

## WPŁYW UPRAWIANIA JEŹDZIECTWA NA JAKOŚĆ ŻYCIA W OPINII CZŁONKÓW POLSKIEGO ZWIĄZKU HODOWCÓW KONI ARABSKICH

### THE INFLUENCE OF RIDING UPON THE QUALITY OF LIFE IN THE OPINION OF MEMBERS OF THE POLISH ARABIAN HORSE BREEDERS ASSOCIATION

Krystyna Chmiel<sup>1(A,B,D,E,F)</sup>, Tomasz Derewiecki<sup>2,3(C,G)</sup>

<sup>1</sup>Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

<sup>2</sup>Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Zamościu

<sup>3</sup>Zakład Rehabilitacji i Fizjoterapii Katedry Rehabilitacji, Fizjoterapii i Balneoterapii,  
Wydział Pielęgniarstwa i Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

Chmiel K., Derewiecki T. (2016), *Wpływ uprawiania jeździectwa na jakość życia w opinii członków Polskiego Związku Hodowców Koni Arabskich*. *Rozprawy Społeczne*, 4 (10), s. 55-59.

Wkład autorów:

- A. Zaplanowanie badań
- B. Zebranie danych
- C. Dane – analiza i statystyki
- D. Interpretacja danych
- E. Przygotowanie artykułu
- F. Wyszukiwanie i analiza literatury
- G. Zebranie funduszy

#### Streszczenie

**Wprowadzenie.** Więź łącząca człowieka z koniem zawsze miała specyficzny charakter, często przeradzając się w pasję, kształtującą jakość życia użytkownika koni. Z samej definicji jakości życia wynika, że zależy ona od możliwości podejmowania działań, które są dla jednostki ważne. Szczególną rolę muszą odgrywać różne formy kontaktu z końmi w życiu osób, które zawodowo lub z zamiłowania zajmują się ich hodowlą.

**Cel pracy.** Prezentowana praca ma na celu ukazanie, czym dla hodowców koni arabskich jest czynne uprawianie jeździectwa bądź inne formy kontaktu z koniem i jak kształtuje to jakość ich życia. Jako szczególnie reprezentatywna próba wybrane zostały konie arabskie, od dawna otaczane wyjątkową czcią przez polskich użytkowników.

**Materiał i metoda.** Materiał badawczy pracy stanowią członkowie Polskiego Związku Hodowców Koni Arabskich, jako metodę badań zastosowano sondaż diagnostyczny, a jako technikę badawczą – ankietę.

**Wyniki i wnioski.** Wyniki badań ankietowych potwierdziły założoną hipotezę roboczą. Znacząca większość respondentów uznała wpływ jeździectwa na ich jakość życia za pozytywny, tylko 5 osób (8,77%) było niezdecydowanych, a odpowiedzi negatywnych nie odnotowano. Większość badanych członków PZHKA jeździ konno, gdyż sprawia im to przyjemność.

**Słowa kluczowe:** konie, jeździectwo, hodowcy, jakość życia

#### Summary

**Introduction.** The bond between man and horse has always had a unique character, often turning into passion and shaping the quality of life of horse users. By definition, the quality of life denotes taking measures that are important to the individual. A special role to play in the lives of people who are involved in breeding horses as professionals or amateurs take various forms of contact.

**Aim.** The purpose of the present paper is to show the kind of influence exerted by practicing horse riding upon their breeders and owners. The tested group was formed from the members of Polish Arabian Horse Breeders Association, because Arabian horses are especially highly esteemed by the Polish users.

**Methods.** A diagnostic survey was used as a research method in the form of a survey questionnaire.

**Results and conclusions.** The results of the survey confirmed the established working hypothesis. The vast majority of respondents considered the impact of riding on their quality of life as positive, only 5 patients (8.77%) were undecided, and there were no negative responses. Most of the surveyed members of the Association ride a horse, because they enjoy it.

**Keywords:** horses, riding, breeders, quality of life

Tabele: 7

Ryciny: 0

Literatura: 22

Otrzymano: 17.02.2016

Zaakceptowano: 02.05.2016

**Adres korespondencyjny:** Krystyna Chmiel, Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, ul. Sidorska 105, 21-500 Biała Podlaska, e-mail: arabiansaneta@hoga.pl, tel.: 83 344 99 02

**Copyright by:** Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, Krystyna Chmiel, Tomasz Derewiecki

Czasopismo Open Access, wszystkie artykuły udostępniane są na mocy licencji Creative Commons Uznanie autorstwa-użycie niekomercyjne-na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-NC-SA 4.0, <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

