skleróza multiplex,...), vtedy hovoríme o HIPOREHABILITÁЦИИ, rovnako je vhodná aj pri mentálnych postihnutiach, poruchách správania, učenia, vnímania a komunikácie, vtedy hovoríme o PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKOM JAZDENÍ. Ak sa pracuje s pacientmi s psychiatrickými



ochoreniami ide o PSYCHOTERAPEUTICKÉ JAZDENIE, SOCIÁLNO-PEDAGOGICKÉ JAZDENIE sa venuje sociálnej problematike jednotlivcov, rodín alebo skupín.

Kontraindikácie sú rovnako na posúdení odborníka a sú individuálne pre každého jednotlivca na základe typu ochorenia a posúdenia celkového zdravotného stavu klienta. To čo je kontraindikácia pre jedného pre iného byť nemusí. Medzi základné kontraindikácie patria napr. akútne, horúčnaté stavy, alergie, ekzémy, akékoľvek ochorenie, ktoré sa vplyvom jazdenia na koni zhoršuje, poranenia, medikácie výrazne tlmiace pozornosť a reakcie klienta, a pod.

### **Môžeš nám prezradiť niečo o tom s akými rôznymi diagnózami klientov sa pri terapiách stretávaš? Pri akých diagnózach je táto metóda najúspešnejšia?**

Celkom jednoznačne je veľmi ťažké povedať, ktorá diagnóza je najčastejšia. Väčšinou ide o kombinované psychosomatické a senzomotorické postihnutia. Často k nám chodia deti s chybným držaním tela, skoliózou, poruchami správania – agresívne, hyperaktívne deti, deti nesmelé, deti s poruchami koncentrácie a vnímania. Nezriedka sú to aj deti s autistickými problémami, downovým syndrómom a detskou mozgovou obrnou. V poslednom čase je však stále viac detí trpiacich nadmerným stresom alebo s presne neurčenou diagnózou hodnotenou ako nerovnomerný psychomotorický vývin.

### **Kedy je ideálny vek príp. veková hranica na začatie hippoterapie?**

Ideálne je začať pri zistení problémov čo najskôr, u každého dieťaťa je to však individuálne. Najdôležitejšiu rolu zohráva tolerancia koňa a jeho pohybu dieťaťom dostatočne dlhú dobu. V podstate možno začať už v 6. mesiacoch veku dieťaťa s hiporehabilitáciou až v 2 – 2.5 roku s pedagogicko-psychologickým jazdením.

### **Koľko ľudí je prítomných pri terapiách a čo musia títo odborníci ovládať?**

Pri terapii je prítomný terapeut, ktorý terapiu odborne vedie, pracuje s klientom podľa terapeutického plánu a zodpovedá za celý hipoterapeutický tím. Druhým je vodič koňa, ktorý zodpovedá za vedenie a výcvik koňa počas terapie. V prípade potreby je prítomný jeden alebo viacerí pomocníci, ktorí poznajú základné pravidlá bezpečnosti pri práci s koňmi a postihnutými klientmi a konajú na základe inštrukcií terapeuta. Samozrejme najdôležitejším členom tímu je špeciálne vycvičený kôň s postrojom vhodným k určenému druhu terapie.

### **Mohla by si nám trochu priblížiť aké pocity prežíva klient sediaci na koni?**

Kôň je jediné jazdecké zviera na Zemi, ktoré pohybom svojho chrbta vyvoláva u jazdca pohyb panvy takmer totožný s pohybom panvy zdravého kráčajúceho človeka. Jednoducho povedané klient sediaci na koni sa hýbe akoby sám kráčal, navyše s minimálnym výdajom energie, pocitom tepla (pretože kôň má trochu vyššiu telesnú teplotu ako človek) a oveľa lepším výhľadom. Pre deti je však dôležitý aj iný pocit, ktorý hodnotia slovami



„je ako mama, lebo ma hojdá a nesie“. Pohyb chrbta koňa prebieha v troch rovinách: prevládajúci predozadný, nasleduje pravotočivý a rotačný okolo pozdĺžnej osi.

