

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Monika Cukor

Socialno delo s pomočjo konj

Magistrsko delo

Ljubljana, 2021

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za Socialno delo

Monika Cukor

Socialno delo s pomočjo konj

Magistrsko delo

Študijski program: Socialno delo

Mentorica: izr. prof. dr. Jelka Zorn

Ljubljana, 2021

Zahvala

Iskrena hvala moji družini, ki mi vedno stoji ob strani in me spodbuja, da nadaljujem svojo pot ne glede na zahtevnost.

Mami, hvala ti za vsako besedo, ves čas in energijo, predvsem pa za ljubezen in nesebičnost.

Dadi, samo ti imaš tako veliko srce, polno otroške in nebrzdane ljubezni. Vedno boš moj največji Dadi s kamionom.

Sergeja, tebi ni enake in od tebe se učim, kako ohraniti otroka v sebi, sestra moja.

Marko, hvala ti za brezpogojno podporo in ljubezen, za ogledalo, ki mi ga postavljaš in za zavedanje, da sem dovolj.

Joy, Selfie & Siglavy Trompeta I, Maestoso Bonadea I, ljubezen, ki je človeška duša ne premore.

Zahvaljujem se svoji mentorici dr. Jelki Zorn za podporo, nasvete in namige med pisanjem magistrskega dela. Brez vaše pomoči mi ne bi uspelo.

Hvala lektorici prof. Mileni Furek, ki je poskrbela, da moje diplomsko delo časti naš lepi jezik, in vsakemu posamezniku, ki se je znašel v mojem življenju in dodal kos sestavljanke.

Socialno delo s pomočjo konj

Povzetek magistrskega dela:

Magistrsko delo je bilo spodbujeno iz mojih napadov panike, ki so se pojavili nenadoma in brez opozorila. V uvodu v delo predstavljam svoje želje in razmišljanje o magistrskem delu, pojasnim, iz katerih virov sem črpala informacije, kaj sem spoznala in se naučila med študijem. Usmerila sem se na vprašanja, ki so se pojavila med študijem in pisanjem dela ter skušala pojasniti moje razmišljanje o socialnem delu, konjih, delu strokovnih delavcev in države ter predstaviti možno prihodnost za vejo socialnega dela. V drugem poglavju se posvečam predvsem teoriji, ki stoji za terapevtskim delom z živalmi in poudarjam teorijo terapije s konji, ki je bolje zastopana v zdravstvenem sektorju. Terapijo s pomočjo konj predstavljam podrobneje, ker želim orisati, kaj terapija s pomočjo konj sploh je, kako se izvaja, predstaviti, kam nas lahko popelje in s tem predstaviti podlago, na kateri bi lahko naprej gradili socialno delo s pomočjo konj. V tretjem poglavju se posvečam teoriji socialnega dela, podrobneje konceptu družine v socialnem delu, ki po mojem mnenju predstavlja integralni del osnove, na kateri bi lahko naprej gradili socialno delo s pomočjo konj, saj družina in skupnost po mojem mnenju predstavljata gradnike človeške družbe, brez katerih ne bi obstajali. Prav tako podrobneje predstavim koncept delovnega odnosa v socialnem delu, saj bi ta koncept prav tako igral integralno vlogo pri teoretični in praktični izvedbi socialnega dela s pomočjo konj. V tem delu koncept delovnega odnosa na čim bolj smiseln in aplikativen način poskusim povezati z mojo vizijo socialnega dela s pomočjo konj ter tako prikazati smiselnost razvoja nove veje socialnega dela. Četrto poglavje prikazuje pregled možnosti vključitve socialnega dela s pomočjo konj v sisteme socialne varnosti, da bi postalo dostopno vsem možnim uporabnikom in ne le peščici, ki bi za to lahko plačala iz lastnega žepa. Predstavim možnosti, ki bi omogočale vključitev socialnega dela s pomočjo konj na način, da ne bi bilo treba spreminjati zakonov ali pisati novih, ker bi to pomenilo, da bi proces vključitve lahko trajal leta, če ne celo desetletja. V delu predstavljam svojo izkušnjo, ki sem je spodbudila, da sem za magistrsko delo izbrala temo o delu s konji. Moje izkušnje in opažanja dela s konji in potenciala konjev za tovrstno delo se prepletajo s teorijo skozi celotno magistrsko delo, saj to zame predstavlja smisel celotnega dela. Ljudem sem želela predstaviti lastno izkustvo konjev ter socialnega dela in prikazati, kako lepo se podata skupaj s potencialom za soustvarjanje nove zgodbe ljudi, ki so se morda znašli v življenjski situaciji, iz katere ne vidijo več izhoda. Teorija socialnega dela in terapije s konji skupaj z mojimi lastnimi izkušnjami predstavljajo primer, nastavek ali osnovo v obliki magistrskega dela za začetek podrobnejšega raziskovanja možnosti in tlakovanja poti za razvoj veje socialnega dela, ki v Sloveniji še ni poznana, a lepo cveti v tujini. Magistrsko delo zaključim s poglavjem o potrebah in predlogih, v katerem predstavljam potrebe, ki se razvijejo na podlagi tega magistrskega dela in bi z njimi lahko podrobneje ugotavljali, kaj je treba podrobneje raziskati za nadaljni razvoj socialnega dela s pomočjo konj. Navedeni so predlogi, s katerimi menim, da bi lahko pripomogli h kakovostnemu razvoju te veje socialnega dela. V sklepnem poglavju predstavljam ugotovitve, do katerih sem prišla med pisanjem magistrskega dela in me še naprej navdihujejo, da se želim v življenju posvetiti tej tematiki.

Ključne besede: socialno delo, konji, terapija, socialno delo s pomočjo konj, lastna izkušnja

Equine-Assisted Social Work Master's Thesis:

This master's thesis was inspired by my panic attacks, which appeared suddenly and without a warning. In the introduction to the paper, I present my wishes and thoughts for the master's thesis, I explain from which sources I want to draw information, what I learned and experienced during my studies. I shed a light on the issues that arose during my studies and writing of the work and try to explain how I think about social work, horses, the work of professionals, and the state of social work in Slovenia. I try to present a possible future for the branch of social work called Equine Assisted Social Work. In the second chapter, I focus mainly on the theory behind therapeutic work with animals and emphasize the theory of therapy with horses, which is better represented in the health sector. I present equine-assisted therapy in more detail because I want to outline to the reader what equine-assisted therapy is, how it is performed, present where it can take us, and thus present the basis on which we could continue to build social work with the help of equines. In the third chapter, I focus on the theory of social work, in more detail the concept of the family in social work, which in my opinion is an integral part of the basis on which we could continue to build equine-assisted social work, as without the family and community our society would cease to exist. I also present in more detail the concept of work relationship in social work, as this concept would also play an integral role in the theoretical and practical implementation of social work with the help of horses. In this part, I try to connect the concept of work relationship in the most meaningful and applicative way possible with my vision of equine-assisted social work and thus show the meaning of the development of a new branch of social work in Slovenia. The fourth chapter presents an overview of the possibilities of integrating equine-assisted social work into social security systems so that it becomes accessible to all potential users and not just a handful who can pay for it out of their own pockets. I present options that would allow the inclusion of equine-assisted social work in such a way that there would be no need to change laws or write new ones, as this would mean that the inclusion process could take years, if not decades.

In this work, I present my experience that inspired me to write this master's thesis on this topic and which led me on the path of working with horses. My experiences and observations of working with horses and the potential of horses for this type of work are intertwined with theory throughout the master's thesis, as this is the meaning of the whole work for me. To present to people their own experience of horses and social work and to show how beautifully they go together with the potential to co-create a new story for people who may have found themselves in a life situation from which they no longer see a way out. The theory of social work and therapy with horses, together with my own experience, represent a kind of example, continuation, or basis in the form of a master's thesis to begin more detailed research and paving the way for the development of social work, which is not yet known in Slovenia but flourishes abroad. I conclude my master's thesis with a chapter on needs and proposals in which I present the needs that develop based on this master's thesis and could explore in more detail what needs to be explored for further development of equine-assisted social work and suggestions that I think could contribute to the quality development of this branch of social work. In the chapter conclusions, I describe my findings that I came to during the writing of my master's thesis and continue to inspire me to dedicate myself to this topic in my life.

Keywords: social work, horses, equine-assisted social work, personal experience

Vsebina

1	Uvod	1
1.1	Socialno delo s pomočjo živali	4
2	Žival in človek	10
2.1	Vez živali in človeka	10
2.2	Vpliv vezi živali in človeka	12
2.3	Konji in čustva	20
2.4	Lastna izkušnja konja kot odrešenika	22
2.5	Prednosti terapij s pomočjo konj/živali	24
2.6	Učinki terapij s pomočjo konj/živali	27
3	Socialnodelovni koncepti	29
3.1	Koncept družine v socialnem delu	30
3.2	Delovni odnos v socialnem delu	31
4	Financiranje in organizacija	37
4.1	Primer dobre prakse	39
4.2	Ustanove, kjer se lahko izvajajo terapije s pomočjo konj/živali	40
4.3	Možni modeli vključitve TPK v sisteme socialne varnosti	41
5	Predlogi in potrebe	50
6	Sklepi	51
7	Uporabljena literatura	52

1 Uvod

V magistrskem delu sem oblikovala, predstavila in argumentirala zasnovo socialnega dela s pomočjo konja. Na podlagi literature za poklic socialnega dela (Čačinovič Vogrinčič et al., 2011), literature terapevtskega poklica in literature na področju terapije s pomočjo konj sem oblikovala okvir in predstavila idejo socialnega dela s pomočjo konj in potrebo po njem. Vedno več govorimo o terapevtskem učinku živali na ljudi, zato sem želela izpostaviti pozitivni vpliv konjev, ki ga imajo na ljudi na splošno in v sklopu terapije ter prikazati, kako bi pozitivni vpliv konjev na človeka lahko uporabili v procesu socialnega dela. Ideja o socialnem delu s konji temelji na konceptu »tukaj in zdaj« (Čačinovič Vogrinčič et al., 2011) in dejstvu, da konji živijo celotno življenje tukaj in zdaj, odzivajo se zgolj na trenutne stimuluse iz okolja, kar služi kot podpora uporabniku in socialnemu delavcu za delo v določenem trenutku. Sodelovanje z živalmi v terapiji ni nova stvar, je pa sodelovanje z živalmi novejša v socialnem delu. Socialno delo se je v zadnjih dvajsetih letih močno preselilo v pisarne in državne urade, ljudje pa živijo v popolnoma drugačnem okolju. Uradi in pisarne na človeka pogosto delujejo zastrašujoče in hladno, medtem ko imajo živali in narava na človeka sproščujoč učinek. Predstavljam si, da se z uporabnikom sprehajam po gozdu, zeleni trati ali pa opazujem konje, ko skupaj raziskujeva njegovo življenjsko situacijo in vire moči. Nisem strogo skoncentrirana nanj in zato ne čuti pritiska, najin uvodni pogovor je lahkoten in razbremenjujoč, skupaj iščeva rešitve. Takšni so začetki sodelovanja z nekom, ki nosi breme življenja na svojih ramenih. Ko prideva dovolj daleč pri definiciji problema, se lahko vedno vrneva v prostor, kjer sedeva in definicijo problema ter korake, ki sledijo, zapiševa. To je temeljno izhodišče socialnega dela s konji, med socialno delavko in uporabnikom ni monitorja in mize, ni obrazca, ki ga izpolnjujem, ko 'govorim' z uporabnikom.

Uporaba konjev kot terapevtov je veliko bolj raziskana v zdravstvenem sektorju, zato sem povezala literaturo iz zdravstvenega sektorja s socialnodelovno literaturo skozi magistrsko delo in skušala prikazati, da pozitivni učinki, ki jih imajo konji na ljudi v sklopu raznih terapij, niso omejeni zgolj na terapevtsko delo, ampak se lahko prenašajo v druge pomoči ljudem, v tem primeru v socialnodelovne pristope. To bi nam omogočilo, da bi pridobili še eno orodje več, ki ga lahko uporabniku ponudimo v času stiske.

Študija avtorjev Shelef idr., ki je bila izpeljana v letu 2019, kaže, da je terapija s pomočjo konj, ki zaobjema negovanje, delo na tleh, terapevtsko jahanje in konjarstvo, koristna za zdravljenje

uporabnikov z različnimi težavami. Tovrstna terapija se je skozi raziskave izkazala kot zelo uspešna pri otrocih s posebnimi potrebami in/ali motnjami avtističnega spektra, osebah, ki se soočajo s posttravmatsko motnjo, odraslih osebah s težavami v duševnem zdravju in osebah, ki ne izkazujejo posebnih težav za izboljšanje učinkovitosti in samozavesti (Shelef et al., 2019).

Menim, da bi socialno delo v svoj nabor orodij za delo s človekom lahko dodalo še terapijo s pomočjo konj. Za socialno delo to ne pomeni, da bi posvojilo metodo takšno, kot je, ampak bi njene najboljše učinke vtkali v svoje delo in jih integrirali v lastno infrastrukturo dela z ljudmi, na način, da bi se ljudje počutili, kot da so prišli razvijat sebe in svoje življenje.

Trenutno socialno delo trpi zaradi ogromne količine birokracije in stigme, ki ga spremljata. Socialno delo ni videno kot delo, ki ljudi opolnomoči, jim pokaže, da so oni tisti, ki držijo vajeti v svojih rokah, čeprav je celotna stroka zastavljena ravno na tej predpostavki. Kje se je tako zelo zalomilo? Sama bi si upala trditi, da na točki, ko je država socialne delavce spremenila v nadzornike državljanov.

Iz lastnih izkušenj si upam trditi, da dandanes, ko se človek odpravi na center za socialno delo, ne razmišlja o tem, kako se celotnega procesa veseli, kako bo od tam odšel z več znanja, ampak se z odporom odpravi v ustanovo, v kateri mora paziti, kaj reče, kako se obnaša. Skrivati mora sebe kot posameznika in lastno resnico, da ne bi kdo posumil, da ima česa več, kot je državi znano. Ali pa morda, da ima doma težave, ki bi ga spravile v kolesje sistema, ki na ljudeh išče napake in ne vrlin. In tudi potem, ko sistem človeka izpljune, ga malokdaj opolnomoči, prej obratno. Ljudje, ki postanejo žrtve nerealnih, optimiziranih in zbirokratiziranih sistemov, pogosto ostanejo še bolj nemočni, še bolj ranjeni in še z večjim občutkom, da so sami krivi za vse slabo v lastnem življenju.

