



Hippotherapy Through the Eyes of the Riding Coach

Ali Ekber Ün^{1,a,*}

¹Department of Plant and Animal Production, Çubuk Vocational School, Ankara Yıldırım Beyazıt University, 06760 Çubuk/Ankara, Turkey
*Corresponding author

| ARTICLE INFO | ABSTRACT |
|---|---|
| <p><i>Review Article</i></p> <p>Received : 14/05/2020 Accepted : 12/08/2020</p> <p>Keywords: Equestrian Disabled individual Equestrian coach Hippotherapy Individual in need</p> | <p>The purpose of this review article is to collaborate on future studies about hippotherapy to horse and riding trainers, health professionals, veterinarians, individuals in need and individuals with disabilities and their relatives and to shed light on academic studies. It has been stated in studies that hippotherapy is beneficial for patients in the world. Therefore, as a result of new private hippotherapy centers in public institutions and in Turkey, studies on hippotherapy have been started. The studies carried out in hippotherapy are increasing and widespread and continuing to contribute to the treatment of the individuals in need and individuals with disabilities with hippotherapy sessions with expert teams. However, in the studies, the sessions of the hippotherapy team with two common creatures have great duties on the equestrian coaches in order to meet the needs of the horse and the individual in need or individual with disability. For this reason, since hippotherapy is a multidisciplinary team work consisting of specialist professionals, it has been researched to contribute to the horse and rider coaches on the field and to the expert team attending the sessions, to the new experts and the families of the individuals in need and disabled individuals. In the current review, the information about the history of hippotherapy and development, information about hippotherapy institutions in Turkey, individuals in need and individuals with disabilities, benefits of hippotherapy, characteristics of the hippotherapy horse, training of the hippotherapy horse are emphasized, and especially emphasis is placed on the use of work in the field of horse and equestrian coaching.</p> |

Türk Tarım – Gıda Bilim ve Teknoloji Dergisi, 8(10): 2131-2138, 2020

Binicilik Antrenörü Gözünde Hippoterapi

| MAKALE BİLGİSİ | ÖZ |
|---|--|
| <p><i>Derleme Makale</i></p> <p>Geliş : 14/05/2020 Kabul : 12/08/2020</p> <p>Anahtar Kelimeler: At Antrenör Engelli birey Hippoterapi İhtiyaç sahibi birey</p> | <p>Bu derleme makalenin amacı, hippoterapi hakkında at ve binici antrenörlerine, sağlık uzmanlarına, veteriner hekimlerine, çalışma ekibine, ihtiyaç sahibi ve engelli birey yakınları ile ileride yapılabilecek çalışmalarda ortak hareket etmek ve akademik çalışmalara ışık tutmaktır. Dünyada hippoterapi'nin hastalar üzerinde faydalı olduğu yapılan çalışmalarda belirtilmiştir. Bu nedenle Türkiye'de son yıllarda kamu kurumları bünyesinde ve özel hippoterapi merkezlerinin açılması sonucunda hippoterapi çalışmalarına başlanılmıştır. Hippoterapi alanında yapılan uygulama çalışmaları giderek artmakta ve yaygınlaşarak devam etmekte olup ihtiyaç sahibi ve engelli bireylerin tedavilerine hippoterapi seansları ile katkı sağlanmaya alanında uzman ekiplerle devam edilmeye çalışılmaktadır. Ancak hippoterapi çalışmalarında çalışma ekibinin uyum içerisinde iki canlı ile ortaklaşa uygulanan uygulama seanslarında atın kullanıldığı ihtiyaç sahibi ve engelli bireyin ihtiyaçlarını giderebilmek amacıyla at ve binici antrenörlerinin üzerine büyük sorumluluk düşmektedir. Bu nedenle hippoterapi alanında uzman sağlık profesyonellerinden oluşan multidisipliner bir ekip çalışması olduğundan sahada bulunan at ve binici antrenörlerine, seanslara katılan uzman sağlık ekibine, yeni katılacak olan çalışma ekibine veteriner hekimlerine ve ihtiyaç sahibi bireyler ile engelli bireylerin ailelerine katkı sağlamak üzere araştırılmıştır. Bu makalede, hippoterapi tarihi gelişimi, Türkiye'de hippoterapi kurumları hakkında bilgi, hippoterapi terimleri, uygulanan ihtiyaç sahibi bireyler ile engelli bireylere hippoterapinin faydaları, hippoterapi atının özellikleri, hippoterapi atının eğitimi ile ilgili bilgilere yer verilmiş olup, özellikle at ve binicilik antrenörlüğü alanındaki çalışma kullanımına vurgu yapılmıştır.</p> |

Giriş

İnsanların atları evcilleştirmesi atlarla olan birlikteliği son yıllarda yapılan arkeolojik çalışma kazılarında elde edilen bilgiler neticesinde ışığında 1000 yıl daha gerilere götürülmüş, Kuzey Kazakistan'da M.Ö. 3500'lü yıllarda Bakır Çağı'nda (M.Ö. 3700 – 3100) oluşan "Botai" kültür insanların büyük yerleşim birimlerinde atlarla birlikte yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Botai halkı atları ihtiyaçları doğrultusunda binek hayvanı ve taşımacılıkta da kullanmışlardır. Zaman içerisinde beslenme ihtiyaçlarını karşılayabilmek amacı ile yanlarında daima atları barındırarak onların etinden ve sütünden faydalanmışlardır. Atlarla birliktelikleri iletişim, ulaşım ve savaş dönemlerinden daha önceki yıllara dayanmaktadır. Ancak atın evcilleştirilmesi birlikte ulaşım, iletişim ve savaş yöntemleri tamamen farklı bir boyut kazanarak değişmiştir (Outram, 2009).

Atların hayatımızdaki yeri ve önemi evcilleştirdiği ilk zamandan bugüne kadar olan yaşam içerisinde çevik, atletik, uysal ve güçlü kabul edilen at insanlığın şekillenmesinde hep yanında bulunarak katkı sağlamış ve önemli bir roller üstlenmiştir. Atlar insanlara ulaşım, haberleşme ve taşımacılık alanlarında katkı sağlamakla kalmamış, aynı zamanda savaşlarda da önemli rol alarak uzun yıllar çok etkili bir silah olmuştur. Bu nedenle savaşlarda süvariler her zaman piyadelere göre daha üstün ve karşı konulamaz oldukları tarihte de yazarlarımız tarafından anlatılmıştır. At toplumlarında her zaman güvenin ve dostluğun bir simgesi olmakla kalmamış aynı zamanda heybetinden dolayı zenginlik ve asaleti de temsil etmiştir. İnsanlığın at ile birlikteliğinin onun sakin yapısı ve enerjisi ile insan üzerinde her zaman güven oluşturan, sakinleştiren bir etkiye sahip olmuştur (Ünver, 2006).