*Konie to nie hobby, konie to styl życia!*

## Wstęp

Człowiek pozostawał pod urokiem konia, odkąd go udomowił. Koń wcześniej zyskał opinię zwierzęcia „szlachetnego i użytecznego” (Morris 1997) i nigdy nie był traktowany na równi z innymi zwierzętami gospodarskimi ani jako zwykły środek transportu, sprzęt wojskowy czy sportowy (Dzięciołowski 2010, Jakobsze 2011). Także i dziś, kiedy utracił już znaczenie gospodarcze i militarne, chyba żaden gatunek zwierząt nie jest tak wysoko ceniony. Hodowcy i użytkownicy koni - niezależnie od tego, czy własnych, czy tych, z którymi pracowali - od wieków tworzyli specyficzną kastę „rasowych koniarzy”, dla których praca z końmi była pasją życiową, służbą bądź sposobem na życie (Łęczycka, Pawelec-Zawadzka 2007, Pawelec-Zawadzka, Wintersteen 2013, Trela 2008).

Od dawna znana też była terapeutyczna rola konia. Już w starożytności Hipokrates i Galen podkreślali zalety jazdy konnej jako wszechstronnej gimnastyki, pozytywnie wpływającej na zdrowie i kondycję. W czasach nowożytnych pojawiło się pojęcie „hipoterapia”, definiowana jako „ogół zabiegów terapeutycznych, od których wykorzystuje się konia”. Hipoterapia stanowi jedną z form rehabilitacji wieloprofilowej. Uniwersalność metody polega na jednoczesnym oddziaływaniu ruchowym, sensorycznym, psychicznym i społecznym (Gasińska 2009). Rola konia w hipoterapii jest nie do zastąpienia przez jakikolwiek przyrząd wytworzony przez człowieka, koń z powodzeniem pełni funkcję naturalnego psychoterapeuty, dopomagającego w zwalczaniu stresu i przywracaniu równowagi psychicznej. Współcześnie, lawinowy rozwój cywilizacyjny przyniósł niepożądane skutki uboczne - powstanie nowych problemów zdrowotnych, znanych jako „choroby cywilizacji”, na które świetną odtrutką okazał się koń, jako ogniwo łączące człowieka z naturą (Chrapla 2009, Raczkowska 2009). Stwierdzono, że jeźdźcy, czy to sportowi, czy rekreacyjni, często dożywają w dobrej formie późnego wieku (Psychopedagogiczne aspekty hipoterapii...2007, Piróg-Komorowska 2013, Terapeutyczna Jazda Konna II 2004).

Szeroko rozpowszechnione obecnie pojęcie „jakości życia” było już na różne sposoby definiowane przez wielu autorów. Mnogość tych definicji wynika najprawdopodobniej z faktu, że jakość życia jest pojęciem interdyscyplinarnym, którym zajmują się badacze z zakresu medycyny, psychologii, socjologii oraz ekonomii społecznej. Jedną z pierwszych definicji, sformułowana w 1972 r., mówiła, że na jakość życia składają się satysfakcja z życia i poczucie szczęścia. Jednak większość ekspertów zajmujących się badaniami jakości życia wskazała, że konieczne jest uwzględnienie wskaźnika ważności poszczególnych sfer życia dla osoby badanej. Dlatego pra-

wie wszystkie definicje zawierają w sobie element satysfakcji ze spełnionych marzeń, możliwości samorealizacji w dziedzinach, które są dla jednostki ważne (Ferrans 1992, Michalos 2007, Papuć 2011, Trzebińska, Łuszczynska 2002). Taką dziedziną niewątpliwie jest jazda konna i zróżnicowane formy kontaktu z koniem, toteż dla osób, dla których stanowią one pasję życiową, mogą wywierać silny wpływ na jakość ich życia.

## Cel pracy

Autorzy przyjęli hipotezę roboczą, zgodnie z którą czynne uprawianie jeździectwa lub innych form pracy z koniem wywiera pozytywny wpływ na jakość życia, szczególnie osób zajmujących się zawodowo lub z zamiłowania hodowlą koni. Za wyjątkowych pasjonatów w tym zakresie uważane było od dawna środowisko hodowców i użytkowników koni arabskich, gdyż zarówno w badaniach naukowych (Chmiel 1990), jak w obserwacjach praktyków (Schiele 1972, Tomczak-Wrona, Sobieszak 2009), konie tej rasy wykazywały odrębne właściwości fizjologiczne, psychiczne i użytkowe od pozostałych ras, a ich miłośnicy byli nimi szczególnie zafascynowani. „...są konie i araby. Przebywanie z arabem to coś więcej, to magia” (Tomczak-Wrona, Sobieszak 2009). Wpłynęło to na objęcie badaniami właśnie środowiska „arabiarzy”.