Med študijem sem se pogosto spraševala, kako je lahko študij tako drugačen od realnosti socialnega dela, zakaj ljudje delo socialnih delavk in socialnih delavcev vidijo kot posedanje v pisarnah in pitje kave? Zakaj socialne delavke in socialni delavci tako trpijo zaradi sindroma izgorelosti, medtem ko ljudje govorijo, da tako ali tako nič ne delajo?

Zakaj smo študentje prepričani, da na fakulteti slišimo samo o idealih, na praksi pa se srečujemo z realnostjo, ki je tako daleč od slišanih idealov, da skoraj da nismo prepričani, da študiramo in se praktično usposabljammo za isto stvar/delo?

Zakaj se na fakulteti učimo o delu z ljudmi, med ljudmi v njihovem lastnem okolju, v sklopu praktičnega usposabljanja pa pridemo v ustanovo, v kateri je pisarna, kamor vstopajo ljudje, ki nam o svojih stiskah pripovedujejo, ne da bi jo mi kot socialni delavci ali socialne delavke res videli in spoznali?

To vse so vprašanja, ki so se mi porajale med šestletnim študijem socialnega dela in ki temeljijo na mojih izkušnjah skozi študij in opravljanje prakse ter na pogovorih s sošolkami in sošolci, najpomembneje pa z ljudmi, ki so uporabniki sistema socialnega dela v Republiki Sloveniji.

Med študijem sem opazila še, da se opisane težave večinoma nanašajo na socialno delo, ki se izvaja pod okriljem države, institucionalizirano socialno delo bi sama rekla temu. Resnično socialno delo pa se po mojih izkušnjah odvija znotraj nevladnih organizacij. V času študija sem prakso opravljala na dveh centrih za socialno delo in enem zdravstvenem zavodu ter pri štirih nevladnih organizacijah, od teh je bila ena v Oslu na Norveškem, obiskala pa sem tudi eno izmed nevladnih organizacij v Avstriji, v zvezni državi Vorarlberg, kjer so mi predstavili svoj način dela.

Na podlagi praktičnega usposabljanja menim, da sem zares pravo socialno delo videla samo v nevladnih organizacijah, saj sem bila na praksi večinoma v stiku z uporabniki, kar ne velja za prakso na CSD-jih. Sprašujem se, ali bi morali CSD-je preimenovati, da vsaj ne bi metali tako slabe luči na celotno stroko socialnega dela. Še bolj idealno bi seveda bilo, da bi se na centrih začelo izvajati dejansko socialno delo, ampak za to imam manj upanja, saj smo bili vsi priča reorganizaciji centrov za socialno delo, ki je po mnenju socialnih delavcev stvari še bolj zakomplicirala in zbirokratizirala, ta trditev ponovno izhaja iz mojih izkušenj in pogovorov s socialnimi delavci, s katerimi sem sodelovala v okviru praktičnega usposabljanja.

Sama se moram zahvaliti konjem, da se je moje življenje obrnilo v smer, ki je zame končno smiselna in domača, zato menim, da bi lahko pomagala mnogim, da v življenju spoznajo tisto nekaj več. Zavedam se, da konji ne bodo vsakemu posamezniku pomenili toliko, kot pomenijo meni, a gre se za to, da konj v tem odnosu predstavlja medij, preko katerega uporabnik lahko doživi spoznanja, ki jih brez konja ne bi zaznal ali pa medij za socialnega delavca, ki se brez konjeve prisotnosti ravno tako lahko ne bi znašel morda v prenosu sporočila, morda v zavedanju svojega lastnega delovanja.

Vsi se učimo vse življenje, ampak ne učimo se vsi na enak način.

1.1 Socialno delo s pomočjo živali

Na univerzi v Denverju je na oddelku za študij socialnega dela pod vodstvom profesorja Philipa Tedeschija nastal Inštitut za človeško-živalsko povezovanje (ang. Institute for Human-Animal Connection), znotraj katerega je leta 2004 nastal certificiran program socialnega dela s pomočjo živali za magistrske študente, ki ga koordinira omenjeni profesor.

Socialno delo s pomočjo živali temelji na predpostavki, da pri intervencijah s pomočjo živali, ki se izvajajo za izboljšanje fizičnega ali duševnega zdravja človeka, žival predstavlja posrednika, ki pomaga spodbuditi odnos in okolje med socialnim delavcem in uporabnikom. To bo zagotovilo udobje, spodbudilo občutek varnosti in ustvarilo zaupanje za uspešnejši proces soustvarjanja rešitve.

Kot socialni delavci se pogosto srečujemo z ljudmi, ki težko zaupajo, morda so jih drugi prizadeli ali imajo težave z navezanostjo, morda se srečujejo z drugimi oblikami psiholoških motenj. In pri uporabnikih s tovrstnimi težavami lahko prisotnost živali pripomore k vzpostavljanju odnosa, saj delujejo kot posredniki med socialnim delavcem in uporabnikom, pomagajo graditi zaupanje in ljudi navdihnejo z občutkom, da je gradnja pozitivnih odnosov še mogoča.

Tedeschi, ki je najprej uporabil izraz »socialno delo s pomočjo živali« in ga ustvaril za opredelitev in opis programa certificiranja na univerzi v Denverju, povzema ključni koncept, ki omogoča socialno delo s pomočjo živali: *»Živali so med najmočnejšimi motivatorji človeškega vedenja.«*

Ker ljudi še posebej privlačijo živa bitja, kot so živali, je ta vez eno najmočnejših motivacijskih orodij, ki jih lahko uporabimo pri reševanju izzivov, s katerimi se socialni delavci srečujemo pri svojem intervencijskem delu. Tedeschi pravi, da prisotnost živali lahko motivira uporabnike z različnimi težavami, da z večjim veseljem opravijo nalogo, ki je pred njimi in bi bila zanje težko izvedljiva brez živali. Uporabniku na primer svetujemo, da se skuša naužiti svežega zraka vsaj enkrat na dan 30 minut. Uporabnik v tem dejanju ne vidi smisla, žival pa nam tu ponudi alternativno rešitev. Uporabnika lahko ob vsakem srečanju namesto na sedenje v pisarni

povabimo na sprehod ali v park s psom in tam opravimo srečanje, ki je lahko ravno tako produktivno in veliko bolj sproščeno za vse udeležene.

Tedeschi pravi, da se socialno delo s pomočjo živali lahko uporablja skozi celotno življenje za nešteto terapevtskih namenov in kot podpora družbenemu in normativnemu razvoju, poučevanju veščin socializacije, zmanjšanju izolacije pri bolnikih z boleznimi ali motnjami, boj proti debelosti, boj proti ustrahovanju, boj proti PTSP in pri izboljšanju telesnega zdravja. Spretnosti socialnega dela s pomočjo živali so lahko del orodja socialnih delavcev v skoraj vseh praksah. To ne pomeni, da bi moral vsak poseg vključevati žival, toda usposobljeni posamezniki lahko prepoznajo situacije, v katerih bi lahko bile interakcije s pomočjo živali koristne, prav tako lahko pomagajo pri usposabljanju drugih socialnih delavcev za delo s pomočjo živali.

»Ko se naši študentje pojavijo na novem delovnem mestu in razpravljajo o svojem usposabljanju in spretnostih, to delodajalce zelo zanima,« pravi Tedeschi (Jackson, 2013: 6) in ugotavlja, da delodajalci hitro ugotovijo, da postanejo takšne veščine med najučinkovitejšimi strategijami v njihovih okoljih. Po njegovih besedah se usposobljeni strokovnjaki lahko naučijo, kako vnašati najboljše prakse v nova okolja, ki ne poznajo socialnega dela s pomočjo živali, in pomagajo oblikovati »skladne politike in postopke, dobre varnostne smernice in etiko, ki bodo podpirali tako varnost ljudi kot terapevtske rezultate, pa tudi podpiranje koristi za živali« (Jackson, 2013: 6).

Iz tujih zapisov, kot je zgornji, ugotavljam, da so veščine, ki jih opisujem in predstavljam v magistrskem delu v tujini v sklopu delovnih mest že zelo zaželeni, zato menim, da je le vprašanje časa, da se te želje in potrebe začnejo pojavljati v Sloveniji in v večjem delu jugovzhodne Evrope. Kakor lahko iz tujih zapisov ugotovimo potrebo po tovrstnih veščinah, lahko iz njih ravno tako črpamo različne ideje o izvedbi tovrstnih storitev in možnostih povezovanja organizacij in posameznikov skozi to delo v želji, da uporabnikom ponudimo čim bolj celostno pomoč in obravnavo, kot ima načrt Wanda Whittlesey-Jerome.

Wanda Whittlesey-Jerome je profesorica socialnega dela na univerzi v New Mexicu in o terapevtskem delu pravi, da terapevtske ekipe pripravljajo resnično edinstvene načine reševanja problemov, posamezni člani pa se učijo o sebi skozi to, kako se konji nanje odzivajo. Ker so konji v divjini plen, se zelo zavedajo vsega v svojem okolju. Vedo, ali je človek samozavesten in nadzoruje situacijo ali pa se boji. Najstnik, ki se skriva za navidezno samozavestno držo,

kmalu spozna, da konja ne navdušijo njegove široke hlače in modra pričeska. Konji delujejo kot ogledala in niso obsojajoči, uporabnike sprejmejo za takšne, kot so, uporabniki pa se sčasoma odprejo in postanejo bolj podobni svojim pravi »jazom« okoli konj, saj spoznajo, da jim lahko zaupajo.

Dodaja, da so konji radovedni, previdni, družabni in so radi z ljudmi in drugimi konji. Konji radi prispevajo in sodelujejo, zato uživajo, ko so del terapevtske vaje.

Wanda Whittlesey-Jerome je sodelovala s programom terapevtskega jahanja Cloud Dancers na širšem območju Albuquerqueja. Pravi, da medtem ko je EAGALA model psihoterapije s pomočjo konj, so Cloud Dancers ponudili tako EAGALA model kot terapevtsko konjenišvo – skozi katerega imajo uporabniki priložnost za edinstveno terapevtsko, rekreacijsko izkušnjo v zabavnem, varnem okolju. Kot strokovnjakinja za socialno delo in profesorica na univerzitetnem magistrskem programu za socialno delo v centru Albuquerque je Whittlesey-Jerome z raziskovalnimi študijami želela empirično ovrednotiti vpliv terapije s pomočjo konj na uporabnike, da bi pomagala zgraditi bazo dokazov o svoji uporabnosti.

Ko omenjam EAGAL-o, želim pojasniti, kaj to je. EAGALA – *Equine Assisted Growth and Learning Association*, slovensko: Združenje za rast in učenje ob podpori konj, je organizacija, ki je v svojem delovanju razširjena po vsem svetu in se ukvarja s terapevtskimi in pedagoškimi aktivnostmi ob podpori konj. Od 70. let 20. stoletja ugotavljajo porast terapevtskih in (pedagoških) aktivnosti s konji (Cantin in Marshall-Lucette, 2011: 52). Terapevtske aktivnosti s konji in (pedagoške) aktivnosti s konji ustvarjajo okoliščine za motivacijske, izobraževalne, rekreacijske in/ali terapevtske učinke in za izboljšanje kakovosti življenja, šolskega uspeha, socialnih veščin in vedenja (Hauge, Kvalem, Pedersen, Braastad, 2013: Sudekum Trotter, Chandler, Goodwin-Bond, Casey, 2008; Tetreault, 2006).

Whittlesey-Jerome (Moorman, 2013) pravi, da klinični socialni delavci že vrsto let uporabljajo živali, npr. pse, za spremljevalce v terapevtskem okolju. Torej se zdi uporaba konj logičen naslednji korak, zato smo vzpostavili mrežo kliničnih socialnih delavcev s konji po vsej državi.

Whittlesey-Jerome je do danes izvedela več študij, da bi ovrednotila vpliv psihoterapije s pomočjo konj na mladostnike, ki izhajajo iz ogrožajočih okolij ter hipoterapije in terapevtskega

jahanja na grobo in fino motoriko, komunikacijske spretnosti in vedenje otrok z diagnozo avtizma.

Zgodnji rezultati so pozitivni in kažejo, da tovrstna terapija resnično pomaga. V študiji ogroženih mladostnikov so ugotovili, da je psihoterapevtska skupina s konji pokazala močnejše pozitivne spremembe rezultatov odpornosti v primerjavi s tistimi v tipični psiho-izobraževalni skupini, ki se izvaja zgolj skozi pogovor.

Študija, ki je vključevala dečke z diagnozo motenj na spektru avtizma v sodelovanju s Cloud Dancers in javnimi šolami v Albuquerqueu, je pokazala, da so terapije s konji pozitivno vplivale na telesno in vedenjsko zdravje otrok, kar je kratkoročno pomenilo večjo uspešnost v šoli. Whittlesey-Jerome in terapevti otrok so se po končani študiji spraševali, ali bi jahanje konj lahko vplivalo na te otroke, ki so bili zaradi gibalne oviranosti večinoma priklenjeni na invalidske vozičke in bi »sprememba perspektive« skozi jahanje konj lahko vplivala na njihov splošni občutek za lastni jaz.

Ko svoje ugotovitve zbira v raziskovalnih predstavitvah in člankih, je Whittlesey-Jerome začela še eno študijo, katere namen bo raziskati vpliv psihoterapije s pomočjo konj na splošno samouchinkovitost odraslih žensk žrtev medosebnega nasilja. V tej študiji bo sodelovala z Guadalupe Stables in Centrom za preprečevanja nasilja v družini, oba sta iz Albuquerquea.

»Konec koncev, moj cilj je dodati dokaze v bazo dokazov za dejavnosti s pomočjo konj in dejavnosti človeka in živali, da bi lahko pokazali, da imajo terapevtsko vrednost za zdravljenje telesnih, duševnih in čustvenih/vedenjskih zdravstvenih težav,« je dejala Moorman (2013).

Teoretični model Wande Whittlesey-Jerome, Model partnerstva med človekom in živalmi, se razvija kot poglavje v obsežnem učbeniku za študente veterinarskih in zdravstvenih poklicev, katerega soavtorica je z Gaylene Fasenko, docentka na univerzitetni šoli za kmetijstvo, potrošništvo – oddelek za znanosti o živalih in znanosti o okolju.

