

Gyógyító állatok

A lovak ragaszkodnak hozzá, hogy lépésről lépésre tudják, ki a vezetőjük

Fizikális, lelki sérülések, de stressz oldására is alkalmasak az állatok segítségével végzett foglalkozások. Külföldi szakirodalomban macskákkal, nyulakkal, delfinekkal végzett terápiás programokról is írnak, de hazánkban leginkább a lovas és a kutyás terápia működik. A lovakkal való foglalkozás alkalmas lehet az önismeret fejlesztésére vagy vezetői készségek elsajátítására is. A kutyák a terápiás célokon túl kiképezhető hallássérültek, mozgássérültek mindennapi segítésére, így parancsra ajtót nyitnak vagy villanyt kapcsolnak.



FOTÓ: KOCSIS ZOLTÁN

■ VONA ADRIENN

Az elmúlt évtizedekben már bebizonyosodott, hogy az állatterápia számtalan területen eredményesen alkalmazható, legyen szó mozgáskorlátozottságról, fogyatékoságról vagy a lelki terhek orvoslásáról. A külföldi szakirodalomban macskákat, nyulakat, delfineket vagy lámákat segítségével megvalósuló terápiás programokról is írnak, de technősök alkalmazására is volt már példa állatszörre allergiás gyermekeknél. A hazai terápiás programokban azonban leginkább kutyák vagy lovak vesznek részt. A felmérések szerint az állatok közelsége csökkenti a stresszt, a szorongást, javítja az önkontrollt, mérsékli a magányosság érzetét és a depressziót. Azok, akik rendszeresen állatok közelében vannak, velük élnek vagy dolgoznak, tovább élnek, kevesebbet keresik fel orvosait, és a mindennapi subjektív megéléseik is pozitívabbak.

Többek között ezeket a hatásokat használjuk az állatterápia során – magyarázta lapunknak *Semsey Zsófia* pszichológus, lovas-pszichoterapeuta, tréner, az Eq Skill Humán tanácsadó és vezetőfejlesztő cég munkatársa. Hangsúlyozta, hogy hasonlóan minden terápiás és tréningfolyamathoz, a lovas foglalkozásoknak is célja, hogy a résztvevők észrevegyék erősségeiket, nehézségeiket. Sőt azokra a „vakfoltjaikra” is rápillantsanak, amelyekről nincs is tudomásuk, ugyanakkor jelentősen meghatározzák szűkebb-tágabb szociális kapcsolataikat.

A foglalkozások alatt egyfajta kapcsolat, egymásra hangolódás alakul ki. A vezetői tréningeknél például a résztvevőknek rá kell jönniük arra, hogy az adott akadály a ló számára indifferens, ha nem lépi át, a vezető határozottságával, fellépésével, önbizalmával vagy a világos célok hiányával lehet probléma – mutatott rá a szakember. Hozzátette, a foglalkozások alatt szerzett visszajelzések a vezetői tréningek alapjai.

A lovak ragaszkodnak hozzá, hogy lépésről lépésre tudják, ki a vezetőjük. A lovakkal való foglalkozás – legyen az az állat ápolása, vezetése vagy akadályok megkerülése – alkalmas lehet például felső vezetőik számára az önismeret fejlesztésére, de új vezetői készségek elsajátítására is – mondta a pszichológus. Mint kifejtette, a terápiás foglalkozások alatt a ló társaságában gondolat, érzélem és inspiráció születik.

A görcsöktől a versenyig

A Pannon Lovasakadémián 41 gyermek terápiás fejlesztése folyik, többek között tanulási zavarokkal küzdő, értelmileg akadályozott, hiperaktív, magatartászavaros, de autista, illetve hallássérült gyermekekkel is foglalkoznak.

A terápia irányát mindig az adott gyermek igényeire szabva állítja össze egy szakmai csoport. Ez általában gyógypedagógusból, gyógytornászból, pszichológusból, lovas szakemberekből és speciális szakemberekből, szakorvosokból áll. A foglalkozások mindig játékos keretek között, sérülés- és életkor-specifikusan zajlanak – magyarázta lapunknak *Iváncsik Réka* gyógypedagógus, lovasterapeuta.

A szakember kifejtette, a terápiát olyan magasan képzett lovakon végzik, amelyek jól bírják a speciális hanghatásokat, például a kiabálást, sikítást, és a gyermekek túlzósgása és a speciális játékok sem ijesztik meg őket. A foglalkozásokon négyéves kor feletti gyermekek vehetnek részt, mert a harmincperces terápiás idő folyamatos koncentrációt igényel és heti rendszerességgel történő fizikális megerőltetést is jelent. Példaként megem-

lítette, hogy egy siketen született kislányt a közelmúltban hoztak el a foglalkozásokra.

