

IZBIRA PRIMERNEGA OKOLJA ZA IZVAJANJE TERAPIJE S POMOČJO KONJA

- KRAJ, KJER SE TKEJO NOVA PRIJATELJSTVA ...

Objavljeno v Reviji o konjih, oktober 2008

Terapija se začne že v hlevu

Ste se kdaj vprašali, kaj je potrebno, da se v hlevu počutite prijetno? Je potrebno, da je hlev brezhibno sterilen, muzejskega izgleda, ki daje občutek, da ste v petičnem hotelu najvišje kategorije? Ali je to morda prijeten vonj? Toplina? Pozitivno vzdušje, ki vlada med ljudmi? Umirjenost zadovoljnih konjev?

V terapevtskem hlevu naj vlada prijetna atmosfera, ki nam daje občutek domačnosti, topline in urejenosti. V takšnem okolju se lahko sprostimo, počutimo se prijetno, pritiski popuščajo, pomirimo se, prevzame nas občutek varnosti ... Zdi se nam, da čas obstane in da obstaja le ta trenutek ... Tudi vsi tisti, ki vsak dan po napornih šolskih ali službenih obveznostih zahajamo v hlev k našim ljubljencem, doživimo prijetno hlevsko atmosfero kot »terapijo«. Sprostimo se in pozabimo na vsakodnevne skrbi ...

V času, ko se izvajajo pripravljalne aktivnosti na terapijo, pri katerih je udeležen tudi uporabnik (vzpostavljanje stika s konjem, čiščenje in pripravljanje konja ...), naj v hlevu vlada mir, da ni nepotrebnega hrupa, preglasne glasbe, nepoznanih dejavnikov, in da se ne dogajajo stvari, ki vznemirjajo konja ali našega uporabnika. Primer: ni primerno, da se na terapije pripravljamo v času, ko se konje običajno krmi in so v pričakovanju skorajšnje hrane in osredotočeni le na to ... Prav tako ni primerno, da se med pripravo na terapije v hlevu izvajajo aktivnosti, ki bi lahko dekoncentrirale uporabnika terapij ali celo povzročile nevarno situacijo. Pomembno je, da tudi drugi jezdec in obiskovalci v hlevu razumejo, da je med potekom terapevtskega procesa potrebna maksimalna koncentracija terapevta in uporabnika terapije, tako da po nepotrebnem ne prekinjajo in ne motijo dogajanja.

Predpogoj za izvajanje terapij ob konjih v hlevu je tudi dobra organiziranost aktivnosti in red pri shranjevanju opreme, ki jo potrebujemo. Zelo pomembno je, da je čistilni pribor za konje vedno na istem mestu, prav tako tudi sedla, podsedelnice, uzde in ostali terapevtski pripomočki. Dobra organiziranost v smislu – vedno na istem mestu – je še posebej pomembna pri delu z osebami, ki so utrpeli poškodbe glave ali možgansko kap in pri drugih uporabnikih, ki imajo težave s spominom, organiziranostjo in orientacijo v prostoru. Tudi pri delu z avtističnimi otroci moramo poskrbeti za natančnost in urejenost. Včasih jih namreč iztiri že najmanjša sprememba, na primer podsedelnica druge barve, drugačna krtača, nov voltžirni pas ...

Torej – če zagotovimo umirjeno, ljubečo in domačo atmosfero v hlevu, ne moremo zgrešiti bistva: to je – dobrega počutja uporabnikov in vseh ostalih jahačev v hlevu. Hlev naj bo naš azil, naše varno zatočišče, kjer bomo znova našli sami sebe.

Tudi opazovanje konja na pašniku je del terapevtskega procesa

Če želimo, da naš jahač resnično vzpostavi stik s konjem, je nujno, da svojega novega prijatelja opazuje tudi med vrstniki – v čredi. Ko konja enkrat vidimo na svobodi, »v elementu«, kako teka in se veseli v družbi drugih konjev, običajno začnemo nanj gledati povsem drugače. Nenadoma ni več tisto umirjeno, ubogljivo bitje, ki potrpežljivo čaka na