Whittlesey-Jerome želi, da njeno delo presega raziskovanje in pisanje knjig. Sanja, da bi pomagala razviti celovit, zdravilni ranč, ki ga vodi in upravlja državna univerza v Novi Mehiki, kjer so živali in pridelki osrednji del zdravljenja vojakov, veteranov in njihovih družin. Ti se namreč soočajo s težavami, povezanimi s ponavljajočimi se odhodi na vojna območja in

posttravmatsko stresno motnjo, ki je med pripadniki vojaške službe vse pogostejša. Vizija je zagotavljati pomoč vojakom, veteranom in njihovim družinam skozi celovito kontinuirano oskrbo.

»Ideja je, da jih sprejmemo na točki, kjer so, če bodo potrebovali le vikend, če se bodo morali umakniti ali če bodo morali biti tam tedne in tedne. Pomagali jim bomo, da se na varnem mestu znova povežejo z deli sebe in svojimi občutji. Bodisi s terapijo z živalmi in/ali delom na skupnem vrtu ali s sodelovanjem v vseh drugih inovativnih kreativnih terapijah, kot so mediacija, joga, masaža in aromaterapija ter ples, glasba in umetniška terapija. Želimo združiti živali in naravo ter vse, kar je vmes, da našim uporabnikom in njihovim družinam pomagamo do zdravega življenja« (Moorman, 2013).

S temi besedami so opisane sanje mojega dela v prihodnosti, saj si točno na tak način zamišljam delovanje mojega centra za ljudi, ki so v življenju doživeli različne travmatske dogodke. Levine (2010) pri razumevanju travme izhaja iz živalske narave in pojasni, da je odziv na travmatski dogodek nezavedna, nagonna reakcija, ki izvira iz našega najstarejšega dela možganov.

V času travmatske izkušnje se znotraj telesa nakopiči velika količina energije, ki ni izpeljana v akcijo, saj se oseba ne zmore aktivno obvarovati. Energija se poveže z močnim občutkom strahu, groze in nemoči ter povzroči posttravmatsko stresno motnjo.

Van der Kolk (2014) travmo razume kot stanje možganov, uma in telesa po izpostavljenosti življenjski grožnji, ki vključuje brezupnost zaradi onemogočenega bega ali boja zaradi ujetosti, negibnosti in nezmožnosti za ubranitev oziroma akcijo pred nevarnostjo. Po travmatski izkušnji oseba dogodka ni sposobna integrirati kot dogodka iz preteklosti, saj svet doživlja skozi spremenjen živčni sistem.

Bouwkamp (1996) med simptome travm uvršča nekatere fiziološke spremembe, kot so pogoste bolečine v predelu trebuha, težave s hranjenjem, motnje spanja, težave z dihanjem in zajemanjem zraka, hiperventilacija, krči in občutek mravljincev v rokah, nenehni glavoboli, težave s sečili in podobno. Osebe, ki so doživele travmo, se po izkušnji spopadajo z izgubo jaza. Izgubijo zaupanje vase in v svoje sposobnosti, same sebe začnejo opisovati kot ničvredne in pokvarjene, zaradi česar ne verjamejo, da bi jih kdo lahko imel res rad. Bain in Sanders

(1996) pravita, da so ti občutki tako močni, da izpodrinejo vsa druga prepričanja. Samopodoba osebe je popolnoma poškodovana, niso se zmožni ceniti in menijo, da si zaslužijo vse, kar se jim dogaja in jim povzroča stisko. Frei (1996) trdi, da ima izkušnja travme izjemne rušilne učinke, zaradi katerih osebe izgubijo občutek lastne vrednosti, samospoštovanja in osebne identitete. Oseba po travmatski izkušnji, ki povzroči tako hudo izgubo, kot je izguba samega sebe, ni nikoli več ista. Stvari, ki jih je počela prej, niso več vir zadovoljstva, pojavi se čustvena otopelost, ki se lahko kaže kot depresija. Pride do želje po izogibanju, zatiranju doživljanja telesnih senzacij in nadzorovanju čustev (Cvetek, 2009).

Zakaj si želim pomagati ljudem s tovrstnimi izkušnjami? Ker sem občutke, opisane v odstavku pred tem, doživela tudi sama. Ponoči, nekako brez opozorila, me je preplaval občutek paralize in hipervzbujenja in to je ostalo z mano ves teden. Nisem jedla, komaj kaj pila, ležala sem in strmela v strop. Telo kot kamen, misli kot elektrika.

Odziv nepremičnosti naj bi bil pri vseh živih bitjih časovno omejen, vendar ljudje za razliko od živali v njem obtičimo (Levine, 2010). Z razvojem modernega načina življenja smo se oddaljili od prirojene sposobnosti samoregulacije in zaključitve odziva nepremičnosti. Nevarnost je že mimo, naše telo pa ostaja v stanju visoke pripravljenosti (Levine, 2010). Van der Kolk (2014) pravi, da izkušnja nemoči, brezupnosti in nepremičnosti preprečuje, da bi se stresni hormoni uporabili za akcijo. Povišana količina stresnih hormonov v telesu pa v daljšem obdobju lahko telesu škoduje.

Razreševanja travme pa bi se v svojem delu želela lotevati po polivagalni teoriji, ki jo je razvil Stephen Porges. Polivagalna teorija pojasnjuje delovanje našega živčnega sistema ob zaznani ali dejanski nevarnosti in predstavi, kako pomembna je toplota sočloveka, da oseba s travmatsko izkušnjo ponovno vzpostavi ravnovesje v svoji notranjosti in ponastavi delovanje avtonomnega živčnega sistema. Izpostavlja dejstvo, da smo ljudje socialna bitja, in opozori na okoliščine, ki so potrebne za okrevanje, saj poudari pomembnost osebnega stika in sočutja, ki osebi s travmatsko izkušnjo daje moč v najtežjih trenutkih (Levine, 2010).

2 Žival in človek

2.1 Vez živali in človeka

Človeška rasa se je paralelno s svojim napredkom začela vedno bolj in bolj ločevati od narave, nekako se zdi, kot da smo sami sebe definirali kot ločeno bitje, nekaj popolnoma drugačno od vsega, kar obstaja v nam znanem vesolju. Sama o tem razmišljam kot o naši potrebi po nadzoru nad vsem, kar nam je znano. Z napredkom smo se zavedli, da smo inteligentno bitje, ki lahko razvija, izumlja in ustvarja skoraj brez meja in ker se nam zdi, da tega ni sposobno nobeno drugo živo bitje, smo se odločili, da smo mi drugačni od vseh drugih živih bitij. Tako smo se počasi začeli definirati kot bitje, ki nadzoruje vse ostalo živo okoli sebe in se s tem začeli ločevati od narave, začeli smo jo dojemati kot nekaj, kar je tu za nas, da služi nam. Skozi stoletja izkoriščanja narave smo se začeli ločevati med sabo po fizičnih lastnostih, spolu, finančnem statusu in nekako nas je to vodilo v sodobni individualizem, v čas, ko vedno bolj ostajamo sami s sabo.

Začetke sodelovanja živali v terapiji jemljem kot začetek našega ponovnega vračanja v naravo, začetek zavedanja, da ni potrebno, da smo kot človek ločeni od vsega, ampak začnemo sprejemati, da smo vsi skupaj del celote.

V 60. letih devetnajstega stoletja so začeli izvajati pomembnejše raziskave na področju vezi med živaljo in človekom, saj so spremenjeni vzorci vedenja človeka, ki je bil v družbi živali, spodbudili psihologe k raziskovanju (Wilkes, 2009).

Izhodiščna študija za vse nadaljnje raziskave o pozitivnih učinkih živali na ljudi je bila študija Friedmannove in njenih sodelavcev, ki je dokazala ugoden vpliv na zdravje lastnikov živali. V raziskavo so bili vključeni posamezniki, ki so eno leto prej doživeli srčni infarkt (Friedmann, Katcher, Lynch in Thomas, 1980). Pozitivni učinki so se pokazali v tem, da je bila umrljivost eno leto po doživetju srčni kapi manjša pri posameznikih, ki so bili lastniki živali, v primerjavi s posamezniki brez živali (Fine, 2010). Nadaljnje raziskave že omenjene Friedmannove so postregle s še dodatnimi dokazi o pozitivnih vplivih živali na človeka, posledično pa so se izoblikovale različne teorije, ki bi lahko pojasnile človekovo potrebo po navezovanju stikov oziroma oblikovanju vezi z živalmi.

Hipoteza biofilije

Biolog E. O. Wilson je leta 1984 opisal novo idejo o odnosu med živaljo in človekom, ki jo je poimenoval hipoteza biofilije. V hipotezi biofilije Wilson postavi tezo, da je človekova uglašenost z živalmi in drugimi živimi bitji posledica človekove evolucijske dediščine, ki je nastala kot produkt našega sočasnega razvoja človeka kot vsejedca z živalmi in rastlinami, od katerih je bilo odvisno naše preživetje. Zaradi lastnega preživetja je moral človek natančno opazovati živalski in rastlinski svet (Wilkes, 2009). Njegovo natančno opazovanje pa je pripomoglo, da je hitreje opazil plenilca, plen ali tovariša (McCardle, McCune, Griffin in Maholmes 2011).

Hipoteza socialne podpore

Hipoteza socialne podpore izhaja iz razumevanja, da so za človekovo preživetje nujne socialne interakcije. Če so te pomanjkljive, to lahko vodi do različnih telesnih in psiholoških problemov oziroma primanjkljajev (Uchino, 1996). Zato hipoteza socialne podpore postavi živali v vlogo socialnih podpornikov, kar že same po sebi so, poleg tega pa poudarja, da živali spodbudno delujejo tudi pri vzpostavljanju družabnih interakcij z drugimi ljudmi (O'Haire, 2010). Domače živali ali »ljubljenčki« zmanjšujejo občutek osamljenosti pri svojih lastnikih in vplivajo na njihovo dobro počutje. Friedmann (1980) kot glavne razloge za njihovo priljubljenost in »uspešnost« navaja nenehno prisotnost, nekritično podporo in brezpogojno ljubezen. Prav zato ni nenavadno, da ljudje s svojimi domačimi živalmi po navadi spletejo močne vezi in se nanje zelo navežejo. Pogosto ljudje svoje domače »ljubljenčke« prištevajo med družinske člane, njihova smrt pa je zanje prav tako boleča kot smrt bližnje osebe (O'Haire, 2010).

Opažanju, da imajo živali terapevtske učinke na ljudi, lahko sledimo do 18. stoletja, ko se je začelo predstavljati prisotnost živali v bolj naprednih psihiatričnih ustanovah, prav tako je v tem času postalo popularno vključevanje živali pri socializaciji otrok in ljudi s težavami v duševnem zdravju. Do devetnajstega stoletja se je vključevanje živali kot pomočnikov terapevtov v institucijah razširilo (Wilkes, 2009).

Trenutno lahko najdemo cel nabor literature in filmov, ki pripovedujejo zgodbo o človeku s težavami v življenju, ki jih je do neke mere uspel rešiti s pomočjo psa, konja, mačka in tudi sama pričam o tem v poglavju 2.4.

Dandanes veliko znanstvenikov priznava Freuda kot prvega, ki je vključil psa v psihoterapijo, sam pa je pojasnil, da je bil odziv psa pogosto dober kazalnik, v kakšnem stanju duha je bil njegov klient. Zapisal je tudi, da je največjo razliko opazil pri delu z mladostniki in otroki, ker so ob prisotnosti psa lažje govorili o bolečih stvareh, ker so bili bolj sproščeni (Wilkes, 2009).

Velik znanstveni napredek v medicini po letu 1945 je razvoj terapije z živalmi potisnil v ozadje, ponovno pa je postala relevantna leta 1962, ko je izšel članek Borisa Levinsona: Pes kot terapevt. To je pomenilo začetek prisotnosti živali v terapiji (Wilkes, 2009).

2.2 Vpliv vezi živali in človeka

V zadnjih štirih desetletjih se je namenilo kar nekaj pozornosti raziskovanju vpliva živali na človeka. Veliko dokazov se navezuje na fiziološke odzive človeka ob interakciji s svojim »hišnim ljubljencem«, pri kateri pride do znižanega krvnega tlaka, nižje zastopanosti serumskih trigliceridov in holesterola. Nasploh naj bi imeli lastniki živali manj težav z zdravjem in posledično manj obiskov pri zdravniku, kar je bilo ugotovljeno predvsem pri primerjavi kardiovaskularnega zdravja lastnikov in nelastnikov (Barker in Wolen, 2008). Raziskovalci so ugotovili, da se odnos človeka z živaljo razlikuje od odnosa z drugimi ljudmi, saj imajo lahko živali s svojo prisotnostjo poseben vpliv na človeka (Sable, 1995). Prisotnost »ljubljenčka« naj bi bolj pozitivno vplivala na posameznika v stresnih situacijah kot partnerjeva ali prijateljeva prisotnost (Allen, Blascovich in Mendes, 2002). Sama interakcija med človekom in živaljo je »vzajemno koristna«, saj se na primer ob božanju psa zmanjša krvni tlak tako pri človeku kot tudi pri živali (Wells, 2009). Interakcija s terapevtsko živaljo pri posamezniku sproži povečano sproščanje nevrottransmitorjev, ki so odgovorni za občutek sproščenosti in doživljanje ugodja, hkrati pa krepijo imunski sistem (Charnetsky, Riggers in Brennan, 2004). Zato ni presenetljivo, da so raziskovalci spoznali, da imajo živali ugoden vpliv tudi na posameznike, ki se spopadajo s kroničnimi boleznimi, kot so srčne bolezni, demenca, rak ipd. (Walsh, 2009).

Pomirjajoč in sproščujoč učinek živali na človeka se ustvari ob posameznikovem stiku z živaljo, predvsem med božanjem in »crkljanjem« živali. Tako vplivajo tudi zaradi svoje stalne prisotnosti, nekritičnosti ter brezpogojne ljubezni in podpore (Walsh, 2009).

Prisotnost živali, opazovanje živali in interakcija z živalmi pri človeku zmanjša stres zaradi osamljenosti, bojazni ali depresije, prav tako pa zmanjša sam fiziološki odziv na stres, ki ga povzroča stresor (McCardle et al., 2011).