## Materiał i metody

Materiałem badawczym pracy była grupa 57 członków Polskiego Związku Hodowców Koni Arabskich (w tym 30 kobiet i 27 mężczyzn), poddanych badaniu ankietowemu podczas XVIII Walnego Zjazdu tego związku, mającego miejsce 22-23.03.2014. na terenie SK Janów Podlaski. Podzielono ich na grupy wiekowe: 18-30 lat, 31-54 lata i 55 lub więcej lat. Metryczka ankiety zawierała również pytania o wykształcenie (podstawowe, zawodowe, średnie bądź wyższe) i miejsce zamieszkania badanych (wieś, miasto do 20 tys. mieszkańców, 20-50 tys., 50-100 lub powyżej 100 tys. mieszkańców).

Metodą badań, jaką zastosowano, był sondaż diagnostyczny, a techniką badawczą – ankieta. Autorski kwestionariusz ankiety, zawierający 7 pytań o kafeterii zamkniętej lub półotwartej, jak również metryczkę złożoną z 4 pytań o kafeterii zamkniętej, był rozdawany uczestnikom zjazdu, a nieobecny rozsyłany drogą mailową.

## Wyniki i wnioski

Pytanie 1 ankiety podawało do wyboru 4 definicje jakości życia (Michalos 2007, Papuć 2011, Trzebińska, Łuszczynska 2002). Ankietowani mieli zaznaczyć te, z którymi się zgadzają. Istniała możliwość wyboru więcej niż jednej odpowiedzi, toteż udzielono ich 103 (tabela 1).

**Tabela 1.** Definicje jakości życia wybrane przez respondentów

Definicja	Liczba odp.	%
1. Zakres, w jakim nasze nadzieje i marzenia pokrywają się z rzeczywistością	32	31,07
2. Dobrostan, którego wyznacznikiem jest satysfakcja z tych dziedzin życia, które są dla jednostki ważne	29	28,16
3. Spostrzeganie przez osobę własnej sytuacji życiowej w kontekście uwarunkowań kulturowych, systemu wartości oraz w związku ze swoimi celami, normami i zainteresowaniami (definicja WHO)	25	24,27
4. Stopień satysfakcji z ludzkiej egzystencji	17	16,50

A zatem większość ankietowanych utożsamiała jakość życia ze stopniem spełnienia swoich marzeń. Konie były tym, co fascynowało ich przyszłych hodowców i użytkowników od dziecka, a realizując swe marzenia, czuli się szczęśliwi i spełnieni (Dzięciołowski 2010, Pawelec-Zawadzka, Wintersteen 2013).

W odpowiedzi na pytanie 2 ankietowani mieli określić formy swojego kontaktu z koniem (jazda konna lub inne). Do wyboru było 5 możliwości, przy czym możliwe było wybranie więcej niż jednego wariantu, toteż udzielono 67 odpowiedzi (tab. 2).

**Tabela 2.** Formy kontaktu respondentów z koniem (jazda konna lub inne)

Wariant	Liczba odp.	%
1. Jeżdżę lub powożę rekreacyjnie	34	50,75
2. Inna forma kontaktu z koniem (praca jako instruktor jazdy konnej, sędziowanie, organizowanie imprez, fotografowanie koni)	16	23,88
3. Nie jeżdżę, lecz hoduję konie	9	13,43
4. Uprawiam sport jeździecki wyczynowo	7	10,45
5. Nie jeżdżę, lecz pracuję z końmi	1	1,48

Wynika stąd, że większość hodowców koni arabskich czynnie użytkuje je w rekreacji lub sporcie, czasem uprawiając kilka form kontaktu z tymi zwierzętami.

Pytanie 3 brzmiało „Od jak dawna jeździ Pan(-i) konno lub ma kontakt z koniem?” Możliwe były 4 warianty odpowiedzi (tab. 3).