## **Aká je priemerná dĺžka terapie a jej frekvencia aby bola čo najúspešnejšia? Platí aj tu pravidlo čím častejšie, tým lepšie, alebo sú tu nejaké limity?**

Dĺžka jednej individuálnej terapie je od 15-30 min, vhodné je chodiť 2-4 krát týždenne. Podľa odborníkov sa uvádza minimálne 2. mesačná doba, kedy je možné vhodnosť terapie u klienta posúdiť, ale je to veľmi individuálne. U niektorých detí je možné pozitívny efekt pozorovať už po dvoch týždňoch, pri ťažších typoch postihnutia sa hovorí aj o niekoľkoročnej potrebe navštevovania terapií. Niekedy je však vhodné po určitej dobe napr. u malých detí po pol roku sériu terapií prerušiť na mesiac až dva a umožniť tak nervovej sústave dieťaťa prijaté podnety v klude spracovať a potom opätovne pokračovať v terapii. Terapiu je vhodné redukovať prípadne prerušiť aj v prípade ak motivácia dieťaťa k jazdeniu výrazne klesá, prípadne vzniká nekontrolovateľná závislosť.

## **Môžeš nám povedať niečo o štruktúre a priebehu terapie?**

Terapia sa začína úvodnými „zahrievaním“, kedy sa dieťa na koni vezie a terapeut sa ho komunikáciou snaží naladiť a pripraviť na nasledujúcu terapiu. Potom nasledujú cvičenia, úlohy alebo hry postupne od ľahších k náročnejším, striedané chvílkami na relax alebo odpočinok, podľa vnímania a schopností dieťaťa. Úlohy a cvičenia určuje terapeut v spolupráci s dieťaťom. Sú stanovené individuálne pre jednotlivé deti. Tieto úlohy sledujú terapeutický plán, ktorý vypracuje terapeut na základe zdravotného stavu dieťaťa a jednotlivých cieľov, ktoré sa snaží dosiahnuť. Na záver terapie terapeut znovu pripraví dieťa na to, že sa bude končiť a z koňa sa zosadne. Na rozlúčku môže dať dieťaťu koňovi odmenu za dobrú jazdu.

## **Animoterapia zaznamenáva v súčasnosti veľký rozmach, ľudia akoby zistili že toto je spôsob akým sa dá veľmi nenásilne terapeuticky pôsobiť hlavne na deti. Akú úlohu pri terapiách zohráva psychika dieťaťa, príp. ako sa dá počas terapie priaznivo ovplyvňovať?**

Samotný fakt jazdenia na koni je pre deti tak motivujúci, že dieťa si terapeutické pôsobenie vôbec neuvedomuje. Deti na koni radi jazdia a chcú sa neustále zlepšovať, terapeut im v tom len pomáha. Aby dieťa mohlo s koňom vhodnou formou komunikovať a zadávať mu povely, musí sa naučiť dodržiavať rovnaké pravidlá, ktoré rešpektuje kôň. To, že sa tieto činnosti naučí, je preň odmenou.

Niektoré deti viac ako samotné zviera motivuje schopnosť niečo nové sa naučiť, niečo nové dokázať, byť lepší v porovnaní s ostatnými a častokrát „urobiť niečo sám, bez pomoci druhých“.

## **Akou formou sa pracuje s deťmi s poruchami pozornosti, hyperaktivitou?**

Keďže kôň je živé zviera a v jednaní pomerne nezávislé, dieťa rýchlo zistí, že sa nikdy nedá poriadne pred-pokladať, čo sa stane. Pri jazde na koni sa pohybom chrbta neustále mení



ťažisko dieťaťa. To musí na tieto zmeny reagovať, aby nespadlo. Ak dieťa získa istotu na koni v kroku, vyžadujú sa po ňom náročnejšie situácie ako cvičenie na kráčajúcom koni, alebo klus a cval. Pri samo-statnom ovládaní koňa je

situácia ešte zložitejšia, pretože dieťa nekontroluje len svoje telo a svojho koňa, musí vnímať aj okolitú situáciu na jazdiarni.

**Klienti s najťažšími formami DMO bez schopnosti pohybu zažívajú pocity aké sú pri chôdzi až prostredníctvom koňa. Ako sa pracuje s klientmi, ktorí nie sú schopní zaujať korektný sed a na koni sa neudržia?**

Takéto deti jazdia na koni v ľahu na bruchu alebo chrbte, v smere pohybu alebo proti smeru pohybu koňa. Ich poloha sa vlastne odvíja od vývinovej fázy, v ktorej sa dieťa akurát nachádza. Dieťa, ktoré sa akurát plazí a začína štvornožkovať, jazdí najmä v ľahu na brušku s oporou o lakty, postupne o vystreté ruky až sa polohuje do polovičného kľaku a normálneho kľaku s oporou vystretých rúk.