Živali imajo na ljudi torej močan fiziološki vpliv, predvsem preko bližnje interakcije, a to ni edini vpliv. Živali v naše življenje prinašajo velik vpliv tudi na področje socialnih stikov, saj nemalokrat delujejo kot vzvod za pogovor z neznancem, s tem pa pripomorejo k širjenju in krepitvi naše socialne mreže.

Po Messentu imajo lastniki psov, ki svoje pse sprehajajo po parkih, v povprečju več pogovorov z drugimi ljudmi v parku kot osebe brez psov. In ne samo to, pogovori ob prisotnosti psa so trajali dlje. Pes deluje kot ledolomilec, ki zagotovi varen začetek pogovora (Wilkes, 2009).

Sama sem lastnica dveh konj in pred kratkim sva se s partnerjem preselila in uredila parcelo, da je primerna za čim bolj naravno življenje mojih konj. Na vsak način sem želela, da konja živita v moji neposredni bližini, da lahko sama najbolje skrbim zanju in sem ob njima, kolikor si želim in kadar koli si želim. Odkar smo tukaj, veliko jezdimo po okoliških poteh, gozdovih in poljih, na katerih smo prava atrakcija. Ustavljajo in pozdravljajo nas skoraj vsi, nekateri le, da komentirajo lepoto konj, otroci so navdušeni in bi ju želeli božati, spet drugi se zanimajo za pasmo in obnašanje, lastništvo in od kod prihajamo. V okolici smo poznani kot »tam, kjer sta dva bela konja«. Ali ni to samo dejstvo fantastično? Moja dva čudovita bela konja sta tista, ki nas povezujeta s popolnimi neznanci v najrazličnejših situacijah. Lahko si mislim, da se nič od tega ne bi dogajalo, če ne bi bilo njiju.

McNichols in Collis sta izvedla raziskavo, v kateri sta ugotovila, da živali povečajo socialne interakcije med ljudmi, kar vodi do večje in močnejše socialne mreže ter socialne skrbi, posledica tega pa je boljše psihološko stanje posameznika (Wilkes, 2009).

Sama sem na lokaciji našega novega doma popolnoma nova, ne poznam nikogar in nihče ne pozna mene. Kot oseba se težko odprem ali pristopim do neznancev in v bistvu si ne predstavljam, kako bi navezala stik s komer koli, če ne bi imela svojih konjev. Zamišljam si tudi, da če bi bila jaz na drugi strani opisane interakcije, po vsej verjetnosti ne bi ogovorila posameznice ali posameznika s konjem, čeprav konje obožujem že od malih nog. Sprehodila bi se mimo s kratkim »dober dan« in občudovanjem konja v očeh, to pa bi bilo po vsej verjetnosti

vse. Zdaj se mi ni treba ukvarjati s tesnobnimi občutki in razmišljanji, kako navezati stik s človekom, saj ljudje navezujejo stik z mano preko mojih konj.

Naj poudarim, da tukaj ne gre za to, da ne bi želela imeti stika z ljudmi, prav nasprotno, z veseljem se pogovarjam z ljudmi, le navezovanje prvega stika me spravlja v stisko, zaradi katere sama skoraj nikoli ne stopim prva do nepoznane osebe, včasih še na prijatelje čakam, da me oni prvi ogovorijo ali kam povabijo.

Zato svoja konja vidim kot pomočnika, saj blažita moje psihološke zadržke, pripomoreta k širjenju moje socialne mreže in lažanju občutka tesnobnosti ob navezovanju prvih stikov.

Domače živali, kot so konji, krave, ovce, koze in prašiči, imajo ugoden vpliv na ljudi, saj izboljšajo komunikacijo, zvišajo občutek vrednosti in občutek, da te nekdo potrebuje. Umirjena žival v prostoru človeka pomirja (Marinšek in Tušak 2007).

Laže je pristopiti k živali kot k človeku, vendar so konji nekaj posebnega. Konji so bitja, ki nas prevzamejo s svojo lepoto in umirjeno močjo, za marsikoga konj predstavlja ideal tega, kar bi rad bil, mogočen in močan, a hkrati skromen in nežen. Veliko otrok v otroštvu sanjari o konjičkih in ponijih, s katerimi bi se igrali, jim pletli kitke, jih jahali in vodili na sprehode, tako so vedno znova otroci ob pogledu na konja fascinirani, nemalokrat odrasli občutijo strahospoštovanje v konjevi prisotnosti.

Konj kot pomočnik v terapiji nudi več možnosti, lahko ga zgolj opazujemo ali pa stopimo v bolj neposredno akcijo čiščenja, negovanja, krmljenja ali jahanja. Konjevo vedenje je večinoma stalno in zanesljivo. Imajo dober občutek za varovanje človeka, saj so znani primeri, ko je konj obstal, če je začutil, da bi lahko človek padel z njegovega hrbta (Globočnik, 2001).

Ilič (2013) pravi, da žival ne bo delovala, kot je treba za terapevtski proces, če pri tem ne bo imela svobodne izbire sodelovanja. Kot ljudje imajo tudi živali potrebo po motiviranosti, občutku vzajemnega zaupanja in pripadnosti. Tako človek kot žival morata čutiti, da se pri delu njuni vlogi dopolnjujeta in prepletata.

Žival se je sposobna zavedati, da pomaga. Lahko razume smisel delovanja, ki ga terapevt oziroma vodnik pričakuje od nje. A to je mogoče le, če se oba potrudita razumeti drug drugega.

Pogosto je, da žival bolje razume človeka predvsem zato, ker ima človek višje razviti um, pri tem pa pozablja na empatijo, pozoren posluš in opazovanje. Poleg tega lahko žival loči svojo vlogo in vlogo terapevta, podobno kot pozna svojo vlogo znotraj krde ali črede.

Ob prisotnosti živali občutki sreče in zadovoljstva narastejo, prav tako se počutimo bolj varne, manj osamljene, v nekaterih primerih se nam lahko poveča tudi občutek lastne vrednosti (Sable, 1995). To lahko povežem z Bowlbyjevo teorijo navezanosti. On se je sicer navezoval na odnos med dvema človekoma, predvsem se je nanašal na primarni odnos med otrokom in materjo, v kateri ima mati vlogo »zaščitnika« in »oskrbnika« (Bowlby, 1969/1982). Podobno lahko doživljamo tudi odnos z živaljo, saj nam ta lahko zagotavlja občutek varnosti in dobrega počutja. Na ta način lahko živali v določenih situacijah nadomestijo pomanjkanje navezanosti z drugo osebo oziroma nam nudijo čustveno oporo v trenutkih, ko to potrebujemo (Sable, 1995). Zato se zdi popolnoma samoumevno, da smo ljudje zmožni z živalmi splesti tako trdne odnose.

Ugotavljamo, da živali vplivajo tudi na potek in izražanje določenih duševnih motenj, kot so shizofrenija, depresija, anksioznost ter motnja pozornosti (Beck, 2005). Pozitivni vplivi se kažejo v večji samozavesti, občutkih večje vrednosti, lastne koristnosti in motivacije, kar posledično vodi v kakovostnejše življenje za vsakega posameznika (Walsh, 2009).

Na področju terapevtskega dela s konji vlada terminološka zmeda, zato bo naslednji stavek zvenel nenavadno. Pri terapevtskem delu s pomočjo konj poznamo več področij aktivnosti s pomočjo konja, ki jih nadalje delimo na terapijo s pomočjo konja – TPK in aktivnosti s pomočjo konja – APK (Demšar Goljevšček, 2010). Torej področja aktivnosti s pomočjo konja delimo na TPK in APK.

V nadaljevanju bom področja dela terapij s pomočjo konj opredelila za splošno razumevanje same teme.

V Sloveniji terapevtsko jahanje predstavlja skupno ime za terapevtske in podporne programe ob podpori konj, ki se pri nas razvija od zadnjega desetletja 20. stoletja. Terapevtsko jahanje razdelimo na področja medicine, psihologije, pedagogike in konjeniškega športa ter na veje: fizioterapija s pomočjo konj, delovna terapija s pomočjo konj, psihoterapevtsko jahanje, (specialno) pedagoško jahanje, pedagoško-psihološko delo s pomočjo konja, parakonjenišvo in športno rekreativno jahanje (Mavec in Yogev, 2007).

Terapije s pomočjo konja – TPK

Terapija s pomočjo konja je interdisciplinarna in komplementarna (Ilič, 2013). Pri terapiji s pomočjo konja z uporabniki zastavimo terapevtske cilje, ki jih postopoma dosežemo s pomočjo individualno opredeljenega programa z opisom izbranih metod dela. Cilji se postavijo glede na potrebe posameznika in se navezujejo na fizično, emocionalno in socialno področje uporabnikovega življenja (Demšar Goljevšček, 2010).

O terapiji s pomočjo konj govorimo takrat, ko mislimo na zdravilno terapevtsko jahanje in zdravljenje s pomočjo konja (Tušak in Marinšek, 2007: 159–162). A terapevtski učinki ne izhajajo le iz jahanja konj, ampak tudi iz negovanja, opazovanja, učenja in druženja z njimi, zato je izraz terapevtsko jahanje zamenjal izraz terapija s pomočjo konj (Demšar Goljevšček, 2010).

Terapevtske obravnave lahko vodijo samo usposobljeni strokovnjaki, ki so lahko pedagogi, specialni in rehabilitacijski pedagogi, socialni pedagogi, socialni delavci, psihologi, učitelji, delovni terapevti, zdravniki in drugi. Podzvrsti terapije s konji so:

- hipoterapevtska in fizioterapevtska obravnava;
- psihoterapija s pomočjo konj;
- delovno terapevtska obravnava;
- logopedska obravnava;
- specialnopedagoška obravnava;
- socialnopedagoška obravnava (Demšar Goljevšček, 2010).

Hipoterapija – fizioterapija s pomočjo konja

Hipoterapija spada k fizioterapevtski obravnavi uporabnika in je način zdravljenja, kjer ima glavno vlogo tridimenzionalno gibanje konjevega hrbta v koraku (Balajc, 2007) – z drugo besedo *schwung* (Branderup, 2019), ki nima prevoda. Konjev hrbet se v koraku giblje hkrati gor-dol, levo-desno in naprej-nazaj.

Hipoterapija se predpisuje iz medicinskih razlogov uporabnikom, ki so jim diagnosticirali določene gibalne oziroma telesne ovire, kot so multipla skleroza, infantilna cerebralna paraliza, spina bifida, spastični tortikolis in druge (Marinšek in Tušak, 2007).

Lahko se uporablja kot dodatek k ostalim terapijam ali pa v primeru, da z drugimi terapijami ni bilo uspeha, saj gre za fizioterapevtsko zdravljenje na nevrofiziološki osnovi (Petrovič, 2001). S pomočjo hipoterapije se uporabniku okrepi ravnotežje in mišičevje, predvsem mišičevje trupa, izboljša se koordinacija telesnih gibov ter funkcija dihanja, zmanjšuje se tudi spastičnost (Humar, 2005). Zaradi tridimenzionalnega gibanja konja uporabnik izkuša prenos teže med seboj in konjem, statično-dinamično komponento, pri kateri prihaja do nagiba uporabnikove medenice, in rotacijsko komponento, ki pripomore k normalizaciji mišične napetosti in razvoju ravnotežja (Burja, 2017). Tovrstno gibanje ne izboljša le funkcij gibalno-lokomotornega aparata, ampak tudi notranjih organov (Lavrič, 2017).

Psihoterapija s pomočjo konja

To področje se je začelo razvijati pred 30 leti, ko sta socialna delavka Lynn Thomas in konjar Greg Kersten leta 1990 uporabila konje pri delu z mladimi z odklonilnim vedenjem (Finley, 2008).

Spada v psihoterapevtsko obravnavano terapijo s pomočjo konja, ki temelji na odnosu in nebesedni komunikaciji med osebo in konjem. Lahko jo izvajamo samostojno ali pa kot podporno metodo klasičnim psihološkim, psihoterapevtskim oziroma psihiatričnim obravam (Demšar Goljevšček, 2010). Konj je ena najbolj »skladnih« živali, saj sta usklajena njegova telo in duša, njegov spomin je enkraten in čutila, kot so vid, vonj in sluh, ima odlično razvita. Konji začitijo naše strahove, dvome in želje (Marinšek, 2014) in to zmorejo zrcaliti skozi svojo nebesedno komunikacijo. Uporabniki, ki imajo (diagnosticirane) psihološke motnje, nemalokrat odraščajo v okoljih dvojnih sporočil in prikritih vzorcev vedenja, kar povzroča nezaupanje v odnosih z drugimi ljudmi. Konj pa s svojo nebesedno komunikacijo s svojo okolico (in) v kontekstu terapije omogoča avtentično komuniciranje, ki obstaja tukaj in zdaj z uporabnikom (Mavec in Yogev, 2007). S tovrstno komunikacijo uporabnik dobi izkušnjo brezpogojne sprejetosti, s sprejetostjo pa se gradi občutek lastne vrednosti (Hayes, 2015).

Terapevt preko reakcij konja bolje razume uporabnikova občutja, misli ali doživljanja, ki zanj predstavljajo težavo. To se omogoči tako, da uporabnik in konj delata skupaj, terapevt pa opazuje reakcije konja in uporabnika, ki ga lahko vodi in usmerja na podlagi svoje usposobljenosti na svetovalnem področju. S tem usmerja tudi sam odnos, preko katerega uporabnik začne prepoznavati in razumevati svoje in konjeve reakcije. To terapevtu in včasih

tudi uporabniku omogoča, da odkrivata vzroke za nastalo počutje in vedenje, s tem pa se razrešujejo morebitni notranji spori uporabnika (Demšar Goljevšček, 2010). Konj ima na človekovo zdravje in počutje izredno pozitiven vpliv. Stik človeka in živali znižuje fiziološke odzive človeka, kot sta krvni tlak in srčni utrip, ter psihološke odzive, kot sta tesnoba in stres. Konj človeka pomirja, saj je njegovo dihanje počasnejše, telesna temperatura pa rahlo višja (Marinšek, 2014). Konj v terapiji zavzame vlogo relacijskega objekta, prehodnega objekta in projekcijskega platna (Mavec in Yogev, 2007), v prvem koraku torej predstavlja projekcijsko platno za sanje in želje. V drugem koraku preko spodbude nadzorovanja lastnega vedenja in opazovanja konjevih reakcij prihaja do stika med konjem in uporabnikom. Tretji korak omogoča uporabniku zavedanje lastnega telesa, čustev in občutkov preko pasivnega ležanja in sedanja na mirujočem konju. V četrtem koraku uporabnik sodeluje s konjem preko samega gibanja konja, pri čemer se krepi občutek lastnih zmožnosti, jaza, samozavesti in identitete (Mavec in Yogev, 2007).