**Tabela 3.** Długość stażu jeździeckiego respondentów

Wariant	Liczba odp.	%
1. Więcej niż 10 lat	40	70,18
2. 5-10 lat	9	15,79
3. 1-5 lat	6	10,53
4. Od mniej niż roku	2	3,50

Z odpowiedzi w tym punkcie ankiety wynika, że uczestnicy zjazdu w dużej większości (70,18%), byli doświadczonymi jeźdźcami, uprawiającymi tę dys-

cyplinę sportu dłużej niż przez 10 lat (rekordzista podał, że spędził ponad 60 lat w siodle). Świadczy to, że dla prawdziwych koniarzy dosiadanie swoich wierzchowców jest pasją na całe życie (Pawelec-Zawadzka, Wintersteen 2013, Trela 2008). Koresponduje to z odpowiedziami na 2 pytanie metryczki, z których wynika, że większość respondentów to osoby przynajmniej w średnim wieku. Potwierdza to doniesienia z literatury, zgodnie z którymi jazda konna konserwuje i przedłuża życie (Piróg-Komorowska 2013).

Na pytanie 4, dotyczące fachowego wykształcenia respondentów, można było odpowiedzieć tylko „Tak” lub „Nie” (tab. 4).

**Tabela 4.** Procent respondentów posiadających wykształcenie związane z jeździectwem lub hodowlą koni

Wariant	Liczba odpowiedzi	%
Tak	30	52,63
Nie	27	47,37

Widać stąd, że wśród badanych członków PZHKA udział „zawodowców” i „amatorów” układały się mniej więcej w proporcji „pół na pół”. W hodowli koni bowiem praktyka znaczy nieraz więcej niż dyplom wyższej uczelni.

Pytanie 5 brzmiało: „Co daje Panu (-i) uprawianie jeździectwa lub kontakt z koniem?” Można było zaznaczyć więcej niż jeden wariant odpowiedzi, toteż łącznie padło ich 170. Wariantów do wyboru było 6 (tab. 5).

**Tabela 5.** Korzyści z uprawiania jeździectwa lub kontaktu z koniem według opinii respondentów

Wariant	Liczba odp.	%
1. Przyjemność	52	30,07
2. Satysfakcja z kontaktu z inteligentnym zwierzęciem	43	25,29
3. Poprawa kondycji fizycznej	36	21,18
4. Większa możliwość kontaktu z naturą	28	16,47
5. Dowartościowanie się	11	6,47
6. Nie wiem	-	-

Warto zauważyć, że trzy pierwsze warianty odpowiedzi uzyskały zbliżone wartości, natomiast żaden ankietowany nie udzielił odpowiedzi „nie wiem”. Wynika stąd, że członkowie PZHKA uprawiają jeździectwo głównie dla przyjemności, satysfakcji płynącej z kontaktu z inteligentnym zwierzęciem i poprawy kondycji fizycznej, i mają na ten temat wyrobione poglądy. Odpowiedzi te korespondowały z wynikami wielu badań naukowych, zgodnie z którymi różne formy aktywności fizycznej stanowią najlepsze lekarstwo na choroby cywilizacji (Bielski 1994, Bielski 1996, Drygas 1997), a spośród nich jazda konna wykazuje najbardziej wszechstronne działanie, gdyż wszystkie mięśnie jeźdźcy zmuszone są do ruchu we wszystkich kierunkach (Chrapla 2009).

W pytaniu 6 postawiono przed ankietowanymi problem, z jakim często muszą mierzyć się osoby, które swoje życie podporządkowały swojej pasji. Zapytano ich: „Czym byłaby dla Pana(-i) konieczność rezygnacji z uprawiania jeździectwa?”, co zawsze może się zdarzyć, z przyczyn np. zdrowotnych lub osobistych. Ankietowani mogli wybrać między 3 wariantami odpowiedzi (tab. 6).

**Tabela 6.** Czym byłaby dla respondentów konieczność rezygnacji z uprawiania jeździectwa

Wariant	Liczba odp.	%
1. Przykrą koniecznością, z którą musiał(-a)bym się pogodzić	41	71,93
2. Tragedią życiową	13	22,81
3. Obojętne	3	5,26

Łatwo zauważyć, że członkowie PZHKA poddani badaniom wykazali „zdroworozsądkowy” stosunek do uprawianej przez siebie dyscypliny. Duża większość (71,93%) respondentów stwierdziła, że pogodziłaby się z tą przykrą koniecznością, choć 22,81% uznałoby to za swoją tragedię życiową. Z drugiej strony jedynie trzy osoby miałyby do takiej ewentualności stosunek obojętny.

Ostatnie, siódme pytanie miało charakter podsumowujący całość, gdyż respondenci poproszeni zostali o wypowiedź, czy uważają wpływ uprawiania jeździectwa na jakość swego życia za pozytywny, negatywny, czy jest to im obojętne. (tab. 7).