Atın insanla birlikteliğinin sağlanması bağ kurulması giderek artan teknoloji ile birlikte günümüz insanını daha çok doğaya bağlayarak, fizik ve ruh gelişimine katkı sağlayan aktivite ve spor olduğu kabul edilmektedir. At insanlığa geçmişte olduğu gibi günümüzde de insanlara sosyal ve kültürel olarak katkı sağlamaya devam etmektedir. İnsan yaşamında, ata düşen görev ise yapacağı ulaşım, taşıma, spor, etkinlik ve sağlık alanlarında görevini yerine getirmeye devam edeceğinin ve bu görevleri artırarak sürdüreceğine kuşku yoktur. Atını bilimsel metotlarla profesyonel yöneten binicinin ve antrenörün becerisi ve yumuşak hareketleri, uzun ve yorucu bir planlı çalışmanın ürünüdür. Binicilik sağlıklı ve uygun atı iyi durumda kullanma sanatı olup bu iyi durumu, atı tam yerinde yönetme, sakinlik içerisinde uygun zamanda, güven içinde ve olabildiğince yapılacak işe az kuvvet sarf ettirerek kullanma becerisidir (Temurlenk, 2000).

Atlı yapılan aktiviteler ihtiyaç sahibi ve engelli bireylerin yaşam döngüsü içerisinde atlarla yapılabilecek çalışmalara katılarak hareket yeteneklerini arttırmak, rehabilitasyon ve tedavi amacıyla son yıllarda çocuklarda veya yetişkinlerde binicilik kulüplerinin destekleri ile hippoterapi alanında tecrübe kazanmaları ile birlikte terapi seansları artarak uygulanmaktadır. Hippoterapi seanslarının dünyada başarılı bir şekilde sonuçlanmasından dolayı bedensel engellilerinde yarışmalara katılabilmesi amacıyla yeni bir yarış dalının açılmasına sebep olmuştur. Uluslararası Binicilik Federasyonu (FEI) tarafından 2006 yılında Para-Equestrian (Bedensel

Engelliler Atlı Sporları) müsabakalarını, Uluslararası Paralimpik Komitesi ile birlikte karar alarak Paralimpik (Bedensel Engelliler Olimpiyatları) müsabakalarına binicilik dalı da eklemiştir. Paralimpik binicilik müsabakaları beyin felci kategorisine ve fiziksel, görme ve zihinsel engelli sınıflarına giren tüm sporculara açık olarak düzenlenmektedir (Koçkar, 2012). Bu müsabakaların düzenlenmesiyle birlikte ihtiyaç sahibi ve engelli bireylere yaşama tutunma umudu olarak Poliomyelitis teşhisli Hartel, tedavi seanslarında at binmeyi öğrenmiş ve 1952 Helsinki Olimpiyatları'nda Grand Prix Dressage yarışmasına katılmış yarışma sonucunda gümüş madalya kazanarak terapötik at binmenin tedavideki önemini kanıtlamıştır (Yazıcı, 2018).

Hippoterapi Kavramı

Amerikan Hippoterapi Derneği'nin (AHA) tanımlamasına göre; "Hippoterapi terimi; iş-ugraşı terapisi, fizik tedavi ve dil konuşma patolojisi uzmanlarının hastanın nörolojik, duysal ve hareket sistemlerini uyararak atın hareketlerini hippoterapi uygulayıcısının yöntemleriyle birleştirilerek uygulanan terapide fiziksel, zihinsel veya duygusal bozukluğu olan bireylere fonksiyonel bir değişiklik hayatına işlevsellik sağlamak veya yaratmak için en iyi uygulamayı nasıl kullandığını ifade eden atla uygulanan bir binicilik faaliyetidir" (Yazıcı, 2018).

Hippoterapi, çeşitli hasta gruplarının güç, denge, çeviklik, koordinasyon ve yürüme kabiliyeti gibi çeşitli fiziksel nitelikleri ve özellikleri korumak veya geliştirmek için kullanılan bir fizyoterapi şeklidir. Yetişkinlerde ve fiziksel veya zihinsel engelli çocuklarda iyi çalışan bir tedavi şeklidir (Johnson, 2009; Champagne, 2010).

Atın bir araç ve tedavinin geri kalanının tamamlayıcısı olarak kullanıldığı fizyoterapi tedavisi hippoterapi ile binicilik terapisi veya terapisi de denilebilir, fizyoterapist, mesleki terapist, psikolog, özel öğretmen veya oynadığı psikolog ile terapötik amaçlar için binmeyi içerir (Arbin, 1994).

Hippoterapi hastanın gelişimini kolaylaştırmak için atın hareketlerini kullanma konusunda eğitim almış uğraşı terapisti, fizik tedavi uzmanı ve konuşma terapisti tarafından uygulanmaktadır. Hedefleri denge, koordinasyon, postür, ince motor kontrolün geliştirilmesi, artikülasyonun artırılması ve bilişsel becerilerin geliştirilmesidir (American Hippotherapy Association, 2005).

Hipoterapi teriminin diğer terapilerden ayrılan noktası, sıklıkla fiziksel rehabilitasyon terapi olarak tanımlanmasıdır (Lentini ve Knox 2009). Hippoterapide uzman hekimler (sağlık ekibi) ihtiyaç sahibi ve engelli bireylerin tedavi uygulamalarıyla birlikte atın hareketlerine bireyin karşılık vermesi neticesinde bireylerde ilerleme sağlamak amacıyla uygulanan bir yöntem olduğu kabul edilmektedir. Hippoterapi kavramını daha detaylı bir şekilde ifade edebilmek için, hippoterapinin tarihçesine de değinmek gerekir. Bu bağlamda makalede hippoterapi tarihçesine ilişkin detaylı bilgiler yer almaktadır.

Hippoterapinin Tarihçesi

“Terapi”, Fransızca kökenli bir kelime (therapeutic) ‘dir ve tedavi anlamına gelir (TDK sözlüğü). Hippoterapi sözcüğü araştırıldığında karşımıza “Hippotherapy” Yunancada “at” anlamına gelen “hippo” sözcüğü ile “therapy” sözcüğünün birleştirilmesi sonucunda sözcük oluşmuştur. Atlarla insanların sağlık boyutu ile buluşturulması ve uygulanması ilk olarak M.Ö. 460 – 370 yıllarında Yunanlı Hippocrates tarafından “Natural Exercises (Doğal Egzersizler)” adı altında uygulandığı bilinmektedir. 1569 yılında yayınlanan İtalyan Hieronymus Mercurialis (Geronimo Mercuriali)’in yazdığı “The Art of Gymnastics (Jimnastik Sanatı)” adlı kitapta hippoterapiden bahsedilmektedir. 1780 yılında Fransa’da Joseph Clément Tissot (1747-1826) “Medical and Surgical Gymnastics (Medikal ve Cerrahi Jimnastik)” adlı kitabında at binmenin faydalarından ve insan üzerinde olumlu etkileri olduğuna dair bilgiler verilmektedir. (ATVEINSAN, 2020).