Psihoterapija s pomočjo konja je primerna za osebe, ki imajo (diagnosticirane) nerivoze, psihoze, depresivno, anksiozno ali bipolarno motnjo, osebe s posttravmatskim sindromom, osebe s fobijami, motnjami navezanosti, pozornosti, vedenja, hranjenja, hiperaktivnosti in težavami z agresijo (Demšar Goljevšček, 2010). Primerna je »[...] za ljudi, ki imajo primanjkljaje v zgodnjem otroštvu, težave pri socialnih stikih, nizko samopodobo ali željo bolje spoznati sebe in spremeniti kaj na bolje« (Marinšek, 2014: 154).

Zelo pomembno se je zavedati, da je pri terapiji s pomočjo konja treba poskrbeti za čustveno in telesno varnost vseh udeležencev. Na prvem mestu je varnost uporabnika in ta je tudi temelj za uspešno delo. Poskrbeti moramo, da uporabnik oblikuje odnos s konjem, kar mora vključevati spoštovanje, zaupnost in upoštevanje meja, za to pa je potreben čas (Tidmarsh in Tidmarsh, 2018). Nikakor pa ne smemo pozabiti na dobrobit konja. Terapevtski konj mora imeti zagotovljene idealne pogoje za svoj obstoj, idealni pogoji so tisti, ki ustrezajo tisočletjem življenja konja v naravi. Terapevtski konj mora živeti v čredi, saj je konj čredna žival, čreda pa mora imeti omogočeno gibanje ves dan. Na razpolago mora imeti ad lib seno, čisto vodo, prosto sol in solne kamne. Redno ga mora obiskovati fizični terapevt, poskrbljeno mora biti za letne preglede zobozdravnika, redna cepljenja in redno obrezovanje kopit. Terapevtski konj naj dela največ tri ure na dan in ne več kot štirikrat na teden. Tovrstno delo je za konja naporno in moramo se zavedati, da ob tem delu konj doživlja določen stres in napor, predvsem psihični. Pozorni moramo biti na spremembe v konjevem obnašanju, saj so to lahko kazalniki

izčrpanosti, v tem primeru se mora konj iz terapije umakniti za daljše obdobje. Poleg vseh pogojev, ki jih lahko konju omogočimo, se moramo zavedati, da je vsaka žival osebnost zase, neponovljiva in enkratna. Tako kot človek. In tako kot so darovi in talenti razdeljeni med ljudi, so razdeljeni tudi med živali (Ilič, 2013).

Specialnopedagoška obravnava s pomočjo konja

Specialnopedagoško jahanje, ali z drugim imenom voltežiranje, po Žgur in Poženel (2018) predstavlja najširšo vrsto terapevtskega jahanja, ki vključuje strokovnjake različnih področij. To so lahko pedagogi, defektologi, logopedi, psihologi, delovni terapevti, ki so opravili dodatno izobraževanje s področja terapije s pomočjo konja.

Tovrstna terapija se od drugih terapij razlikuje predvsem po poudarku na učni vsebini, ki je osredotočena na emocionalno kognitivno in socialno področje in temelji na razumevanju, da je odklonsko vedenje mogoče preoblikovati s primernim vzgojnim vplivanjem. Medij za spremembo predstavlja konj, skozi katerega terapevt »vpliva na odklonsko vedenje«. Interakcija med konjem in človekom spodbudi telesno in duševno čutenje, kjer preko gradnje zaupanja med konjem in človekom in z naklonjenostjo konja do človeka uporabnik delno zadovoljuje osnovne potrebe po ljubezni in pripadnosti. Uporabnikom se pomaga krepiti zmožnosti premagovanja strahov ter občutek samozavesti in samozaupanja v lastne zmogljivosti, prav tako lahko vplivamo na izgradnjo odgovornosti, saj uporabnike skozi celoten proces učimo, da so konji v tem svetu odvisni od nas. Delo v skupini nudi dodatne možnosti prilagajanja na skupinsko dinamiko, gradnjo stikov med posamezniki, zaupanje in sodelovanje (Demšar Goljevšček, 2010).

Uspehi specialnopedagoškega jahanja so vidni predvsem na področju vedenjskih težav, ovir na področju duševnega zdravja, dalje pri težavah s koncentracijo in učenjem, pri motnjah zaznavanja, govornih težavah in na socialnem ter emocionalnem področju (Balajc, 2007).

Ergoterapija

Delovna terapija, imenovana tudi ergoterapija, je vrsta rehabilitacije z glavnim ciljem povrniti ali doseči največjo možno avtonomijo invalida in s tem čim večjo stopnjo vključenosti v družbo, delo in družino. Metode, cilji in delovna orodja so podobni tistim, ki se uporabljajo v šolskem

svetu, saj izhajajo iz potrebe po ustvarjanju individualiziranih poti, ki olajšajo učenje ali ponovno učenje motornih in kognitivnih sposobnosti. Delovna terapija uporabnikom omogoča, da ohranijo ali razvijejo svojo udeležbo v družbenem kontekstu, se postavijo v okolje, ga prilagodijo in si s tem izboljšajo kakovost življenja (Ferrara in Flammia, 2018).

Z ergoterapijo s pomočjo konja lahko uporabniku pomagamo pri senzorni integraciji dražljajev iz okolja preko čutil. Senzorna integracija je nevrološki proces, ki organizira informacije iz okolja pri posamezniku in mu s tem daje možnost odziva telesa na okolje. Ta proces je osnova za kompleksnejše učenje in vedenje v okolju, aktivnosti ob konju in na njem pa lahko prilagodimo potrebam uporabnika, saj terapevtsko okolje, v katerem se izvaja terapija s pomočjo konja omogoča veliko različni dražljajev, ki jih drugje uporabnik ne more dobiti (Bajde, 2010).

2.3 Konji in čustva

Za ljudi je v socialnih okoljih obrazna mimika velikega pomena in od nje je odvisno, kako doživljamo osebe okoli nas. Prepoznavanja obrazne mimike so sposobni tudi drugi sesalci in ugotovljeno je bilo, da živali prepoznajo ljudi, ki so jim v preteklosti škodovali, nismo pa prepričani ali si živali lahko zapomnijo ljudi zgolj glede na subtilno obrazno mimiko posameznika. Zadnje raziskave univerze v Sussexu (Proops, Grounds, Smith in McComb, 2018) kažejo, da konji prepoznajo človeška čustva, ki jih vidijo na človeškem obrazu, si jih zapomnijo in na njih primerno reagirajo. V zgoraj omenjeni raziskavi so konjem pokazali slike posameznikov, ki so imeli ali vesel ali jezen izraz na obrazu. Ko so konji osebe videli v živo, so imeli ljudje nevtralnno obrazno mimiko, a so se konji odzvali glede na obrazno mimiko, ki so jo zaznali na prej videni sliki. Na nevtralnno mimiko posameznikov, ki jih na slikah niso videli, se niso odzvali. Raziskava ne kaže zgolj konjeve zmožnosti pomnjenja čustev, ampak tudi sposobnost razlikovanja med veselim in jeznim izrazom na obrazu, prav tako pa kaže tudi to, da konji lahko prepoznajo osebo s slike v realnosti in razlikujejo počutje osebe, ki so jo videli na sliki (Proops et al., 2018).

Po mojem mnenju je to prelomna raziskava na tem področju, saj kaže na to, da konji naša čustvena doživljanja razumejo in po tem takem v terapevtskem odnosu niso samo objekt ali medij, ki naša čustva zrcali, ampak udeleženci, ki nas razumejo in z nami na podlagi tega komunicirajo.

Zakaj ravno konji?

Konji so živali, ki v divjini predstavljajo plen. Živijo v čredah in se večinoma zadržujejo na odprtih področjih, kar jim omogoča, da vidijo daleč naokoli. Njihovo oko je narejeno tako, da vidijo široko in horizontalno ter skoraj cel krog okoli sebe, ne glede na to, v kateri poziciji imajo glavo.

Bitje človeškega srca zaznajo do 3 metre daleč in njihovo srce je 5-krat večje od človeškega, kar pomeni, da elektromagnetno polje njihovega srca seže 5-krat dlje od človeškega. Konji, ki pripadajo isti čredi, imajo bitje srca sinhronizirano zato, da v primeru, če se srčni utrip posamezniku poveča, vedo, da nekaj ni v redu.

Kot žival – plen so se morali skozi leta evolucije sofisticirano prilagoditi in izostriti vse svoje čute, da so ostali živi in to danes predstavlja lastnosti, ki nam v terapiji s pomočjo konjev tako zelo pomagajo.

Ljudje za konja v naravi predstavljamo plenilca in za svoje preživetje so se konji naučili brati najbolj subtilne znake telesne govorice, mimike in energije, ki jo oddaja plenilec in ostalo okolje okoli njega, zato da so lahko dovolj hitro zbežali. V zadnjih nekaj desetletjih smo se ljudje in konji spoprijateljili, ljudje smo bili veliko časa odvisni od konjev – za transport, prehrano, vojno, konj je bil za nas pomembnejši kot avto. Zdaj je njihovo delo večinoma zgolj hobijske narave oziroma umetno ustvarjeno delo, ki ima malo veze z našim preživetjem, a njihovi nagoni ostajajo.

Konji so čudoviti terapevti, ker nas znajo brati in zrcaliti in če znamo mi brati njih, nam lahko podajo odgovore na naša vprašanja, nam pomagajo razširiti naše zavedanje in tako odpreti vrata do celjenja ran.

Zavedati se moramo, da niso vsi konji primerni za terapijo in tudi ne za vsakega terapija s pomočjo konja. To delo predstavlja še eno modaliteto in možnost, ki nam pomaga na poti do celjenja človeških ran.

2.4 Lastna izkušnja konja kot odrešenika

Bilo je konec julija 2018, mesec in pol po tistem, ko sem se vrnila iz Erasmus izmenjave na Norveškem. Ravno sva se s partnerjem preselila v skupno stanovanje, začela sem z novo zaposlitvijo kot vodja pisarne v agenciji za razvoj računalniških in spletnih aplikacij. Večino svojih dni sem preživela v službi in po službi doma, v stanovanju. Kaj sem počela večino časa, ne vem, spomnim se, da bi morala pisati diplomsko delo, a sem se temu bolj kot ne izogibala.

Bila je topla poletna noč iz nedelje na ponedeljek, ko se je prvič zgodilo. Sredi noči sem se prebudila, ker me je začela oblivati vročina, imela sem občutek, da mi nekdo vse živčne končiče, ki povezujejo možgane in hrbtenjačo do predela ledvic vleče skupaj, kot da bi jih navijal okoli svoje dlani. Nikoli v življenju še nisem doživela tako intenzivnega bitja srca, ki je bilo hkrati čutiti, kot da bi bilo obkroženo z neskončnim številom bodic, na katere se je napičilo z vsakim razširjanjem. Notranji deli mojega telesa so noreli, od misli do vseh kemičnih procesov, ki so tesno povezani z mislimi, vse je delovalo vsaj petkrat hitreje, kot sem bila vajena. Ampak moje telo je ostalo hromo.

Tako je minil ves teden, obležala sem v postelji, skoraj nepremična in objokana. Pila sem komaj kaj, jedla nisem niti slučajno. Partnerju sem povedala vse, za kar sem mislila, da me bo odrešilo muk, pomagalo ni nič. Bolj sem govorila, več spominov, ki so v meni zbujali strah in sram, je plavalo na plano. Začela sem se bati svojih misli. Ko sem mislila, da sem povedala vse, so se vrnil spomini, za katere sem pozabila, da obstajajo.

Večino časa sem preživela v čustvu obžalovanja in sramu, počutila sem se umazano in ničvredno, slabo in ne dovolj dobro.

Minil je teden dni in intenziteta občutja se je zmanjšala, a ni izginila. Bila je kot tema, ki si je lastila celo sobo in je zdaj čepela v kotu, čakajoč na oblake, ki bodo zastrli sonce in ji dali moč.

Tako sta minila skoraj dva meseca, preden se je tema spet lahko polastila cele sobe. Sedela sem v službi, ko se je v moji glavi pojavila misel, ki me je pahnila v prepad brez dna. Brez dna pravim zato, ker sem imela občutek, da se ne bo nikoli nehala, kot da me bo tema večno požirala.

Vročično oblivanje, hitro bitje srca in občutek vlečenja od možganov do ledvic so se vrnil, vrnila sta se hromost in stalen jok, vrnil so se občutki obžalovanja, sramu in nezadostnosti. Spet sem lahko samo ležala in strmela v strop nad sabo.

Tokrat nisem zmogla sama.

Pomoč sem poiskala pri mami, ona je bila vedno tista, ki mi je stala ob strani, s katero sem lahko preživela ure in ure v pogovoru o najrazličnejših stvareh in nemalo teh pogovorov je bilo o psihologiji človeka. Pomagala mi je razumeti dele sebe, ki so povzročali moje stanje in najpomembneje od vsega, pomagala mi je razumeti, kje so meje mene kot človeka, meje partnerja kot človeka in kaj so moje misli. Moje misli niso jaz, misli samo so, lahko jim pustimo, da odplavajo, lahko jih zgrabimo in držimo. S tem si krojimo lastno realnost.

Ponovno je trajalo ves teden, da se je močna intenziteta moji čustev in občutkov zmanjšala do te mere, da sem lahko ponovno začela funkcionirati kot živo bitje. Počasi se je moje padanje ustavilo in začela sem plezati po stenah prepada nazaj na vrh, začela sem prinašati luč v sobo teme.

V procesu predelovanja svoje izkušnje sem dojela, da se moram vrniti h konjem.

Odkar pomnim, sem bila obsedena s konji, a sem nekje vmes, v času pubertete, izgubila stik z njimi.

V tej situaciji me je prešinilo in začela sem usmerjati svoje moči v to, napisala sem si cilje na list in začela delati na njih.

Sprva sem začela obiskovati jahalno šolo, v katero sem hodila kot deklica in ni trajalo več kot mesec, da sem se zaljubila v enega izmed šolskih konjev. Na pol v šali sem lastniku začela govoriti, da ga bom kupila. Januarja 2019 sem začela obiskovati akupunkturo in med terapijo sem sanjara o najini skupni poti, kako skupaj tečeva, kako stojim ob njem in ga božam, kako skupaj raziskujeva nove poti in marca 2019 sem ga kupila. Del zahvale v mojem diplomskem delu je posvečen njemu, mojemu Siglu.