Ő az organikus sérülése miatt nagyon rossz finom- és nagymozgással, még rosszabb egyensúlyérzéssel és mozgáskoordinációval rendelkezett. Mire a lovaglást megkezdte nálunk, addigra már egy speciális implantátummal, illetve hallókészülékkel hallott, de mozgása teljesen összerendezetlen és bizonytalan volt. Az első alkalommal még a lóra való felszállás is igen nagy gondot jelentett, és abban sem voltunk biztosak, hogy valaha el fogunk tudni indulni a terápiás lovunkkal. A kislány félt, görcsös volt és egész testében remegett, de a foglalkozások hatására az országos lovasterápiás versenyig is eljutott, és nagyon szép eredményekkel versenyzett – tette hozzá.

A legnagyobb kitérőt és élni akarást talán egy agydagyanatos kislány terápiás lovagoltatása kapcsán éltük át – folytatta *Iváncsik Réka*. Mire hozzánk került, már átesett több műtéten is, így számos olyan terület volt nála, amit fejlesztenünk, segítenünk kellett. Járni csak segítséggel tudott, hallani csak az egyik fülével hallott, a látásával is voltak problémák, és mivel rengeteg időt töltött kórházban, kortársaitól elszigetelten, teljesen magába zárkózott. A lovaglások alkalmával mégis mindig kitérőt és fáradhatatlan volt, és nagyon ragaszkodott a lóhoz. Életszerete és gyógyulni akarása példaértékű volt számunkra is. Fizikális állapotán nagyon sokat segített a terápiás lovaglás, de a lelke, közérzetének még többet jelentett – mondta a szakember.

Növelik az önbizalmat

A gyakorlati tapasztalatok azt mutatják, hogy a terápiás kutyák alkalmazásával könnyebben alakítható ki kontaktus olyan személyekkel is, akik bizonyos mentális zavar vagy trauma hatására nehezebben lépnek kapcsolatba embertársaikkal vagy akár a segítő szakemberrel.

A kutyaterápiát gyermekotthonokban, illetve gyógypedagógiai foglalkozásoknál is alkalmazzák.

Bródy Andrea, a Kutyával az Emberért Alapítvány (KEA) munkatársa lapunknak elmondta, hogy gyógypedagógiai fejlesztésnél a kutyaterápiás foglalkozások során számos feladatot oldanak meg, például a gyerekeknek körbe kell rajzolniuk a zsírpapírra lefekvő ebet. Máskor a gyerekeknek is el kell végezniük azokat a feladatokat, amiket a kutya végez, például a hasukról a hátukra kell fordulniuk. Ezek a fejlesztő feladatok pedig mozgásukban

LOVAS POLGÁRŐRÖKET KÉPEZNEK. Az

Országos Polgárőrszövetség (OPSZ) és a lakiteleki Népfőiskola Alapítvány együttműködése keretében lovas elméleti felkészítő képzés kezdődött Lakiteleken a hét végén. *Rácz Adrienn*, az OPSZ lovas tagozatának elnöke az ország különböző településeiről érkezett lovas polgárőr vezetők előtt tartott megnyitón elmondta: három hétvégén találkoznak a népfőiskolán, és kiemelkedő szakmai tudású előadók tolmácsolásában a lóról, a tartás technológiájáról és a lovaglásról, valamint a hajtásról halgatnak meg előadásokat. Emlékeztetett arra, hogy az OPSZ elnökségének szakmai tagozataként 2012. április 20-án alakult meg a lovas tagozat, majd a népfőiskolán tartott tavalyi egyeztetésen *Lezsák Sándor*, az Országgyűlés alelnöke felajánlotta, az OPSZ lovas tagozatának területén – az úszásoktatás mintájára – a lovasoktatás is megvalósulhasson. *Rácz Adrienn* hangsúlyozta: bízik abban, hogy az előadás-sorozat hasznos lesz azoknak is, akik már rendszeresen adnak lóval megerősített szolgálatot, és azoknak is, akik még csak most gondolkodnak a szervezett formában való együttműködésről. *Felföldi Zoltán*, Lakitelek polgármestere – aki maga is lovas polgárőr – köszöntőjében kifejtette, a településen több mint húsz tagja van a polgárőrség lovas tagozatának. A nagyközségben bevezetett lovas oktatásról a polgármester elmondta, Lakiteleken az általános iskola 3. osztályos tanulói a testnevelésóra keretében egy év alatt megtanulnak lovagolni, amihez a lovas polgárőrök nyújtanak segítséget. A résztvevőket köszöntötte *Hatala József* altábornagy, a Nemzeti Bűnmegelőzési Tanács elnöke, aki ígért tette, hogy továbbra is segíteni fogja a lovas tagozat megerősítését. (MTI)

akadályozott fiatalok számára nem mindig egyszerűek.