Hippoterapi uygulamalarında Almanya’nın ve İsviçre’nin 1940’lı yıllarında ilk kez tanıştığı ve tedavi seanslarına başladığı bilinmektedir. İngiliz terapistler 1950’lerde hippoterapi alanında engelliler için uygulanabilecek bir terapi yöntemi olduğunu keşfettiler. Avrupa’da hippoterapi merkezleri 1952 yılından itibaren açılmaya başlamış olup 1960’lı yıllarda Kanada ve Amerika’da giderek yaygınlaşma devam etmiştir. Yaygınlaşma aşamasında Almanya, Avustralya ve İsviçre ülkeleri hippoterapi alanında uygulama seanslarının faydalarını yakından takip ederek, gözlemleyerek ve araştırarak kendi modellerini oluşturmuşlardır. Kraliyet Ailesi’nin de desteği ile 1969 yılında özellikle II. Dünya Savaşı gazileri için kurulmuş olan İngiltere’de “Riding for the Disabled Association – United Kingdom- RDA (İngiltere Engelliler Binicilik Derneği)”, Amerika’da “North American Riding for the Handicapped Association – NARHA (Kuzey Amerika Engelliler Binicilik Derneği)” 1993’te ise “American Hipotherapy Association-AHA (Amerikan Hipoterapi Derneği)”, 1980 yılında da “Federation of Riding for the Disabled International–FRDI (Uluslararası Engelliler Binicilik Federasyonu)” kuruldu. Uluslararası Engelli Binicilik Federasyonunun kurulmasından itibaren hippoterapi uygulama merkezlerine destekler sağlanarak dünyanın pek çok ülkesinde artarak açılmaya başladı. Engelli Federasyonu hippoterapi uygulama eğitimleri vererek uzman personellerin yetiştirilmesine katkı sağlamış sertifikalar vererek belgelendirilmiştir. Hippoterapi ile ilgilenen terapistler hippoterapi konusunda bilgilendirmiş yeni gelişen yöntem ve çalışmaları birlikte uygulamışlardır. Günümüzde yalnızca Amerika’da, Kanada’da ve İngiltere’de 1000’in üzerinde “Hippoterapi Merkezi” bulunduğu bilinmektedir. (Parlak, 2006).

Atların insanlarla olan birlikteliği incelendiğinde tarih boyunca insanlara hizmet ettiği ve yanında olduğu bilinmektedir. İnsanlar içinde atların yeri ve önemi sevgisi her zaman bilinmekte ve artarak devam etmektedir. Günümüzde ise atlar kültürel, güvenlik, spor, eğitim ve sağlık amaçlı olarak insanlara hizmet ettiği açıkça görülmektedir. Atların sağlık alanında da kullanılmasıyla birlikte bireysel gelişim özelliklerini tamamlayamayan, bedensel, zihinsel, görme, işitme, dil ve konuşma kayıpları

bulunan veya psikolojik rahatsızlığı olan bireylerin tedavilerinde atlar olumlu etkiler yaratarak hizmet etmektedirler. Türkiye’de hippoterapi merkezleri devlet teşvikleri birlikte artmakta olup açılan bu merkezlerde uygulama alanları hastaların uluslararası standartlarda, uzman gözetiminde rehabilitasyon ve terapi süreçlerine katkı sağlamak ve ailelerine umut olmak amacıyla kurulması hedeflenmiştir.

Türkiye’de hippoterapi alanında ilk kurumsal uygulama 2004 yılında Türk Silahlı Kuvvetleri Atlı Spor Eğitim Merkezi Komutanlığı (TSK ASEM) Süvari Birliği bünyesinde TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezinin ortaklaşa yürüttüğü uzman sağlık profesyonellerinden oluşan ekip tarafından atların kullanılmasıyla birlikte uygulamalı seanslar ile başlamıştır. Bu çalışmalara başlamadan önce görev alacak terapistlere ve yer ekibine tarafından at ve binici eğitimi konularında kurs düzenlenmiş sertifikaları Süvari Birliği tarafından verilmiştir. İlk defa kurumsal başlayan hippoterapi uygulama çalışmalarında bireylerin tedavisinde olumlu etkiler ve gelişmeler gözlenmiş uygulayan çalışma ekibinin içerisinde bulunmam sebebiyle aileler ile yaptığım yüz yüze görüşmelerde dile getirmişlerdir.

2006 yılında Kocaeli Üniversitesi Atçılık Meslek Yüksekokulu bünyesinde hippoterapi seansları uzman personel eşliğinde başlamış olup halen devam etmektedir. Türkiye Jokey Kulübünün (TJK) katkıları ile Atla Terapi Merkezleri, 2015 yılında İstanbul Veliefendi ve Diyarbakır hipodromunda, 2017 yılında İzmir, Şirinyer, Bursa Osmangazi ve Şanlıurfa hipodromunda, 2018 yılında Elazığ ve Adana hipodromlarında açılarak hippoterapi alanında seansları uzman personel ile devam etmektedir. Tarım İşletmeleri Genel Müdürlüğü (TİGEM) katkıları ile 2014 yılında Malatya Sultansuyu ve Bursa Karacabey işletmelerinde ve 2015 yılında Ankara Beştepe’deki hippoterapi merkezleri açılarak terapi faaliyetlerini sürdürmektedir. 2015 yılında Türk Dünyası Vakfı ve Eskişehir Osmangazi Üniversitesi (ESOGÜ) iş birliği ile yapımı tamamlanan Atlı Terapi ve Rehabilitasyon Merkezi açılışı gerçekleşmiş faaliyetlerini sürdürmektedir. 2017 yılında, atlı terapi antrenörü yetiştirilmesi amacıyla Hippoterapi Araştırma ve Uygulama Merkezi ile Türkiye Binicilik Federasyonu arasında ortak iş birliği protokolü yapılmış uzman personel yetiştirilmesi sağlanmıştır. 2018 yılında ise Hippoterapi Araştırma ve Uygulama Merkezi ile Eskişehir İl Sağlık müdürlüğü bünyesinde de protokol yapılarak uzman personelin hippoterapi alanında yetişmesi için Avrupa’nın önde gelen üniversiteleri ile birlikte eğitim ve uygulama çalışmalarını yürüten Amsterdam Autisme Academie tarafından eğitim verilmiştir. 2018 yılında Konya ilinde Selçuklu Otizmlili Bireyler Eğitim Merkezi’nin (SOBE) bünyesinde hippoterapi merkezi açılmış olup faaliyetlerini yürütmektedir. Hippoterapi uygulama faaliyetleri kurumların ve özel eğitim merkezlerinin katılımı ile binicilik kulüplerinin katkı sağlaması sonucunda sosyal sorumluluk projeleri hazırlanarak hippoterapi seansları yaygınlaşmış olup çalışmalar artarak devam etmektedir. Bunun yanında bilimsel olarak ilk defa 2016 yılında Konya ilinde I. Ulusal Hippoterapi Kongresi, 2017 yılında Kocaeli ilinde II. Ulusal Hippoterapi Kongresi ve bu tarihlerden önce akademik çalışmalar, çalıştaylar yapılarak hippoterapinin gelişimine katkıda bulunulmuştur.