Odkar sta se najini poti združili, se vse v mojem življenju postavlja na mesto.

V letih, ko sem obiskovala fakulteto, sem se redno spraševala, kaj je tisto, kar me bo prevzelo do te mere, da bom pripravljena ves svoj čas posvetiti temu. Gledala sem sošolce, ki so se našli v različnih vejah socialnega dela in res se je videlo, da je to tista »njihova« stvar. Sama pa sem kar tavalala in tavalala v temi. Ampak s Siglom so prišli odgovori. O konjih nisem vedela veliko, ko se je vse skupaj začelo, zdaj si upam trditi, da vem več kot marsikdo, ki ima konje že vse življenje. To pa si upam trditi zato, ker jim posvetim skoraj vsak svoj dih.

Začela sem s tem, da želim z njimi delati na bolj prijazen, manj tradicionalen način in tako sem raziskovala njihovo obnašanje in različne oblike komunikacije z njimi, v tem sem naletela na knjigo »Tao of Equus« avtorice Linde Kohanov, v kateri govori o tem, kako zelo občutljiva bitja so konji, kako natančno reflektirajo naše obnašanje, da so skoraj naša ogledala, ker čutijo našo energijo, izjemno dobro berejo telesno govorico in zaznajo posameznikovo uglašenost ali neuglašenost s samim seboj. Zdaj vem, da imajo ljudje, ki so neuglašeni v svojem obnašanju s svojimi notranjimi željami, velike probleme v delu s konji. Konji z njimi preprosto ne želijo sodelovati, ker se jih bojijo. Konji imajo te sposobnosti zaradi tisočletne evolucije, skozi katero so se do potankosti izpilili v natančnem zaznavanju okolice za svoje preživetje. To je tisto, kar jih naredi izjemne pomočnike v terapiji.

Sami po sebi so konji izjemno mirna in uglašena bitja, notranje in med sabo. Konjevo srce je 5-krat večje od človeškega, zato je tudi njegovo magnetno polje 5-krat večje, zato se lahko le zadržujemo v bližini konja in bo imel vpliv na nas.

Mene konji pomirjajo. Najbolj mirna sem, ko svojima konjema dam krmo in ju gledam jesti. Takrat preprosto pozabim na svet. Nema lokrat se mi je zgodilo, da sem prišla k Siglu in v trenutku, ko sem parkirala avto, pozabila na vse tegobe sveta in ko sem ponovno sedla v avto, so se kot val vsule v moje misli nazaj. Mogoče tega ne morem dokazati, ampak me nikoli nihče ne bo prepričal, da so konji samo živali, ki delujejo po svojem nagonu.

2.5 Prednosti terapij s pomočjo konj/živali

Svojo zgodbo sem predstavila zato, ker želim, da je jasno, od kod izhajam. Želim povedati, da sem to doživela in ne samo prebiralala o tem. To razumem iz lastne izkušnje in skozi pisanje tega dela začenjam to razumeti iz drugih zornih kotov. Iz kotov ljudi, ki so doživeli podobne stvari, iz kotov raziskovalcev teh dogodkov, iz kotov specialistov, ki ljudem pomagajo preko teh

dogodkov in rada bi vam predstavile še konje in kot, iz katerega nam pomagajo skozi te izkušnje. In konje vam predstavljam preko sebe in preko raziskav, ki tkejo to delo.

Hart in Yamamoto (2015) pravita, da nam domače živali izboljšajo kakovost življenja in zavirajo proces prehajanja v invalidnost ali bolezen, četudi redko omogočajo ozdravitev. Nudijo nam brezpogojno podporo, lagodje, sprostitve in razvedrilo. Živali nam nudijo socialno podporo, ko se počutimo osamljene, depresivne, izolirane. Kot socialni učinek povečajo interakcijo tako z živaljo kot z drugimi ljudmi. Motivirajo nas k sprehodom oziroma fizični aktivnosti in k prevzemanju odgovornosti. Pri otrocih živali spodbudijo učenje, interakcijo z drugimi živimi bitji. Posredno se otroci ob živalih prav tako učijo odgovornosti in empatije.

Ena od prednosti je neobsojajoč vidik interakcije z živalmi v primerjavi z zahtevami interakcij z drugimi ljudmi, ki so pogosto navedene kot možen vzrok za različno fiziološko vzbujenje med interakcijo človek – človek ali človek – žival (Allen et al., 2002, 1991; Friedman et al., 1990; Katcher, 1981; Locker, 1985 v Friedman et al., 2015: 85).

Kot smo edinstveni ljudje, so edinstvene živali in zato so pozitivni rezultati terapij s pomočjo živali. Van Fleet et al. (2015) se orientira na delo s pomočjo živali na področju duševnega zdravja in navaja naslednje pozitivne učinke:

- grajenje odnosa v terapevtskem razmerju;
- lajšanje pogleda vase;
- krepitev uporabnikovih socialnih veščin.

V odnosu s terapevtsko živaljo lahko pride do izboljšanja govora in komunikacije, saj se lahko uporabnika spodbuja k besedni interakciji z živaljo, kot je dajanje ukazov, izgovarjava imena živali ali opisovanje čustev ob dotiku terapevtske živali. To je preprosto, ampak pogosto zelo učinkovito sredstvo za spodbujanje posameznika, da komunicira z drugimi in ima hkrati pozitiven učinek na kognitivni razvoj (Anderson in Urichuk, 2003).

CELEIA – športno kinološko društvo v Celju (2017) navaja naslednje prednosti terapij in aktivnosti z živalmi:

- fizične prednosti: motorika, fizio/delovna terapija, izboljšanje splošnega počutja;
- mentalne prednosti: medsebojni odnosi, komunikacija, empatija, brezpogojno sprejemanje s strani živali;

- izobraževalne prednosti: vzgoja, povečanje besednega zaklada, pomoč pri dolgoročnem in kratkoročnem spominu;
- motivacijske prednosti: izboljšana pripravljenost za sodelovanje in interakcije.

S pomočjo terapije z živalmi lahko zmanjšamo bolečino, anksioznost, depresijo in izčrpanost ljudi z zdravstvenimi težavami, kot so (Mayo Clinic, 2016):

- otroci v zobozdravstvenih postopkih;
- osebe z rakavimi obolenji;
- osebe v dolgotrajni oskrbi;
- veterani s PTSM.

Dober primer, ki ponazori opisano, je primer, ki smo ga slišali na predavanju Konji in psihoterapija, ki sta ga izvedli Bojc in Kranjc (2019). Nekdanji vojak ameriške vojske je zaradi posttravmatske motnje obiskoval terapijo s pomočjo konj. Pri vaji so dele jahalnice vezali na svoje izkušnje, želje ali čustva in ta vojak je desni kot jahalnice označil kot svojo željo po samomoru, tja naj bi peljal konja. Konj v ta del jahališča ni želel vstopiti. Vojak se je trudil na vse načine, ki jih je poznal in so bili dovoljeni, a konja mu ni uspelo premakniti. Odnehal je in začel jokati, potem pa terapevtu zaupal, da je to soboto nameraval narediti samomor.

Terapija s pomočjo živali pa ne prinaša koristi samo neposrednim, ampak tudi posrednim uporabnikom, ki so prisotni ob izvajanju aktivnosti ali terapije. Sorodniki in prijatelji poročajo, da samo z opazovanjem čutijo pozitiven vpliv na njihovo počutje (Mayo Clinic, 2016).

Laurie Sullivan-Sakaeda, direktorica in psihoterapevtka organizacije A Helping Hoof (Pomagajoče kopito) v Utah-u, USA, o psihoterapiji s pomočjo konj pravi:

»Delo temelji na predpostavki, da so konji zelo intuitivni in bodo uporabnikom dali povratne informacije o svojem razpoloženju, ravni energije in načinu predstavitve. Čeprav so ljudje sposobni dati te povratne informacije, so konji nepristranski, zato je njihove povratne informacije težje zanikati«.

Kot navaja Sullivan-Sakaeda, je psihoterapija s pomočjo konj oblika zdravljenja, ki temelji na odnosih in interakcijah med konjem in posameznikom. V tem okviru obstajajo različni modeli dela. Ena izmed glavnih variacij je delo s konjem na tleh, druga je delo v sedlu ali jahanje.

»Oba modela sta dobra, vendar iz različnih razlogov," o obeh različicah pravi dr. Wanda Whittlesey-Jerome, izredna profesorica na visoki šoli za socialno delo v državi New Mexico. Pri delu s konjem na tleh gre za vzpostavljanje odnosa, izgradnjo zaupanja. Ko enkrat konju nadenete oglavko, vam konj nameni svojo pozornost in vi jo morate usmerjati.

V organizaciji A Helping Hoof so na začetku delali samo preko dela s konjem na tleh, vendar so delo skozi leta razvili tudi v jahanje, preko katerega je poudarek na poučevanju koncepta »soft feel« (mehak dotik).

V svetu konjev je »soft feel« pristop h konju, pri katerem se porabi najmanj energije, potrebne za odziv konja, pravi Sullivan-Sakaeda. "Mnogi uporabniki, ki obiskujejo našo organizacijo v želji po pomoči, so ali so bili skozi življenje kritični do sebe, kar bi lahko poimenovali »hard feel« (trd dotik). Naš cilj je poskušati jih naučiti uporabljati »soft feel« do sebe.

"Koncept »soft feel« kot ga tukaj uporabljamo, vključuje učenje, da ti pozitivne povratne informacije dajo več kot negativne, da ustvarijo pozitivne spremembe v svojem delovanju," ugotavlja (Coyle, 2016).

2.6 Učinki terapij s pomočjo konj/živali

- Psihološki učinki: usmeritev zdrave agresivnosti, izboljšanje samozavesti in samopodobe, sprejemanje, priznanje in premagovanje strahov, pridobivanje občutka varnosti, izboljšanje sposobnosti koncentracije.
- Socialni učinki: razvijanje prijateljstva, prepoznavanje in upoštevanje skupno postavljenih pravil, odločnost in potrpežljivost, vključevanje v skupinsko dogajanje, koristna izraba prostega časa.
- Fiziološki učinki: normalizacija mišične napetosti, reguliranje tonusa v mišicah, izboljšanje koordinacije gibanje, vpliv na obseg gibljivosti sklepov, razvoj senzomotorične integracije (Globočnik, 2001).

Sama bi tu dodala še fiziološke učinke, ki jih navajajo Creagan et al. (2015: 102), ki v svojih raziskavah ugotavljajo, da kakršna koli aktivnost z živalmi povišuje koncentracijo hormonov sreče, kot so oksitocin, serotonin, feniletilamin, dopamin, endorfin, prolaktin in sorodni neuropeptidi, ki ustvarjajo občutka ugodja in mirnosti.

Model zdravljenja Inštituta za terapijo, raziskave in oskrbo v Izraelu vključuje kombinacijo fizičnih in duševnih komponent terapije, saj obe ravni zahtevata sodelovanje med človekom in živaljo. Terapija s pomočjo konj je edinstvena v tem, da fizično prenese na jahača določeno zaporedje harmoničnih gibov, ki imajo regulacijski učinek na mišice in gibanje. Poleg tega jahanje izboljša delovanje in nadzor živčnega in mišičnega sistema, držo, simetrijo in koordinacijo. Jahanje izostri senzorične dražljaje, ki se prenesejo v možgane. Gibanje konja vodi do aktiviranja uporabnikovega centralnega živčnega sistema, kar vodi do senzoričnega vznburjenja in pripravljenosti za ukrepanje. Upoštevati je treba, da fizični učinki veljajo vzporedno s psihološkimi učinki, ki lahko povzročijo občutek užitka pri posameznikih s PTSM, ki pogosto trpijo za anhedonijo (Shelef et al., 2019).

3 Socialnodelovni koncepti

V tem poglavju predstavljam socialno-delovne koncepte, ki se mi zdijo močno kompatibilni s terapijo oziroma delom s pomočjo konja. Kot prvi koncept sem izbrala koncept družine v socialnem delu, saj se mi vključevanje konja /konjev v socialnodelovni proces z družino zdi v samem bistvu zelo naraven. Konjska čreda, prav tako kot družina preživi skozi povezanost, konjska čreda mlada žrebeta opremi s temeljno opremo za življenje in preživetje, kar tudi človeška družina naredi za svoje otroke. Družina in skupnost sta ena temeljnih gradnikov družbe skozi celoten obstoj človeka in danes vemo, da družino in skupnost tvorijo vezi med ljudmi, ne nujno krvna povezanost in sorodstvo. Ker družina igra tako zelo pomembno vlogo v življenju človeka, menim, da je to eden izmed konceptov in socialnodelovnih procesov, v katerega bi konje začela vključevati na samem začetku razvoja socialnega dela s pomočjo konjev.

Tukaj se mi zdi primerno omeniti še en razlog, zakaj vpletam koncept družine v vsebino magistrskega dela. V poglavju 2.4., Lastna izkušnja konja kot odrešenika, pišem o svoji izkušnji, ki me je vodila do konjev in spoznavanja njihovega potenciala v terapevtskem procesu, a preden sem prišla do točke, kjer se mi je to spoznanje razsvetlilo, je ob meni stala moja mama, ob vikendih, ko je bil doma, pa tudi moj oče. Onadva sta bila tista, ki sta mi vedno znova, iz dneva v dan stala ob strani, mi govorila in razlagala o stvareh, ki imajo vpliv name in na moje dožemanje življenja, mojih misli, mojega obstoja. Onadva sta bila tista, ki sta me gledala jokati in s težavo razumela, zakaj zares jočem, ker v njunem svetu moje skrbi niso bile potrebne, a vseeno, delala sta z mojimi skrbmi v mojem svetu brez vsiljevanja svojega razumevanja sveta. Mama, oče in hči bodo vedno, ne glede na spreminjajoče se stanje in razumevanje koncepta družine v družbi, predstavljali družino.