**Aký účinok majú tieto terapie na deti s autizmom?**

Okrem pravidelnej fyzickej aktivity pre tieto deti sa hipoterapia zameriava na podporenie komunikácie a pochopenie jednotlivých povelov. Základom je zistiť vhodnú motiváciu pre to-ktoré dieťa. Ak dieťa na koni rado kluše a cvála, za vykonanie určitej činnosti alebo cviku dostane za odmenu klus či cval. Náročnosť sa postupne zvyšuje, vyžadujú sa náročnejšie cviky alebo súbory cvikov, rovnako povelové sú zložitejšie. Pohyb koňa a „nerovnomernosť“ situácie si sama vyžaduje reakciu dieťaťa a niekedy doslova vynucuje motorickú alebo inú odpoveď, hlavne v prípadoch, keď sa dieťa uzatvára do seba.

**Aké akcie okrem samotných terapií ešte ponúkate?**

Okrem terapií s klientmi s rozličnými problémami sa venujeme aj zdravým deťom, ide o formu psychomotorických hier s koňom, ktoré sú určené najmä deťom v predškolskom veku alebo mladším školákam. Pre telesne a zdravotne postihnuté deti so záujmom o športové jazdenie ponúkame paravoltážne, paradrezúrne jazdenie a špeciálne terapeutické jazdenie. V týchto disciplínach každoročne usporadúvame niekoľko pretekov. Pre tých, ktorí s koníkmi ešte len začínajú sú určené podujatia ako Karneval, Nedeľné stretnutia s hipoterapiou, Mikuláš na koni alebo Exhíbičné vystúpenia na Výstavách Agrokomplex v Nitre a Kôň roku v Trenčíne.



### Pomôcky, hračky, materiály

## Psychomotorická pomôcka – padák

Peter Dorčík, Darina Straková

K padáku sme sa dostali počas absolvovania dvoch kurzov „Špeciálna výchova pohybom“, ktoré viedli Stanka Hoffmann a Dominika Hornauf. Bol to najmä praktický kurz, ktorý nám pomohol vytvoriť si konkrétny obraz o tom, ako môže prebiehať práca psychomotorika.

Dominika a Stanka viedli kurzy v spolupráci so Základnou školou na Jelenej ulici v Bratislave. Pritom sme pracovali s viacerými pomôckami, kde nás, okrem iného, zaujal aj padák. U nich v Nemecku je padák a mnohé iné rozmanité pomôcky základným štandardom výbavy práce odborníka pre psychomotoriku. Keďže sme videli jeho veľké uplatnenie v našich aktivitách, tak sme si ho chceli zaobstarat'.

Keď sme pozerali na internete aké sú možnosti získania padáka, tak všetky nám pripadali ako finančne a dodávateľsky zložitejšie. Preto sme sa rozhodli, že si ho ušijeme. Doma sme traja (ja, Peťo a moja šikovná mamina) sedeli nad tým, ako ho správne zložiť, aké rozmery by približne mal mať, aké budú tvary pri zošití, atď'...

Technické parametre nášho padáku:

Priemer padáka: cca. 4,5m

Približná cena: 2tis. Sk

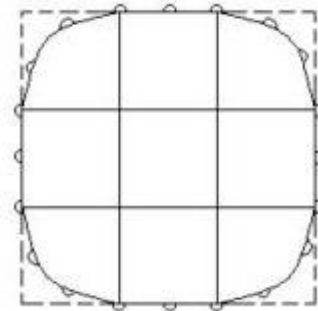
Rozhodli sme sa nakoniec, že ho zložíme zo štvorcov. Aby sme s tým mali čo najmenej roboty, tak z látky so šírkou 1,5 metra sme urobili štvorce 1,5 x 1,5m. Čo sa týka látky a farieb, tak sme si nechali poradiť od pracovníčky galantérie. Odporučila nám ľahkú vzdušnú látku. Z farieb sme nemali veľmi na výber, takže sme brali čo bolo. Potom moja zlatá mamina a ja sme začali šiť. Najskôr sme zošili pásy. Tzn. 3 štvorce sme zošili francúzskym stehom dohromady.