Üniversitelerimizin Meslek Yüksek Okulları bünyesinde bulunan Atçılık ve Antrenörlüğü Programının müfredatları arasında bulunan Atlı Terapi Uygulamaları dersi öğrencilere anlatılmakta ve uygulamaları yapılarak hippoterapi alanında at antrenörlerinin saha bilinçli bir şekilde yer alması sağlanmaktadır. Bu çerçevede Genç Akademi Spor Kulübü Derneği tarafından başvuru, Türkiye'de Sağlık Bakanlığı tedavi protokolüne alınması zemininde akademik ve sosyal çalışmalar, Türkiye ağına kurma ve sürdürülebilir destek mekanizmalarının kurulmasının hedeflendiği 48 aylık "Let's develop networks and create opportunities for Hippotherapy" isimli proje ile Avrupa Birliği Türkiye Delegasyonu tarafından Sağlığa Erişim başlığında desteklenmeye değer görülmüştür. Bu proje ile birlikte Türkiye'de hippoterapi konusunda multidisipliner yapılanmanın kurulması, bilimsel yayınların artırılmasıyla birlikte hippoterapi federasyonunun kurulması sonucunda bireylerin sosyal yaşam haklarına katkı sağlanması amaçlanmaktadır.

Hippoterapi Ekip Terimleri

At ve Binicilik Antrenörü

Sorumluğunda bulunan at ve binicisini teorik bilgilerle yöneten, atın ve binicinin sağlığını koruyarak performansını üst seviyelere çıkartmayı hedefleyen, doğru antrenman metotları ile atını ve binicisini iyi analiz eden, karşılaştığı sorunlarla mücadele edebilen, çözümler bulabilen at ve biniciye antrenman programını hazırlayıp uygulayabilen, atın sağlık sorunlarını önceden tespit edebilen sorunları tanımlayabilen bilen, karşılaştığı sağlık sorunlarını atı ile ilgili veteriner hekimin uzmanlığından yararlanabilen, atının bakımını ve beslenme ihtiyaçlarını doğru şekilde uygulayabilen kişidir.

Atlı Terapi Binicilik Antrenörü

Engelli ve/veya ihtiyaç sahibi bireylerin, atların bulunduğu bir ortamda, atın yanında, atın üzerinde veya yerde kaliteli ve güvenli zaman geçirme sürecini planlayan, uygulayan, binicilik sporu ve eğitmenliği alt yapısına sahip, doğal atçılık yöntemlerini ve at karakterlerini bilen, terapi atı yetiştirme ve kullanmaya yetkin, değişik hastalık tanımlarını ve etkilerini bilen, engelli ve ihtiyaç sahibi bireylerle çalışma pratiğine sahip kişidir (MMYO, 2020).

Hippoterapi Uygulayıcısı

Sağlık lisansiyerlerinin (fizyoterapist, ergoterapist, dil konuşma terapisti, psikolog ve dünya genelinde kabul edilen ilgili alan terapistleri) hippoterapi uygulamaları içerisinde kullanılan atın hareketi ve davranışını bilen, uzman olduğu alanda at üzerindeki veya atın kullanıldığı alanda tedaviyi planlayan ve engelli bir bireyin at ile beraberliğindeki sorumluluğunu alabilen, kişidir (MMYO, 2020).

Engelli Birey

Çeşitli nedenlerle bireysel ve gelişim özellikleri ile eğitim yeterlikleri açısından yaşlılarından beklenen düzeyden anlamlı farklılık gösteren bedensel, zihinsel, görme, işitme, dil ve konuşma kayıplarından bir ya da birden fazlasını taşıyan veya psikolojik rahatsızlığı olan bireylerdir (MMYO, 2020).

İhtiyaç Sahibi Birey

Kişisel nedenlerle atların iyi edici yönünden faydalanmak isteyen bireylerdir (MMYO, 2020).

At yardımcı Müdahaleler

Engelli ve/veya ihtiyaç sahibi bireylere atlarla uygulanan tedavi, terapi, sportif, sosyal, eğlence ve kültürel amaçlı etkinliklerin tümüdür (MMYO, 2020).

Atlı Terapi Uygulaması

Engelli ve/veya ihtiyaç sahibi bireylerin, atların bulunduğu bir ortamda, atın yanında, atın üzerinde veya yerde kaliteli ve güvenli zaman geçirme genel sürecini ifade eder (MMYO, 2020).

Çekici

Terapi atının bakımı ve donatılmasından sorumlu olan, atı uygulamalara hazırlayan, iniş, biniş ve seans sırasında atın kontrolünü sağlayan kişidir (MMYO, 2020).

Yan Yürüyücü

Atı hazırlayan, engelli ve/veya ihtiyaç sahibi bireyin hazırlanmasına yardım eden, hastanın güvenliğini sağlayan, kişidir (MMYO, 2020).

Hippoterapi Kimlere Uygulanmalı

Hippoterapi uygulama seanslarıyla birlikte atın hareketlerin iletilmesi neticesinde bireyin herhangi bir engelleme olmadan atın üzerinde rahatça hareket edebilmesinin sonucunda bireylerin yaşamlarını olumlu yönde artırarak uygulanan düzenli programlı eğitimidir. İhtiyaç sahibi birey ve engelli bireyin tedavisinde hippoterapi uygulama seanslarına büyük katkı sağlayan iki canlının bir arada at ile aynı ortamı paylaşarak atın üstünde veya yanında yapılan uygulamalı tedavi faaliyetidir. Hippoterapi uygulamaları iki canlının ortaklaşa yürütüldüğü uygulama seansları olduğundan uzman sağlık personelinin, hastanın (ihtiyaç sahibi veya engelli birey) ve atın aynı ortamda bulunmasıyla birlikte egzersizlerin uyum içerisinde ve bilinçli bir şekilde uygulanması sonucunda faydalı olabileceği değerlendirilmektedir.

Hippoterapi uygulamaları çocuk ve yetişkinlerin psikolojik problemlerini azaltıp, duruş, denge ve kas yapılarını güçlendirerek ihtiyaç sahibi bireylerin hayata tutunmasını sağlar. Aynı zaman zihinsel ve bedensel engellilerin algı ve fiziksel fonksiyonlarının gelişimine yardımcı olarak uygulanmaktadır. Atın sağlık alanında kullanılması sebebi ile de birçok ülkede tıbben yardımcı tedavi şekli olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle hippoterapi aşağıda belirtilen rahatsızlıklardan daha çoğuna da uygulanmaktadır. Nörolojik hastalıklar (Kliniği uygun olan), Denge ve Koordinasyon bozuklukları, Kas kuvvet kayıpları, Medulla Spinalis hastalıkları, Postüral bozukluklar, İletişim bozukluklar, Serebral Palsi, Down Sendromu, Otizm, Hiperaktivite, Mental Retardasyon, Psikolojik Bozukluklar, Öğrenme ve Konuşma Bozuklukları gibi pek çok rahatsızlığın giderilmesinde uygulanmaktadır. (Scott, 2005). Bu belirtilen rahatsızlıkları hippoterapi uygulama seansları aşamasında yaş grupları ve uygulanacak olan tedavinin özelliğine göre tanı ile ilgili mutlaka Uzman Doktor, Fizyoterapist,

Ergoterapist, Dil ve Konuşma Terapisti, Psikolog gibi sağlık profesyonellerine danışılmalı ve yardım alınmalıdır.

Hippoterapinin Yararları

Atların insanlara yararlı olabileceğini ifade eden ilk kişi Hipokrat'tır. Hipokrat at üzerinde iki canlının birlikte evrensel bir egzersiz tanımlamıştır. At binme aktivitesinin tedavi olarak günümüze kadar etkin bir şekilde kullanılmasında Liz Hartel'in katkısı olduğu anlaşılmaktadır (Yazıcı, 2018).