Naj nadaljujem, da mama in oče nista bila edina, ki sta mi stala ob strani. Tu je bil še moj partner in morda je imel on najtežjo nalogo. On je lahko samo bil, lahko me je samo skušal razumeti in mi stati ob strani, ker pomagati mi ni mogel. Na neki točki sem se začela spraševati, ali bi bilo bolje, da ga odrinem od sebe, ker ga je moj um začel slikati kot krivca za moje napade panike. Moj um mi je govoril, da če njega ne bi bilo, se to ne bi dogajalo, a hkrati sem vedela, po vsej verjetnosti zaradi izobrazbe, da je to obrambni mehanizem. Da se moje telo na vsak način želi rešiti te preplavljenosti s tako neprijetnimi občutki, te paralize in hkrati hipervzbujenosti. In zdaj midva tvoriva novo družino.

Zasnovo delovnega odnosa sem izbrala kot naslednjo zaradi lastne izkušnje. O delovnem odnosu se na fakulteti učimo že od samega začetka in v resnici se učenje o delovnem odnosu nikoli ne preneha, a nekako sem potrebovala celoten študij in eno absolventske leto, da sem koncept delovnega odnosa sploh začela razumeti kot to, kar je. Pred tem sem si ga razlagala kot nek recept, korake, po katerih moraš iti, da je tvoje delo lahko socialno in morda to ni tako zelo napačna razlaga, a tu moramo upoštevati naše razumevanje receptov in metod, ki se poslužujejo »koračnega« izvajanja. Ljudje hitro pademo v robotsko izvajanje tovrstnih metod, ne da bi razumeli njihovo bistvo in kaj zares počnemo. Preprosto pozabimo na kontekst in posameznika ali skupino ljudi, s katero soustvarjamo delovni proces. Po mojem mnenju je eno izmed glavnih načel socialnega dela pristnost in brez resničnega razumevanja človek pristnosti ni sposoben. Ta opazka temelji predvsem na izkušnji skozi študij, ko sem pri sebi in sošolcih opazila pomanjkanje razumevanja samega procesa soustvarjanja delovnega odnosa. Vsi smo se orientirali na določene besede in korake, ki smo jih morali izreči, da smo se počutili, kot da smo naredili to, kar piše v knjigi, nismo pa razumeli, da je vsak korak treba prilagoditi sogovorniku, s katerim si trenutno v procesu soustvarjanja. Vedeli smo, da je treba izreči določene besede, ne pa, zakaj jih izrekamo, kakšen vpliv naj bi vse to imelo na naše prihodnje skupno delo. In ko smo enkrat začeli razumeti, zakaj začenjamo z dogovorom o sodelovanju, nismo več potrebovali določenih besed, ki nam dajo občutek, da smo ta korak zdaj izvedli, ampak se je celotna stvar zgodila precej bolj naravno, brez specifičnih besed, a smo še vedno vedeli, da smo dogovor o sodelovanju sklenili.

Tukaj se človek najbrž vpraša, kaj naj bi bila naloga konja – njegovo nalogo definira vsak udeleženec sam zase. Točno to je lepota celotnega procesa.

3.1 Koncept družine v socialnem delu

Osnovna naloga družine, ki se sooča s problemsko situacijo kot celota ali samo en član te družine, je, da na unikatni in edinstven način med člani omogoči raznolikost in sistem, ki bo omogočal odgovornost za soočanje in srečanje. Družina preživi skozi povezanost in deluje na dveh ravneh. Na prvi ravni, ravni mobilizacije, na kateri delamo, oblikujemo in soustvarjamo rešitev znotraj instrumentalne definicije problema ter skozi dialog raziskujemo delež rešitve vsakega posameznika. Na drugi ravni pa povabimo družino v soraziskovanje notranjosti družinske skupine in si s tem prizadevamo za razvidnost in ozaveščenost. Razvidnost pomeni poimenovanje vsakokratne družinske resničnosti, kar je razvidno, se formulira v družini in v

njej velja. Razvidnost prinaša odkrivanje in poimenovanje psihodinamičnih procesov v družini in to pomeni, da se z njimi lahko spoprimemo in zanje prevzamemo odgovornost.

Ozaveščenost pomeni, da družina vstopa v obdobje samoizpraševanja, intenzivnega iskanja odgovorov v stiski, v obdobje mobilizacije za spremembe in od nje je odvisno, kako se bo družina odzvala na številne izzive (Čaćinovič Vogrinčič in Mešl, 2019).

Družina otroka opremi s temeljno opremo, v kateri so (po Čaćinovič Vogrinčič in Mešl, 2019):

- temeljni občutek lastne vrednosti (Satir);
- pravica do resničnosti (Braunmuhl);
- potreba po povezanosti in avtonomiji;
- sposobnost za ljubezen (L'Abate);
- sposobnost za pogajanje (L'Abate);
- sposobnost za konflikt (Mertens).

3.2 Delovni odnos v socialnem delu

Delovni odnos nam omogoča vzpostavljanje in vzdrževanje delovnega projekta za vse udeležene, ki morajo biti v njem slišani, videni in upoštevani. V socialnem delu je delovni odnos ključen, saj se znotraj njega razvija izvirni delovni projekt pomoči. Izviren je, ker je osebni za vsakega uporabnika, družino ali skupnost. Delovni, ker v njem zares delamo in pri delu je poudarek na sodelovanju in soustvarjanju in je projekt, ker teče v času in je usmerjen k dobrim in želenim izidom, načrtovanim z uporabnikom, družino ali skupnostjo (Čaćinovič Vogrinčič in Mešl, 2019).

Dogovor o sodelovanju vsebuje skupno odločitev za sodelovanje tukaj in zdaj ter dogovor o poteku procesa dela. Socialna delavka opiše svojo vlogo in se z uporabniki dogovori o njihovih vlogah. Njena naloga je, da ustvari varen prostor za delo, v katerem bo vsak imel možnost in čas za izražanje, ki bo pripomoglo k soustvarjanju rešitev in raziskovanju njegovega deleža.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Konja kot pridobitev za soustvarjanje dogovora o sodelovanju vidim predvsem pri delu z otroki, mladostniki in ljudmi z omejenimi inteligenčnimi sposobnostmi, saj se dogovor o sodelovanju materializira v dejanske oprijemljive naloge, ki jih je lahko razumeti. Otroci ali kateri koli drugi soustvarjalec razume

svojo vlogo in jo zato lahko izpolnjuje, hkrati pa se pri soudeležencu krepi zavedanje odgovornosti.

Instrumentalna definicija problema (Lussi, 1995) zahteva, da vsi udeleženi v delovnem odnosu povedo svojo definicijo problema, saj s tem že raziskujemo in soustvarjamo možne deleže k želenim ciljem.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Pri tem koraku se mi zdi, da konj soudeležencu v procesu soustvarjanja nudi potencialno zavetje. Človek o svojem problemu lahko govori, ne da bi moral gledati v oči socialnemu delavcu, lahko govori, medtem ko boža konja, lahko govori konju in s strani konja se nikoli ne bo počutil sojenega, konj ga bo zgolj poslušal.

Osebno vodenje (Vries in Bouwkamp, 1995) pomeni, da se socialna delavka osebno odziva na dogajanje v delovnem odnosu, tako da podeli svoje izkušnje, s čimer odpira perspektive in ponuja alternativne možne rešitve. S tem ustvari izkušnjo za uporabnika o spoštovanju in sprejemanju.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Konj se mi pri osebnem vodenju zdi posebna pridobitev, saj nam nudi veliko možnosti. Na začetku samega procesa lahko socialna delavka podeli svoje izkušnje s konji na splošno in s tem odpre temo za pogovor, se približa soudeležencem s tem, ko jim pripoveduje o osebnem življenju, pri čemer jim da vedeti, da niso samo oni tisti, ki morajo govoriti o svojem življenju.

Perspektiva moči (Saleebey, 1997) pomeni, da se socialna delavka osredotoča na vire moči, le te lahko predstavlja opora v skupnosti, dobre izkušnje v preteklosti, želeni razpleti, dobri izidi, sanje in upanja.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: V primeru perspektive moči lahko konj predstavlja zmage, ki jih je posameznik že dosegel. Lahko je konja očistil, nahranil, sprehodil, pobožal, se z njim pogovarjal, mu zaupal, mu je konj sledil, se je na uporabnika odzval. Uporabnik je premagal strah in se konju približal, vse to so lahko veliki dosežki za posameznika, ki jih lahko skozi proces soustvarjanja znova in znova osvetljujemo in uporabniku pomagamo spoznati, kako veliko moči ima in koliko zmore. Dodaten plus vsega skupaj pa je, da se bodo male zmage z delom s konjem vedno vrstile druga za drugo, saj lahko vsakič s konjem dosežeš nekaj novega.

Etika udeležnosti (Hoffman, 1994) je naloga socialne delavke, da ustvari pogoje za sodelovanje, v katerem nihče nima zadnje besede in je nihče ne potrebuje, saj se pogovor nadaljuje. Socialna delavka mora odstopiti od pozicije moči, da poseduje resnico in rešitev. V delovnem odnosu je socialna delavka soustvarjalka in sogovornica. Koncept pomoči, ki temelji na perspektivi moči in etiki udeležnosti, poskrbi, da sedanjost ubesedimo na novo. S tem se ubesedijo novi viri moči in obnovijo stari.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Etika udeležnosti je v pristopu s konjem integralnega pomena, saj se med seboj izredno dobro dopolnjujeta. Kot prvo je pomembno zavedanje, da se konji odzivajo na kongruentnost in inkongruentnost ljudi okoli njih. V primerih, ko so ljudje inkongruentni, se znajo konji nanje odzivati zelo drastično ali pa sploh ne. S pomočjo strokovnega delavca lahko uporabnik stopi na pot zavedanja svojih lastnih čustev in občutkov, saj strokovni delavec, usposobljen za delo s konji, zna interpretirati njihove odzive. Tako lahko uporabnik prihaja do vedno novih spoznanj, do vedno močnejše povezanosti s samim seboj.

Znanje za ravnanje (Rosenfeld, 1993) pomeni, da moramo z uporabniki podeliti koncepte, ki definirajo sodelovanje v delovnem procesu v njihovem jeziku in ga prevesti nazaj v jezik stroke za soustvarjanje nove zgodbe v raziskovanju rešitev. Istočasno socialna delavka vzpostavi in vzdržuje delovni odnos in kontekst socialno delovnega pogovora.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Pri delu s konji se vedno učimo, tudi če smo ob njih že od malih nog. Tisti, ki ob konju zavzame pozicijo vsevednega, je izgubil vse nadaljnje priložnosti za rast in razvoj v tej smeri. S konji imamo z uporabnikom še dodatne možnosti učenja, saj se na začetku učimo o osnovah dela s konji, njihovih fizioloških lastnostih in potrebah, naprej lahko nadaljujemo s spoznavanjem obnašanja, spoznavanjem njihove preteklosti, saj so lahko naši najboljši učitelji konji z najhujšo preteklostjo. Z uporabnikom na ta način podelimo novo znanje, nova zavedanja, ki pri njem lahko poskrbijo z uvid v možnost njihovega nadaljnega učenja, sposobnost razumevanja in zavedanje, da samo zato, ker se spopadajo s težkimi stvarmi v življenju, niso manjvredni kot kdor koli drug. Konj s težko preteklostjo uporabniku s težko preteklostjo lahko služi kot navdih, da se zmore prebiti naprej in pisati zgodbo zadovoljstva.

Ravnanje s sedanjostjo ali koncept soprisotnosti (Andersen, 1994) pomeni, da vedno delamo tukaj in zdaj, preteklost pa potrebujemo predvsem za iskanje virov in moči, ki jih bomo uporabili v sedanjosti za prihodnost. Z uporabniki vedno sodelujemo kot z izvedenci iz izkušenj, saj ravno to so.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Konji so tukaj in zdaj. Vedno. Ne vem, kdo je lahko boljši učitelj soprisotnosti kot živali in kar je še najboljše pri tem, vedno znova se o tem učijo vsi udeleženi pri delu. Rada bi poudarila tudi, da se nikoli ne uči samo uporabnik, ampak se proces učenja vedno dogaja paralelno za vse udeležene, saj se nikoli ne znajdemo večkrat v isti situaciji, in če le ostaneš odprte glave, vedno spoznaš nekaj novega, kar je lahko na prvi pogled minimalno, že v naslednjem trenutku pa ti prinaša veliko odkritje.

Leksikon moči (Saleebey, 1997) ponazori delo socialnih delavk in vsebuje šest temeljnih konceptov, ki so:

- dodajanje moči pomeni okrepitev uporabnika, da razširi in odkrije svoje vire moči v sebi ter okoli sebe. Socialni delavec s tem konceptom uporabnika tudi ozavešča, mu pomaga do spremembe in ga podpira;
- včlanjenost pomeni včlanjenost uporabnika v družini in širši skupnosti;
- moč okrevanja pomeni, da so vsi uporabniki, ne glede na težke izkušnje, sposobni premagovati te ovire;
- zdravljenje in celostnost pomeni moč samozdravljenja in s strani socialne delavke zaupanje v vednost uporabnika, kaj potrebuje in kako bo to dosegel;
- dialog in sodelovanje sta vira moči za soustvarjanje novih zgodb, ki nastajajo ob razumevanju, dogovarjanju in sporazumevanju z uporabnikom ali družino;
- odpoved nejeveri pomeni vedno verjeti uporabniku in ga sprejeti kot eksperta iz izkušenj.

Načelo vsestranske koristi vodi v raziskovanje iz perspektive moči. Projekt pomoči in podpore je usmerjen v to, da imajo korist vsi udeleženi v procesu. Dogovorjena zelena rešitev mora vsem udeležnim v problemu prinesiti korist. Socialna delavka vedno povabi vse udeležene v raziskovanje koristi situacije, ki je nastala.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Tu priložnost vidim predvsem v tem, da se marsikdo lahko poistoveti z zgodbo živali, ki stoji pred njim in preko tega izrazi svoja občutja, izkušnje, strahove. Veliko sem prebrala o tem, kako za ljudi pogovorna terapija ni delovala, niso se mogli

prepustiti ljudem, ki naj bi jim pomagali, ker jih je že toliko ljudi prej prizadelo. Konj pa od njih ni zahteval nič in so zato preko njegove zgodbe ali njegovih potreb lahko začeli govoriti o sebi. Vsak ob svojem času, saj so to morali zaupati ljudem, ne konju. Ampak konj je bil tisti, ki je sprožil cikel zdravljenja.