nove naloge, temveč postane bitje s samostojnim karakterjem in temperamentom, z lastnimi željami, potrebami in odločitvami. Predvsem otroci so sposobni šele ob opazovanju konja v svobodnem gibanju dojeti, da je konj živo bitje s svojim značajem in lastnostmi. Konj v gibanju izžareva moč, samozavest, energijo, veselje in voljo do življenja – to so pogosto lastnosti, ki jih poskušamo skozi terapevtski proces vzbuditi tudi v našem jahaču. Opazovanje konjev v čredi in njihovih medsebojnih odnosov je lahko pogosto tudi iztočnica za pogovor o odnosih med nami, ljudmi. Tudi med ljudmi vladajo podobna pravila: rojevajo se prijateljstva, prihaja do razprtij; tudi ljudje, prav tako kot konji, potrebujemo svoj nedotakljiv osebni prostor, kamor spustimo le najbližje; včasih smo osamljeni, izolirani in družba nas ne sprejme; včasih spet smo kar obkroženi s prijatelji, ki tekmujejo za našo naklonjenost. Da, ljudje in konji smo si po ravnanju zelo podobni ... Ko smo sposobni videti in razumeti odnose v čredi, smo sposobni razumeti tudi medčloveške odnose.

Kdaj izbrati jahalnico in kdaj terapijo na prostem?

Po spoznavanju konja v njegovem življenjskem okolju – v hlevu in na pašniku – lahko pričnemo tudi z vključevanjem in sodelovanjem pri konjevih »delovnih« obveznostih. Prišli smo do točke, ko nam je dovoljeno, da se povzpnejo na njegov hrbet.

Terapija s pomočjo konja se lahko izvaja v pokriti jahalnici, zunanem jahališču in v naravi, odvisno od ciljev, faze dela, situacije, sposobnosti jahača in presoje terapevta.

Hipoterapijo je najbolje izvajati v pokriti jahalnici, saj na ta način naletimo na manj motečih faktorjev, ki bi vplivali na gibanje konja (bolj izravnana podlaga, manj šumov, nenadnih sprememb ...). Jahalnica naj bi po možnosti imela tudi ogledala, saj le-ta pomagajo pri motivaciji jezdecev, hkrati pa omogočajo terapevtu večjo preglednost in vidnost pri celotnem gibanju. Glede na zastavljene cilje in presojo hipoterapevta se hipoterapijo lahko izvaja tudi v zunanem jahališču ali prosto v naravi.

Pri pedagoško-defektološki, socialno-pedagoški in psihoterapevtski obravnavi s pomočjo konja je zaželeno, da izbiramo različne prostore za izvajanje terapije. Izbor je znova odvisen od ciljev, faze dela in vseh že prej naštetih dejavnikov. Primer: kadar poskušamo doseči začetno koncentracijo in krepiti pozornost jahača, kadar urimo orientacijo v prostoru itd. raje izberemo jahalnico ali zunanje jahališče, ki omeji prostor gibanja. Ko pa želimo delati na zaznavanju in čutnih dražljajih, na socializaciji in integraciji, na občutenju in samozavedanju, te cilje zagotovo bolje dosegamo v naravnem okolju, kjer smo bolj sproščeni in bolj pripravljeni prepuščati se konjevemu gibanju.

Izbor in priprava okolice – ključen dejavnik za uspeh

Torej - ni dovolj, da imamo na voljo primerne konja in ustrezno usposobljenega terapevta, ki bo znal izbrati najprimernejše metode in postopke dela glede na zastavljene cilje. Uspeh terapij s pomočjo konja je odvisen od usklajenosti vseh dejavnikov, ki lahko vplivajo na potek terapije. Izbiira in priprava primerne okolice je zagotovo eden izmed ključnih. Od okolice in konteksta je namreč odvisno, kako se počutimo: ali smo sproščeni, ali se čutimo varno in zaželeno, ali nam je prijetno, ali smo pripravljeni zaupati ... Naj naš hlev in njegova okolica vsem majhnim in velikim jahačem predstavljata kraj, kjer se tkejo nova prijateljstva. Brez ovir in za vedno ...

Avtorica prispevka: Metka Demšar Goljevšček, univ.dipl.ped. in soc. kult., terapevtka za TPK, metka@nakonju.si

Ustanova: Fundacija NAZAJ NA KONJA, Starošince 37, 2326 Cirkovce, www.nakonju.si