Hippoterapi uygulama seanslarında denge, postür, kaba ve motor yeteneğini geliştirmek, vücut şemasını düzeltmek, vücut koordinasyonunu sağlamak, kas tonusunu düzenlemek, kuvvet ve dayanıklılığı arttırmak, kas kasılmalarını iyileştirmek (özellikle cerebral palsili bireylerde), duyuusal alanda algılama işleyişini iyileştirmek, kişisel algılamayı geliştirmek, görsel ve işitsel olarak algılamayı arttırmak, öz güveni güçlendirmek, yanında ikinci bir kişiyi kabullendirmek (özellikle hiperaktif bireyler), gevşemeyi iç rahatlığı, cesareti ve kendine güveni sağlamak korkuyu ve cesaretsizliği uzaklaştırmak, MSS ve PSS dayanıklılığında ve dikkat dağınıklığını gidermek, grupla konuşma eğitimini desteklemek, sinir hücrelerinin bağlantılarını kuvvetlendirmek, kişinin kendisini ifade edebilme becerisini arttırmak, sosyal olarak bireyin her zaman iletişime hazır olmasını sağlamak, bireylere hayvan sevgisini aşılamak, bireyin takım ruhunu güçlendirmek ve geliştirmek hedeflenmektedir (Köseman ve Şeker, 2015).

Hippoterapi seansları bireylerde fiziksel yararlar sağlamaktadır. Bu yararlar ise bireyde denge stabilizesini geliştirir, yürüme hızı ve kadansı geliştirir, çift adım uzunluğunu artırır, bağımsız ambulasyonu geliştirir ve alt ekstremitte bozukluklarını azaltır, postural kontrol ve core stabilizesini geliştirir, kaba motor kontrolü geliştirir, simetrik kas aktivitesini iyileştirir, pastisiteyi azaltır, enerji harcamasını iyileştirir (Uzun Dönmez, 2019).

Hippoterapi Seansında Bireyin Durumu

Hippoterapi, biyomekanik ve psikojenik iki faktör aracılığı ile kişiye etki etmektedir. Bir at, üzerindeki biniciye dakikada yaklaşık yüz titreşimsel sinyal aktarabildiği için kas grupları uyarılmakta ve çalışmaya başlamaktadır. Atın bu hareketi ile birlikte binicide refleks düzeyde nerede ise tüm kas gruplarının çalışması mümkün olmakta ve ince motor becerilerinin gelişimini uyarılmaktadır. Bunun sonucunda da kişinin güven duygusu gelişmekte ve iletişime açık hale gelmektedir. (Köseman ve Şeker, 2015). At ile birlikte yapılan uygulama faaliyetlerinde binici veya bireyin at üstünde kalma süresi boyunca vücut da bulunan tüm büyük kas grupları uyarılmakta ve çalışmaktadır. Hippoterapi de bireyin atın yanında ve üstünde yaptığı egzersizler sayesinde vücut kaslarının çalışması sonucunda bireyin tedavisine birinci adım atılmış olunur. At üzerinde bulunan birey atın hareketi ile birlikte hareket ederek atın dört zamanlı hareketlerine uymaya çalışır kendi vücudunu harekete geçirerek dört zamanlı harekete uyararak ve kendi vücut hareketinin devamını sağlayarak dengesini bulmaya çalışır, dengeyi bulma çalışma aşamasında bireyin sağlıklı ve hasar görmüş kasları harekete geçmesiyle ikinci adım

atılmış olunur. İhtiyaç sahibi veya engelli birey tedavi seans süresinin nasıl ilerlediğini at üstünde ve yanında farkına varamaz. Uygulanan tedavi seansları uzman sağlık personelinin katkılarıyla birey at üstünde ve yanında sürekli onunla iletişim halinde olduğundan seanslar neşeli ve mutlu bir şekilde gerçekleşir. Bu gerçekleşme tüm çalışma ekibinde ve bireylerde olumlu etki yarattığından seanslar umutlu, mutlu, neşeli bir şekilde başlar ve biter. Uygulamaların olumlu ilerlemesi bir sonraki yapılacak olan seanslarda çalışma ekibinin hedeflerine bir adım daha yaklaşmasında heyecan, bireyde yaşama tutunma gayreti, aile yakınlarında ise bu heyecana ortak olma umudu doğacaktır.

Hippoterapide Neden At Kullanılmalı

Hippoterapinin fiziksel bir terapi metodu olarak görülmesinin bir nedeni, at ile insan yürüyüşünün benzerliğinin olmasıdır. Bunun sonucu olarak at yürüyüşü sırasında ritmik bir şekilde atın üzerindeki bireyin sallantılı pelvis hareketlerinin, yürüyüş halindeki bir bireyin pelvis hareketlerinin birbir aynısı olmasıdır (Moisa ve ark. 2012). Bu nedenle hippoterapide atların yürüyüşlerinden faydalanılmaktadır. Atın doğal olarak üç türlü yürüyüş şekli bulunmaktadır. Bunlar sırası ile dörtnal (hızlı koşma), süratli (hafif koşma) ve adeta (yürüme) olarak isimlendirilmektedir. Atın adeta yürüyüşü dört zamanlı yürüyüş hareketinin oluşması sonucunda atın adımları çapraz ayakların hareketi ile birlikte sıralanmaktadır. Bu sıralamada at sağ ön ayak ile ilk adımına başlamasıyla birlikte sağ ön ayak, sol arka ayak, sol ön ayak, sağ arka ayak şeklinde olur eğer at sol ön ayak ile ilk adımına başlar ise sol ön ayak, sağ arka ayak, sağ ön ayak, sol arka ayak sonucunda hareket gerçekleşmektedir. (Temurlenk, 2000).

At yardımcı rehabilitasyon uygulamalarını iki şekilde incelemek mümkündür. İlki, rekreasyonel ata binme tedavisi (RABT), ikincisi de hippoterapidir. RABT at eğitmeni ve eğitilmiş atlar ile yapılmaktadır. Burada yalnızca atın yavaş olmasına ve istikrarlı yürüyüşü esnasında progresif olarak denge ile postürün korunmasına odaklanma söz konusudur. Hippoterapi uygulamasında ise at eğitmeni eşliğinde rehabilitasyon ekibi tarafından uygulanan tedavidir. Hippoterapide iş ve uğraşı terapisti ya da fizyoterapist, atın hareketlerini bir tedavi aracı veya yöntemi olarak kullanır. Aynı zamanda, çocuğun fonksiyonel sınırlılıklarını göz önüne alarak yürüme, denge, postür ve mobilite ile ilgili kaba motor fonksiyonların ve denge reaksiyonlarının geliştirilmesine odaklanır (Şık ve ark., 2012).