A terápiás állat hatására könnyebben alakul ki a bizalom, és gyorsabb lehet a gyógyulási folyamat is. Az állat azonnal reagál a viselkedésre, empátiás kapcsolat jön létre, amelyben a gyermek feltétlen elfogadást tapasztal. Ezáltal csökken a szorongás, a stressz, és egy bizalmi állapot idéződik fel. A nagyobb gyerekek megtapasztalhatják, hogy ők irányíthatják a helyzetet, a kutya hallgat rájuk, ül, fekszik, ami növeli önbizalmukat – magyarázta lapunknak *Kacsó Bernadett* pszichológus, a Psziché Műhely munkatársa. Hozzátette, idős emberekkel is működik a kutyaterápia, hiszen a hízog, a simogatásra kedveskedő ebek színt, örömet visznek az életükbe.

Mindennapi segítség

A KEA a terápiás kutyák képzése mellett mozgássérülteket segítő kutyákkal is foglalkozik. *Bródy Andrea* hangsúlyozta, nem szabad összekeverni a terápiás kutyákat a segítő ebekkel. Az utóbbiak közé a mozgássérült-segítő, a személyi segítő, a hallássérült-segítő és a rohamjelző kutyák tartoznak.

Három segítő kutyával él együtt *Gulyás Viktória*, az alapítvány egyetlen kerekese székese nevelője. A fiatal lány újságírónak tanult, most viszont főállásban nevelői feladatokat vállal az alapítványnál. Jelenleg egy fiatal, mozgássérült segítő és egy hallássérült segítő kutyával foglalkozik negyedik kerületi otthonában.

Ahhoz, hogy a mozgássérült segítő kutyák megfelelően el tudják látni feladataikat, ideális, ha olyan nevelőgazdákhoz kerülnek, amíg a kiképzésük folyik, aki maga is érintett. Így élethelyzetekben tanulják meg, hogyan kell a kerekese szék mellett sétálni, illetve miként lehet egy földre leesett kulcsot felvenni, majd az ölembe ejteni – magyarázta *Viktória*, aki egy genetikai betegség miatt 12 éves korától nem tud járni.

Viktória bemutatja saját segítőkutyáját, Plüsit, a hófehér golden retrievert, amely tíz éve él vele, majd Basát, a barna labrador-vizsla keveréket, amelynek most zajlik a képzése, és végül Ellát, a törekeny, de igen mozgékony kínai kutyát, amely hamarosan új gazdához kerül.

A mozgássérülteket segítő kutyák, mint Plüsi és Basa, általában nagytestűek, mert szükség lehet arra, hogy a gazdájukat fizikailag is támogassák, például ha a gazda kiesik a székből, felsegítik. A mozgássérült segítő kutyákat nyolchetes koruktól kezdve közösen tanítják a kiképző és a nevelő. Egyéves korukra megtanulják azokat a feladatokat, amikkel egy mozgássérült ember mindennapjait könnyebbé tehetik – mondta *Gulyás Viktória*. Majd kérésére Basa orrböccével felkapcsolta, illetve lekapcsolta a villanyt, míg Plüsi kinyitotta feje lökdösésével a tolaajtót. – A fiókokat is könnyen ki- és becsukják, de Plüsi segít a vetkőzésben is, lehúzza rólam a kesztyűt, illetve a kabátot is. Ha bármilyen leessék a földre, azonnal felveszi – magyarázta a fiatal lány.

Ellára pillantva elmondta, hogy a kutya fizikai adottságai nem fontosak a hallássérülteket segítő kutyáknál. – Ők nem parancsra dolgoznak, tehát azt kell megtanítanunk nekik, hogyan tegyenek különbséget a környezettől eltérő hanghatások között. Ella például megtanulta, hogy kopogáskor a gazdája előtt kell forognia, csöngetésnél pedig a nadrág szarát kell meghúznia. Ha a telefon csöng, akkor az orrával kell megbökönie, majd a „mutasd meg!” parancsra az adott tárgyhoz vezet – mondta *Viktória*, és egy érmét ejtett a padlóra. Ella azonnal futott felvenni, hiszen ha siket gazdához kerül, akkor az érme padlóra esését csak ő hallja. A mikro hullámú sütő csengésekor pedig két lábra állt és a pulton elhelyezett sütő felé ugrált.

Megtudtuk, hogy a kutyák kiképzése akkor fejeződik be, ha az alapítvány megtalálja számukra a megfelelő gazdát. Ekkor ugyanis a tanuló kutya egyre többször találkozik leendő gazdájával, és megkezdődik a kutya átszoktatása.

Ilyenkor az eb már nem az én parancsaimat teljesíti, hanem a leendő gazdájáét, és jutalomfalatokat is csak tőle kap. Az ismerkedés alatt átbeszéljük az adott gazda szükségleteit, ez lehet új feladat is, például hogy a kutya segítsen a kéz felemelésében és tegye a gazdája ölébe – fűzte hozzá *Viktória*.