(Stranu, ktorú sme prešili sme vyvrátili a konce schovali dovnútra a znova prešili aby sa konce nepárali a aby kvalita prešitia bola pevnejšia). Takto sme si urobili všetky tri pásy.

Každú chvíľu sme však všetko premeriavali aby výsledný produkt bol rovný a estetický. Vzniklo nám vlastne deväť zošitých štvorcov. Keďže sme chceli dosiahnuť približne kruh, pristúpili sme k tomu, že štvorce, ktoré boli na rohoch, sme zastrihli do oblúka.

Teraz nastala najt'ažšia robota. Bolo treba celý padák po obvode začistiť. Popritom ako sme začisťovali, tak sme vkladali aj úchytky, ktoré sú z hrubých silonových pásikov (také, aké sú na ruksakoch). Začisťovali sme taftovou stuhou so šírkou cca. 3cm. Stuhu bolo treba našiť z vrchnej aj zo spodnej strany padáka a to prešiť po vonkajšom aj vnútornom obvode. Pri šití vonkajšieho obvodu sme hneď vkladali na určené miesta úchytky a tie sme ešte viackrát prešili. Keď bola stuha po oboch obvodoch našitá zhora padáka, mohli sme ju taktiež našiť zo spodnej strany tým istým spôsobom. Tým sa šitie padáka skončilo.

Do stredu padáka sa môže vytvoriť s'ahovacia diera na väčšie využitie padáka, ale to až niekedy inokedy.





*Obrázok 2: Roztiahnutý padák*

Niekoľko hier, ktoré sa dajú s touto pomôckou hrať:

5. Simulovanie vln na mori (malé vlnky, veľké vlny). Odporúčam s touto hrou začínať, lebo je jednoduchá a nenáročná. Padák automaticky evokuje pocity vln alebo vetra a človek spontánne začne hýbať padákom.
6. Mexická vlna. Opäť jednoduchá hra na zoznámenie sa s materiálom a užitie si ho. Myslím, že princíp netreba veľmi vysvetľovať. My sme začínali zo zeme a skončili sme s padákom nad hlavou.
7. Zdvihnutie padáka do výšky. Padák si položíme na zem. Potom na povel ho všetci zdvihneme. Pod padák sa dostane vzduch a vyletí hore. Ďalej môžeme modifikovať tým, že si podľa určitého kľúča určíme, kto môže pod padák prebehnúť na druhú stranu...
8. Môžeme sa pod neho schovať. Keď bude padák hore všetci urobia krok dopredu a padák budú rukami viesť poza svoj chrbát až si čupnú a padák dajú k zemi. Vzduch sa chvíľu v padáku drží, potom klesne.
9. Udržanie balónikov alebo loptičiek na padáku. Na padák dáme balóny alebo loptičky a začneme robiť vlnky (od malých po veľké). Našou úlohou je udržať ich na padáku tak, aby nepadli na zem. Odporúčam vyskúšať oba materiály - správajú sa rôzne. Je to dobré ako uvoľnenie a vybitie energie. Potom môžeme vytvoriť modifikáciu, že loptičky musíme dopraviť niekomu a na tých loptičkách mu niečo pošleme (napr. „Posielam loptičku Janke a posielam jej dobrý pocit...“)
10. Ležanie pod padákom. Táto hra je dobrá na uvedomovanie hraníc človeka. Jeden človek si ľahne pod padák a ostatní nad ním robia vlnky. Je dobré, keď sa dotýčného opýtame, aké chce vlnky, aby sa cítil príjemne. Pri tejto hre je nutné dodržiavať pravidlo STOP! (keď je aktérovi - ležiacemu činnosť nepríjemná povie „stop!“ a všetci musia prestať s činnosťou).
11. Padák sa dá využiť aj ako bunker, alebo úplne inak, ale to už závisí na Vašej kreativite a nápadoch.



*Obrázok 3: Padák ako bunker*

Ak by Vám ponúkané námety na hry nestačili pripájam aj adresu priamo na hry. Stránka je v nemčine: <http://spiele.klausvogler.de/Od.htm>

Zdraví Vás všetkých a pekné dni Vám prajú Dorčikovci (DuoDaDo)

PS: Pri akýchkoľvek otázkach prípadne „objednávkach“ na padák sa môžete ozvať na [strakova.darina@gmail.com](mailto:strakova.darina@gmail.com), alebo [horco9264@gmail.com](mailto:horco9264@gmail.com)



*Obrázok 4: Padák nad nami*