Çocukların duyu motor deneyimlerinin artmasında da terapötik ata binme aktivitesinin önemli bir rol oynadığı belirtilmiştir. Terapötik at binme; kinestetik, proprioseptif ve vestibüler girdilerin geliştirilmesini sağlamaktadır (Snider ve ark., 2007). Bu da iki durumda görülmektedir. İlki atın vücut hareketlerine uyum sağlamak için atın üstünde denge sağlamak şeklinde uygulanan pasif hareketlerdir. Diğeri de atın hareketinden bağımsız olarak yapılan aktif hareketlerdir. Ayrıca at sırtının ritmik ve dinamik olarak değişen yüzeyine pasif reaksiyon sonucunda motor planlama kapasitesinde bir artış olduğu ve kas hafızasının yeniden düzenlendiği düşünülmektedir (Beinotti ve ark., 2010). Bu terapinin etki mekanizmasında atın vücut ısısı ile ritmik hareketlerinin bireyin lokomotor

ve merkezi sinir sistemi üzerinde oluşturduğu iyileştirici etkiler bulunmaktadır. Atlı terapi uygulamalarında, atların yürüyüş biçimleri ve adımları önemli özellikler taşımaktadır. Çünkü atların adımlarındaki simetri ve ritim, terapideki bireylere duysal ve motor girişi sağlamaktadır (Köseman ve Şeker, 2015).

Atın yürüyüş şekillerinden biri olan adetanın dört zamanlı olması sebebiyle bireye en iyi hareket sağladığından hippoterapi seansları adeta yürüyüşü ile yapılmalıdır. Adeta yürüşünde at sürekli eşit ve ardı sıra ritmik hareketlerinin insan yürüyüş hareketlerine benzer olmasından dolayı at tedavide etkin rol oynar. Bu arada atın ritmik hareketlerinin bireye iletebilmesi için atın devamlı eşit adımları atarak ata rahat uyabilmek çok önemlidir. At üstündeki birey atın ileri-geri, yukarı-aşağı ve sağa-sola doğru eşit ve ardı sıra ritmik hareketleri bireyin kas, tendon ve eklemlerindeki sinir alıcılarına duysal uyarıların iletilmesini sağlanarak bireyin seans süresi boyunca hem sağlıklı hem de hızlı bir biçimde hareket kabiliyetini artırarak hayata tutunması için çok önemli faktördür. Hippoterapide uzman hekim ve/veya fizyoterapist, atın ritmik hareketlerini bir terapi aracı veya yöntemi olarak kullanmaktadır (Uzun Dönmez, 2019).

Sıcaklık, bir cisimde bulunan ısı enerjisi miktarının ölçüsüdür. İnsan da vücut sıcaklığı normal değerleri ölçülen bölgeye göre değişmektedir. Erişkin bir insanda ortalama vücut sıcaklığı oral ölçümde 36,5°C ile 37,5°C arasında, rektal ölçümde 37°C ile 38°C arasında, aksiler (koltuk altı) ölçümde 36°C ile 37°C arasında ve timpanik (kulaktan) ölçümde 36,5°C ile 37,5°C arasındadır. Vücut sıcaklığı insanlarda ortalama değerlerden $\pm 0,5^\circ\text{C}$ sapma gösterebilir. Bu durum normal kabul edilir (T.C. M.E.B. Hemşirelik Yaşam Bulguları, 2012).

Tablo 1. Sağlıklı insan ve at vücut sıcaklığı

| | Vücut Isı Değeri Ortalaması |
|-------|-----------------------------|
| İnsan | 36,5 - 37°C |
| At | 38°C |

Erişkin istirahat hâlinde sağlıklı bir atın vücut iç sıcaklığı yaklaşık 38°C'tir. Isı bir enerji türüdür ve devamlı olarak yüksek sıcaklıktan düşük sıcaklığa doğru akış hâlinindedir (Demirtaş, 2017). Bu nedenle atın vücut sıcaklığı ile insanın vücut sıcaklığı arasında tablo 1 den de anlaşılabilir gibi 1 – 1,5°C bir fark görülmektedir. At tan insana yüksek sıcaklıktan düşük sıcaklığa göre ısı akışı geçmektedir. Bu ısı akışı sayesinde hippoterapi seanslarında bireyde olumlu gelişim sağlamaktadır. Birey açıklanan ısı akışı sayesinde kendisinin her iki baldır bölgesi iç kaslarına (binicilikte baldır topuk ekleminden kalça eklemine kadar olan bölüm diye adlandırılır) atın sıcaklığının ısı akışı ile birlikte ve atın eşit adımları sayesinde salınım hareketlerinin ardı sıra gelmesi sonucunda bireydeki kaslar harekete geçirerek uyarılmaktadır. Hippoterapi seanslarının uygulanmasında ısı akışı ve at salınım hareketinin önemi bir kez daha karşımıza çıkarak. Bireyin metabolizması artmakta ve kalça bölgesinin ısı artışıyla belirli kas reflekslerinde düzelleme gözlenmektedir. At ve çocuk arasındaki etkileşim, çocukların sosyalleşmesini sağlamakta ve öz benlik duygularını arttırmaktadır (Rothe ve ark., 2005).

Hippoterapi Seansında Kimler Olmalı

Hippoterapi uygulaması ise rehabilitasyon ekibi tarafından at antrenörü, çekici ve tutucular eşliğinde uygulanan, uygulama seanslarında bireylerin uygun davranışları ortaya çıkarması için tasarlanmış, kontrollü bir ortamda gerçekleşen ve kademeli olarak ortaya çıkan fayda sağlayan sonuçları hedefleyen bir terapidir (Çevik, 2020; Uzun Dönmez, 2019).

Hippoterapi çalışmaları profesyonel ekip bütünlüğünün sağlanmasıyla birlikte uyum içerisinde uygulamalı seanslar sonucunda ihtiyaç sahibi veya engelli bireye katkı sağlayan çalışmadır. Ekip içerisinde yer alan uygulayıcıların tecrübe ve aldıkları eğitimler sonucunda görevleri ve sorumlulukları vardır. Hippoterapi uygulamalarında ekip çalışmasının içerisinde bulunanlar seans boyunca eğitim aldıkları ve profesyonel oldukları alanlarda tecrübelerini kullanarak bireyler üzerinde sağlıklı ve başarılı sonuçlar alınabilmektedir. Hippoterapiyi uygulayacak olan uzmanlar tedavinin bir parçası olarak atın kullanılması konusunda at antrenörlerinden at ve binicilik eğitimi (Ata Yaklaşma, At Bakımı, At Davranışları, At Donatımı, İnme-Binme Teknikleri, At Sağlığı, At Eğitimi) konularında kurs almış olması gereklidir. Bu kursun sonunda kendi uzmanlık alanının dışında at ve bireyle yapacağı tedavi uygulama seanslarında atında bir canlı olması sebebiyle yaşanılacak en ufak olumsuzlukta hem kendini hem de bireyi attan korumuş olacaktır. Hippoterapi uygulama seansları uygun donanıma sahip binicilik tesislerinde hippoterapi eğitim belgesi bulunan uzman sağlık personeli, at antrenörü ,yer ekibinin katılımıyla birlikte uygun at ile yapılmalıdır. Aksi halde oluşabilecek iş kazalarında sorumluluk tamamen terapiyi uygulayan ekibin olacaktır. Hippoterapiye katılan ekip çalışanlarının tamamının ilkyardım eğitimi almış sertifikalı kişilerden oluşmalıdır. Hippoterapi seansları birey ve at olmak üzere iki canlının birlikte uzman ekibin yönlendirmesi ile yapılan egzersiz uygulamalarının sonucunda gerçekleşmektedir. Hippoterapi uygulama sürecinin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi ve başarılı seansların oluşabilmesi için üç grup çalışma ekibine ihtiyaç duyulmaktadır. Birinci grup ekip personeli ihtiyaç sahibi bireyin gelişimi ve tedavisi için uzman doktor, fizyoterapist konuşma ve dil terapisti psikolog ergoterapist uzmanlarıdır. İkinci grup ekip personeli atın eğitimi için at ve binici antrenörü, bindirme indirme personeli, at çekicisi, yan tutuculardır. Üçüncü grup ekip personeli atın sağlığı için veteriner hekim ve nalbantın birlikte koordineli çalışması sonucunda hippoterapi uygulama seanslarının sağlıklı, bilinçli ve güvenli ilerleme görülebileceğini değerlendirilmektedir.