## Literatura:

- Bielski J. (1994), *Wpływ wzmożonej aktywności ruchowej na rozwój i profilaktykę chorób cywilizacyjnych*, W: *Styl życia a zdrowie*. Materiały z ogólnopolskiej konferencji naukowej, PTP, Olsztyn.
- Bielski J. (1996), *Życie jest ruchem*. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego. Agencja Promo-Lider, Warszawa.
- Chmiel K. (1990), *Ocena współzależności zrównoważenia nerwowego i dzielności wyścigowej koni czystej krwi arabskiej*. Rozprawa habilitacyjna. Wydawnictwo AR, Lublin.
- Chrapła E. (2009), *Hipoterapia - powrót do natury*. [www.fundacja.hipoterapia.pl/pokaz/arttykuł/121/0](http://www.fundacja.hipoterapia.pl/pokaz/arttykuł/121/0) (data dostępu: 19.01.2016).
- Drygas W. (1997), *Wysiłek fizyczny - panaceum, mit czy katastrofa?* Med. Sportowa, 1, 137.
- Dzięciołowski P. (2010), *Mistrzowie Polski*. Akademia Jeździecka, Warszawa.
- Ferrans C., Powers M. (1992), *Psychometric assessment of the Quality of Life Index*. Nursing and Health; 15, s. 29-38.
- Gasińska M. (2009), *Hipoterapia inaczej*. Fizjoterapia Polska, 3, s. 275-276.
- Jakobsze M. (2011), *Znalazłam sposób na życie*. Koń Polski; 12(331); 30-33.
- Łęczycka U., Pawelec-Zawadzka I. (2007), *Araby w życiu Andrzeja Grzybowskiego*. Araby, 2(6), 52-57.
- Michalos A.C. (2007), *Essays on the Quality of Life*. Springers-Verlag, GmbH.
- Morris D. (1997), *Dlaczego koń rzy?* Książka i Wiedza, Warszawa.
- Papuć E. (2011), *Jakość życia i sposób jej ujmowania*. Curr. Prob. Psychiatrii, 12(2), s. 141-145.
- Pawelec-Zawadzka I., Wintersteen J. (2013), *Pasja życia*. Araby Magazine, 2(6), s. 46-54.
- Piróg-Komorowska A. (2013), *Ostatnia prosta w siodle*. Koń Polski, 1 (344), s. 76-79.
- Psychopedagogiczne aspekty hipoterapii dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie*. (2007), Praca zbiorowa pod red. Anny Strumińskiej. PWRiL, Warszawa.
- Raczkowska A. (2009), *Koń - wspianały terapeuta*. Koń Polski, 7 (302), s. 4-5.
- Schiele E. (1972), *Arabiens Pferde Allahs liebste Kinder*. BLV Muenchen, Bern, Wien.
- Terapeutyczna Jazda Konna II. Strategie rehabilitacji* (2004). Praca zbiorowa pod red. Barbary Teichman Engel. Fundacja Hipoterapia – Na Rzecz Rehabilitacji Dzieci Niepełnosprawnych, Kraków.

**Tabela 7.** Wpływ uprawiania jeździectwa na jakość życia w opinii respondentów

Wariant	Liczba odp.	%
Pozytywny	52	91,23
Nie wiem	5	8,77
Negatywny	-	-

## Wyniki i wnioski

1. Wśród respondentów niewielką większość (52,63%) stanowiły kobiety.
2. Najwięcej ankietowanych znalazło się w przedziale wiekowym 31-54 lata (45,61%), nieco mniej miało powyżej 55 lat (33,34%), a najmniej - od 18 do 30 lat.
3. Znaczna większość respondentów (80,70%) legitymowało się wykształceniem wyższym.
4. Najwięcej respondentów mieszkało na wsi (45,61%), a miasta o 50-100 tys. lub powyżej 100 tys. mieszkańców zamieszkiwało równo po 22,81%.
5. Największa liczba uczestników ankiety jeździ konno dla przyjemności (30,07%) i czyni to od ponad 10 lat (70,18%).
6. Przeważająca większość (91,23%) ankietowanych członków PZHKA uznała wpływ uprawiania jeździectwa na jakość swojego życia za pozytywny, co potwierdziło założoną hipotezę roboczą.

20. Tomczak-Wrona B., Sobieszak A. (2009), *Wysłuchaj się w swojego konia*. *Araby*, 2(14), s. 52-57.
21. Trela M. (2008), *Dyrektor*. *Araby*, 4(12), s. 12-15.
22. Trzebińska E., Łuszczyńska A. (2002), *Psychologia jakości życia*, W: Z. Jurkowlanec (red.), *Psychologia Jakości Życia*. Wydawnictwo Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej, Warszawa, s. 5-8.