Atlar temel eğitimlerini uzman at antrenörlerinden amaca yönelik eğitim çalışmalarıyla almalıdır. Temel eğitimini almayan ve eksik alan at eğitimde her zaman risk yaratması muhtemeldir. Hippoterapi atı, yanında ve üzerindeki bireyin hareketi ne olursa olsun terapistin komutu olmadan hiçbir hareketi bulunmamak üzere mutlak itaatle eğitilmelidir. Terapistin komutları ve yardımcıları da bireyin özelliklerine göre yapılandırılır.

Hippoterapi sırasındaki tercih edilen yürüyüş biçimleri adeta, tempolu adettir. Atların terapi çalışmaları sırasında genel dikkat zamanlaması atın yaş ve eğitim durumuna göre 20 – 40dk. arasındadır. Atlara her çalışma sonrasında bir dinlenme süresi verilerek bir sonraki binişe

hazırlanmalıdır. Hippoterapi atları da diğer atlar gibi serbest zamana ihtiyaç duyarlar. Biriken enerji ve sosyalleşme ihtiyaçlarını gidebilmek için belirli zamanlarda başka atlarla birlikte padokta boş bırakılmalıdır. Terapi atları alışkın oldukları mekânlar dışında terapi için çalıştırılmamalıdır. Yabancı oldukları mekânlarda atlardan istenen sonuç alınamayabilecektir (Ciesla, 2007).

Hippoterapide Kullanılan At Nasıl Olmalı

Hippoterapi dikkat, uzun ve sabır gerektiren bir tedavi süreci olduğundan tüm çalışma ekibinin özverili bir uyum içerisinde çalışmalıdır. Atlar hippoterapinin olmazsa olmazlarıdır onun için yapılacak seans uygulamalarında onların canlı olduğunu asla unutmamalıyız. Onların sağlıklı olmasının hippoterapi uygulamalarında çalışma ekibini başarıya götüren yol olduğunu aklımızdan hiç çıkarmamalıyız.

Atlı terapide kullanılacak at ırkları, terapideki öncelikli amaç ve terapi uygulanacak kişilerin ihtiyaçları dikkate alınarak değişimle birlikte, genel olarak morfolojik ve fizyolojik özelliklerine göre tercih edilmektedir. Hippoterapi amaçlı kullanılacak atların seçiminde bazı kriterler bulunmaktadır. Bu kriterleri mizaç, beden yapısı, yürüyüş ve koşma tipleri, sağlık, yaş, özel eğitim durumları ve bakımları şeklinde sıralamak mümkündür (Köseman ve Şeker, 2015).

Hippoterapi eğitim seanslarının etkin bir biçimde yapılabilmesi bireyin tedavisine katkı sağlayabilmek ancak ve ancak doğru hippoterapi atının seçimi ile gerçekleşebilir. Doğru hippoterapi atının seçimi seansların güvenli ve sağlıklı bir şekilde ilerlemesine sebep olmaktadır. Bu süreçlerin devamlılığı için atın hippoterapi at antrenörü tarafından sürekli eğitilerek terapi daha fazla katkı sağlanması amaçlanmaktadır. Atlar ne kadar iri cüsseli olurlarsa olsunlar son derece hassas canlılardır. Çevresinde oluşabilecek en ufak değişikliklerde dikkatini artırır ona göre hareketlerini konumlandırır. Bu sebeple atlara hippoterapi seanslarında kullanılacak eğitim materyallerini aniden karşısına çıkartmamalıyız. Hippoterapi seansına başlamadan önce karşısına çıkabilecek eğitim materyallerini en az bir hafta önce öğretmek ve seans başlamadan önce tekrar hatırlatmak öğretmek gereklidir. Terapi atların genel özellikleri incelendiğinde aşağıdaki şekilde sıralamak mümkündür (Ün, 2020; Ciesla, 2007);

Hippoterapi Atı Nasıl Olmalıdır?

- Uluslararası Binicilik Federasyonu (FEI) kurallarına ve etik kurallara göre at ile yapılacak faaliyetlerde sağlıklı olmalıdır.
- Atın davranışları normal olmalı daima insana karşı yakın olmalıdır.
- Ahırın da, padok da ve eğitim alanında sakin ve uyumlu olmalıdır.
- Bireyle daha iyi iletişim için atın cidago boyu 140 cm-160 cm yükseklikte olmalıdır.
- Atın vücut orantısı yani baş boyun bölgesi, gövde bölgesi ve bacak bölgeleri orantılı olmalıdır.
- Atın tırnak açıları ve büyüklükleri eşit açılarda ve düzgün olmalıdır.

- Adımlarını tane tane eşit uzunlukta atarak sabit hızda hareket etmelidir.
- Anatomik yapısında doğuştan veya sonradan oluşan hareketini kısıtlayan kusur bulunmamalıdır.
- İnsanlarla daima iletişime açık ve itaat etme eğilimi olmalıdır.
- Eğitim esnasında oluşabilecek çevresel faktörlere duyarsız olmalıdır. (rüzgâr, ani hareketler, yüksek sesler, farklı cisimlere vb.)
- Öğretileni öğrenmeye yatkın ve yeni uygulanan eğitimlere sürekli olumlu yaklaşmalıdır.
- Antrenöre veya onunla beraber çalışan ekibe güvenmeli, itaat etmeli sürekli eğitimin içinde olmalıdır.
- Kullanılacak at temel eğitim almış eğitim aşamalarını tecrübeli at antrenörü tarafından sağlanmış bu aşamaları olumlu geçmiş 7 yaş üzeri atlarla yapılmalıdır.
- Hippoterapi uygulamalarında kullanılacak at tercihi her ırktan olabilir ancak yukarıda belirtilen şartları atın taşıması halinde hippoterapi uygulamalarından verim alınabilir.

Hippoterapi çalışmasına alınacak atın seçimi programın başarı ile yürütülmesi açısından büyük önem taşır. Uygulayıcının bireye kolaylıkla müdahale edebileceği yükseklikte atlar seçilmelidir. Yük taşıma kapasiteleri 100 – 120kg.'ın üzerinde olmalıdır (Ciesla, 2007).

Hippoterapide At Ekipmanları Neler Olmalı

Hippoterapi uygulama seansı başlamadan önce atın sevk ve idaresi için mutlaka başına takılan yuları (tasma), yönlendirmek amacıyla sevk ipi olmalıdır. At üzerinde eyer, üst kolan, voltej kolanı, haşe, keçe, koyun postu gibi malzemeler bireyin durumuna göre biri veya birkaçı uzman sağlık personelinin ve at ve binici antrenörünün tavsiyesi ile seans öncesinde ve esnasında bu ekipmanlar kullanılabilir.

Sonuç

Çocuk ve yetişkinlerin psikolojik problemlerini azaltıp, duruş, denge ve kas yapılarını güçlendirerek ihtiyaç sahibi bireylerin hayata tutunmasını sağlayan hippoterapi çalışmasına alınacak atın seçimi programın başarı ile yürütülmesi açısından büyük önem taşır. Heyecanını ve dinamizmini kontrol altına almış olması açısından altı yaşından büyük atlar canlı ve yumuşak sırta sahip atların seçimi, cins olarak da midilli ve minyatür atların daha çok tercih edildiği bilinmektedir. Uygulayıcının bireye kolaylıkla müdahale edebileceği yükseklikte atlar seçilmelidir. Hippoterapinin uygulanacağı atlar FEI ve etik kurallara uygun bir biçimde sağlıklı olmalıdır. Tüm bu bilgiler ışığında bu alana ilgi duyan, bu alanda bilimsel olarak çalışmak isteyen kişilere ışık tutacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın temel amacı hippoterapi alanında yapılacak uygulama çalışmaları ile engelli veya ihtiyaç sahibi olan bireylerin at yardımıyla müdahale taleplerini karşılamak, bu tür bireylerin at üzerindeki gelişimlerine katkıda bulunmak

için gerçekleştirilecek uygulamaların doğru, güvenli ve bilinçli bir şekilde yapılabilmesi için birlikte çalışacak olan hippoterapi ekibi fizyoterapist, ergoterapist, dil konuşma terapisti, psikolog ve dünya genelinde kabul edilen ilgili alan terapisti uzmanları ile at ve binici antrenörü, sevk ediciler veteriner ve nalbantları bilgilendirmek ve bu konuda bilgi sahibi olmak üzere Türkiye’de yapılacak hippoterapi çalışmalarına katkı sağlamaktır. Bu paralelde yazılan bu derleme çalışmasında öncelikle söz konusu literatüre ilişkin geniş bilgilere yer verilmiş, hippoterapi kavramının tanımından başlayarak, hippoterapinin tarihçesinden söz edilmiştir. Ardından hippoterapinin uygulanması gereken kişiler ifade edilerek antrenör ve hippoterapi arasındaki ilişki ortaya konmuş ve binicilik antrenörünün hippoterapideki yeri anlatılmıştır. Bu bilgilerden sonra hippoterapinin fiziksel yararları sıralanmıştır, hippoterapinin ihtiyaç sahibi bireylere sağladığı yararlar ifade edilmiştir. Son olarak hippoterapi atının özellikleri ortaya konularak derleme çalışması sonlandırılmıştır.

Kaynaklar

- American Hippotherapy Association [AHA]. 2010 <http://www.americanhippotherapyassociation.org> Erişim tarihi: 20.04.2020
- ATVEINSAN. 2020. <https://www.atveinsan.com>.
- Beinotti F, Correia N, Christofolletti G, Borges G. 2010. Use of hippotherapy in gait training for hemiparetic post-stroke. *Arquivos de neuro-psiquiatria*, 68(6): 908-913.
- Champagne D, Dugas C. 2010. Improving gross motor function and postural control with hippotherapy in children with Down syndrome: case reports. *Physiother Theory Pract*. Nov. 2010; 26 (8): 564-571.
- Ciesla A. 2007. The characteristic of Horses Used in Hippotherapy in Selected Horse Therapy Centers in Poland. *Acta Sci. Pol, Zootechnica* 6(1): 3–14.
- Çevik H. 2020. Sağlık Tabanlı Boş Zaman: Güncel Terapi. Akyıldız Munusturlar, M. (Ed.) (2020). Boş Zamanda Yeni Yönelimler içinde (s.102-148). Ankara. Gazi Kitapevi
- Demirtaş B. 2017. Atlarda Egzersizde Vücut Sıcaklığı ve Isı Düzenleme Mekanizması, İstanbul Üniversitesi.
- Johnson CC. 2009. The benefits of physical activity for youth with developmental disabilities: a systematic review "Am J Health Promot. 23 (3): 157-167.
- Koçkar M. 2012. Dünyada Atçılık Uygulamaları, Mahmudiye Meslek Yüksekokulu Atçılık ve Antrenörlüğü Programı, 2012
- Köseman A, Şeker İ. 2015. Atların Terapötik Amaçlı Kullanımı. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4(2), 44-49.
- Köseman, A, Şeker, İ. (2015). Hippoterapi ve Terapide Kullanılan Atların Özellikleri. Erciyes Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi, 12(3),195-201.
- Lentini JA, Knox M. 2009. A Qualitative and Quantitative Review of Equine Facilitated Psychotherapy (EFP) with Children and Adolescents. *The Open Complementary Medicine Journal*, 1: 51-57
- MMYO, 2020. <https://mmyo.ogu.edu.tr/Sayfa/Index/84/yonerge>
- Moisa CM, Barabasi J, Papuc I. 2012. Selection Methods For Horses Used In Hippotherapy. *Veterinary Medicine*, 69(1-2): 131-138.
- Outram A, Natalie A, Stear RB, Sandra O, Kasparov A, Victor Z, Thorpe N, Evershed RP. 2009. The Earliest Horse Harnessing And Milking, *Science* 6 323, 5919pp.
- Parlak S. 2006. Otistik Çocuklara Sahip Annelerin Empatik Becerilerinin İncelenmesi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı, İstanbul.
- Scott N. 2005. Special Needs, Special Horses – A Guide To The Benefits of Therapeutic Riding, University of North Texas Pres, Denton, Texas.
- Snider L, Korner-Bitensky N, Kammann C, Warner S, Saleh M. 2007. Horseback riding as therapy for children with cerebral palsy: is there evidence of its effectiveness? *Physical & occupational therapy in pediatrics*, 27(2): 5-23.
- Şık UBY, Çekmece UFÇ, Dursun N, Dursun E, Balıkcı E, Altunkanat Z, Gülcü VMA. 2012. Is hippotherapy beneficial for rehabilitation of children with cerebral palsy?. *Türkiye Klinikleri*.
- Temurlenk Ö. 2000. Türk Biniciliği, Ögün Kitabevi, s:1, Ankara.
- Uzun Dönmez M. 2019. Otizmli Çocukların Yaşam Kalitesinde Hippoterapinin Etkisinin İncelenmesi: Terapötik Rekreasyon Uygulaması, Doktora Tezi, Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ünver A, Fuat, 2006. Antik çağdan Modern Olimpiyatlara Binicilik Sporü ve Türk Biniciliğinin Olimpik Gelişimi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Von Arbin C. Hippoterapi. 1994, Charlotte von Arbin; ISBN 91 - 97 15 81 - 3 – 5.
- Yazıcı CG. 2018. Serebral Palsi’li Çocuklarda Simüle Hippoterapi Eğitiminin Etkinliği (Yüksek Lisans Tezi).Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.