Načelo interpozicije pomeni vlogo, ki omogoča spreminjanje oddaljenosti in bližine, empatijo in sočutje ali vsestransko prisotnost in distanco, ki je nujna za ravnanje, delo in projekt rešitve. Socialna delavka do uporabnika pristopa z empatijo, a se zna oddaljiti v socialnodelovno vodenje oziroma načelo interpozicije, izrazi razumevanje do vsakega udeleženega v procesu in ga hkrati povabi v najmanjši možni korak, ki ga je zmožen narediti do soustvarjene rešitve.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Konji lahko to naredijo že samo s svojo prisotnostjo, ker ne znajo soditi in obsojati. Sprejemajo te takšnega, kot si in nemalokrat bodo naredili, kar bodo le lahko, da pomagajo na načine, ki so dostopni samo njim. Prav tako se konj zna približevati in umikati brez specifičnega učenja. Konji s talentom za to delo se znajo umakniti, ko je njihovo delo opravljeno in nadaljevanje prepustijo terapevtu, nimajo težav s tem, da morajo za vsako ceno rešiti vse in vsakogar.

Načelo kontakta pomeni, da socialna delavka vzpostavi stik z vsemi udeleženi v problemu z neposredno komunikacijo, v kateri vsi prispevajo k rešitvi. To pomeni, da varuje čas in prostor, v katerem bo lahko vsak ubesedil, kar želi in tako prispeval svoj delež k rešitvi.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: To načelo bi pri socialnem delu ponudilo možnost dela z vso družino, s posameznikom, prijatelji, čeprav bi bil celoten proces soustvarjanja v glavnem namenjen enemu uporabniku. Seveda bi ostale člane vključevali po njegovih željah in po presoji primernosti strokovnega delavca. A to ne drži, če bi bil proces mišljen za celotno družino, v tem primeru bi se ravno tako lahko vključilo ljudi po njihovih željah.

Načelo sodelovanja zavezuje socialno delavko, da sodeluje z drugimi, ki niso neposredno udeleženi v problemu, ampak nam lahko pomagajo pri soustvarjanju rešitve.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Seveda bi v ta proces po potrebah in željah lahko vključili druge strokovnjake, s katerimi uporabniki sodelujejo, kot to počnemo v socialnodelovni praksi. Ravno to je lepota tega dela, ne omeji nas na terapevtski proces, ki se

ravna po določenih terapevtskih pravilih. Pri tem delu bi povezali zasnove iz terapevtskih in socialnodelovnih področji in s časom in prakso v to lahko vključili še druge pristope in delo.

Socialno ekološko načelo pomeni, da socialna delavka z uporabnikom primarno aktivira, mobilizira in krepi primarno in sekundarno socialno mrežo, kar pomeni, da vire podpore in pomoči uporabniku najprej iščemo v neposredni bližini. V primeru, da ima uporabnik slabo razvito socialno mrežo, ga povabimo v skupno raziskovanje, kdo od ljudi, ki so v bližini uporabnika, lahko pomaga.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Socialno ekološko načelo bi znotraj socialnega dela s pomočjo konj razširila iz ljudi na živali. Dandanes marsikomu na tem svetu živali nudijo nekaj, kar jim omogoča občutke stabilnosti, ljubezni, topline, ki so nemoralokrat potrebni, da človek najde zagon za iskanje poti iz težkih situacij. Marsikomu živali omogočijo vzvod, zaradi katerega si ljudje pustijo pomagati, si pustijo čutiti. Zaradi konjeve zahteve po kongruentnosti človeka, s katerim sodeluje, konji v proces prinašajo možnost, da se človek ponovno začne povezovati sam s seboj.

Načelo pogajanja pomeni, da s pogajanjem želimo doseči uresničljiv dogovor o možnih izidih. Socialna delavka mora verjeti, da uporabniki zmorejo prebroditi stiske. Delo iz perspektive moči nam omogoča pogajanje o vsakem najmanjšem možnem koraku, ki ga lahko naredi uporabnik v smeri zelenega cilja. S tem v delovni odnos prinašamo upanje in zaupanje, da uporabnik zmore.

Kot del socialnega dela s pomočjo konj: Ljudje znamo biti nemilostni in stvari zahtevati. Že samo s tem, ko verjamemo, da je človek sposoben prebroditi neko stisko, lahko pri uporabniku sprožimo občutek pritiska, zaradi katerega lahko zablokira. Konji imajo svoje zahteve in potrebe, ampak ne znajo zahtevati adamantno. Na človeka ne bodo pritisnili, ampak mu bodo pokazali in se umaknili. V divjini so konji plen in zato se bodo iz ogrožujoče situacije raje umaknili, kot kadar koli rinili z glavo skozi zid. Znajo se pogajati z občutkom in jasnostjo, medtem ko ljudje velikokrat okolišimo in iščemo način, kako človeka pripraviti do tega, da nekaj stori/mu nekaj uspe. Prav tako v konjskem svetu preneseni pomeni ne obstajajo in naših ne razumejo, zato te v procesu pomoči ne pustijo še bolj zmedenega.

4 Financiranje in organizacija

V poglavju financiranje in organizacija na kratko predstavim problematiko, s katero se srečujejo izvajalci terapij in aktivnosti s pomočjo konja, in jo največkrat predstavljajo finance. Zaradi tega razloga se osredotočam na pisanje o možnih virih financiranja in sofinanciranja tovrstnega dela iz različnih virov in na podlagi različnih zakonov. Na podlagi različnih virov financiranja pričakujem tudi drugačno organizacijo dela, saj financerji načeloma želijo vsaj deloma vnaprej določeno organizacijo dela.

To poglavje se mi zdi izjemnega pomena za razvoj terapij, aktivnosti in socialnega dela s pomočjo konja, saj se je dandanes precej težko razvijati, če nimaš zagotovljenega vsaj dela finančnih sredstev. Financiranje je še toliko pomembnejše za uporabnike, saj želim, da je storitev dostopna čim večjemu številu in menim, da če bi se storitev financirala iz zdravstvenega zavarovanja, to pomeni možnost napotitve uporabnikov do storitve.

Psihoterapevtsko delo s pomočjo konja in terapevtsko jahanje postaja zaradi vse večje prepoznavnosti in uspeha pri delu vse bolj popularno v svetu. Amerika se sooča s težavo, ki je posledica pomanjkanja regulacije na tem področju, in sicer posamezniki s konji ponujajo terapevtsko delo s pomočjo konja, čeprav za to nimajo primerne izobrazbe in konja, ki bi bil primerno izučen za to delo. Ta problematika se pojavlja tudi v Evropi in zato si države, kot so Finska, Švedska, Belgija in Nemčija, prizadevajo za enotne standarde dela, ki bi omogočili hitrejši prenos teoretičnega dela v praktično delo, s tem pa tudi strokovnost, hitrejši razvoj in učinkovitost potencialov programa terapij in aktivnosti s pomočjo konja (Mavec, 2007: 178).

Na prvem slovenskem strokovnem posvetu o terapiji in aktivnosti s pomočjo konja, ki je potekal maja 2006, se je zbrala velika večina takratnih izvajalcev teh aktivnosti z namenom izmenjave mnenj o stanju terapevtskega jahanja v Sloveniji in soustvarjanja pri postavitvi smernic nadaljnjega razvoja. Kot dve glavni problematiki sta bili izpostavljeni financiranje terapij in izobraževanje strokovnega kadra za izvedbo terapij. V poročilu je omenjeno tudi pomanjkanje sodelovanja med organizacijami in medsebojne pomoči, kar bi lahko bistveno pripomoglo k hitrejšemu razvoju terapij (Lavrič in Zadnikar, 2006). Najpogosteje se posamezniki izobražujejo v tujini in tam tudi nadgrajujejo svoje znanje, saj je konjenišтво v tujini nasploh bolj razvito kot v Sloveniji.

Trenutno se cena terapije s pomočjo konja gibljejo med 30 in 50 evrov na uro, odvisno od dolžine terapije, uporabnikovih potreb, zmožnosti in vrste izvajane terapije.

To je problematika, ki so jo izpostavili tudi na strokovnem posvetu terapij in aktivnosti s pomočjo konja, saj prihaja do razlik med večjimi in manjšimi kraji kot tudi med posamezniki in večjimi organizacijami. Ceno terapije je težko poenotiti zaradi različnih prej omenjenih dejavnikov, ki igrajo pomembno vlogo.

Pri terapijah s konji je za pokritje stroškov terapevta, vodnika konja, oskrbo terapevtskega konja, opremo za konja in uporabnika, rekvizite za uporabo pri delu, zavarovanje v primeru nezgod, prevoz konj in zaposlovanje potrebnih približno 60 € za uporabniško srečanje. Za doseganje uspehov je priporočeno minimalno eno srečanje na 14 dni oziroma idealno eno srečanje na teden, kar je lahko za uporabnika samoplačnika velik zalogaj. Prav zato javni in zasebni zavodi, društva in ustanove iščejo drugačne načine pridobitve financ, s pomočjo katerih bi si pomagali kriti stroške poslovanja in oskrbe ter potrebne infrastrukture (Naglost, 2016).

Kristina Naglost (2016: 70–71) našteva načine pridobitve dodatnih finančnih sredstev za izvajanje terapij s pomočjo konja, saj ni urejenega ustreznega sofinanciranja za podporo in razvoj storitev.

Možni načini pridobivanja sredstev so:

- prijave na razpise Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji;
- prijave na državne javne, evropske in okrajne razpise;
- lokalni občinski razpisi;
- plačilo članarine v društvih;
- prejete finančne donacije preko javnih prireditev ali projektov, dogovori s podjetji ali posamezniki, ki so pripravljeni podariti svojo opremo ali pripomočke, potrebne za izvajanje aktivnosti in terapij;
- podarjen delež od dohodnine v vrednosti 0,5 % davka, ki ga lahko namenijo za invalidsko ali humanitarno organizacijo;
- dodatne dejavnosti organizacije, kot so jahalna šola, rojstnodnevna praznovanja, oddajanje boksov v hlevu ...

4.1 Primer dobre prakse

Eden izmed dobrih primerov izvajanja celostnega dela z uporabnikom s pomočjo konja se mi zdi fundacija Nazaj na konja, ki se ukvarja z izvedbo terapij in aktivnosti s pomočjo konja, vodi izobraževanja, nudi oskrbo konj in šolo jahanja ter se ukvarja s športnim jahanjem za jahače in jahače s posebnimi potrebami. Menim, da je izjemnega pomena prikazati primer dobre prakse, da si lažje predstavljamo možno obliko delovanja, potek razvoja in s tem pridobimo zaupanje v razvoj modela socialnega dela s konjem v prihodnosti.

V letu 2015 so odprli svoj družinski center, v okviru katerega ponujajo prostor za neformalno druženje z namenom, da bi pomagali izboljšati družinske strategije spoprijemanja s stresom in obremenitvami, spodbudili osebnostno rast, ustvarjali čustveno varno okolje in kakovostnejše medsebojne odnose v družinah svojih uporabnikov ter ponudili podporo družinam s slabšim socialno-ekonomskim položajem (Demšar Goljevšček, 2017).

Tovrstno delo izvajajo na različne načine s programom soustvarjanja z uporabniki in njihovimi potrebami ter s sodelovanjem in močno vpetostjo v svojo lokalno skupnost preko:

- informiranja;
- delavnic za starše in otroke na OŠ Kidričevo in v svojem družinskem centru;
- povezovanja z drugimi okoliškimi organizacijami, kot so svetovalni center v Mariboru in drugi viri neprofitnih organizacij kot tudi javnih ustanov;
- brezplačnih druženj in varstva otrok med počitnicami;
- nudenja učne pomoči otrokom;
- sodelovanja z okoljskimi šolami z otroki s posebnimi potrebami;
- sodelovanja s CSD PTUJ;
- enkrat tedenskega ali mesečnega sodelovanja z zavodom Karion;
- sodelovanje z društvoma Sonček in Sožitje;
- izvajanja delavnic s pomočjo konj za mlade iz bivanjske skupnosti, kjer se ti tako kot drugi v ponujenih aktivnostih učijo iz sveta konj in spoznavajo dragocena spoznanja o sebi.

Aktivnosti so namensko izbrane in združene z opazovanjem konjskega sveta, kjer je konj glavni učitelj. Med izvajanjem aktivnosti si postavljajo vprašanja pri opazovanju ravnanja konja ali naloge, ki naj bi jih ljudje opravili v sodelovanju s konjem. Pri tem se uporabnika spodbuja, da je pozoren na svoja čustva in občutke, ki jih kasneje v skupini ali individualno evalvira s

pomočjo strokovnega delavca. Na ta način uporabniki z novimi spoznanji in zasnovami spreminjajo svoje življenje in medsebojne odnose s svojimi bližnjimi.

Projekt fundacije Nazaj na konja je Hope-tour, katerega namen je povezati konjski svet s turizmom in doživljajsko pedagogiko. Znotraj tega programa organizirajo večdnevne programe, med katerimi sta dva terapevtska in dva, ki se povezujeta z uporabniki, vključenimi v socialnovarstvene storitve. Omenjeni programi so za:

- družine z otroki s posebnimi potrebami (terapevtski program);
- zaključene skupine otrok, mladostnikov ali odraslih s posebnimi potrebami;
- zaključene skupine otrok ali mladostnikov z vedenjskimi in čustvenimi težavami;
- zaključene skupine odraslih s težavami na področju duševnega zdravja (Demšar Goljevšček, 2017).

4.2 Ustanove, kjer se lahko izvajajo terapije s pomočjo konj/živali

Rada bi poudarila, da terapija in socialno delo s pomočjo konj ni delo, ki je ali bi bilo kakor koli omejeno. Tovrstno delo lahko prilagodimo za delo znotraj marsikaterih organizacij in ponudimo obliko pomoči v širokem spektru, ki je lahko zelo ali manj intenzivna, vsaka oblika pa je nedvomno v pomoč.

Domovi za stare ljudi

Terapija s pomočjo živali ljudem v domovih nudi možnost za senzorno stimulacijo in socialno integracijo. Raziskave kažejo zelo ugodne vplive na povečanje pozornosti in sposobnost daljše koncentracije pri ljudeh. Ob prisotnosti živali se ljudem zmanjšata krvni tlak in srčni utrip, kar zmanjšuje učinke stresa.

Institucije za bolnike s terminalnimi obolenji

Ljudje s terminalnimi obolenji so ljudje z boleznijo npr. raka ali AIDS-a. Na žalost se veliko ljudi izogiba ljudi s takšnimi boleznimi, a živali ne poznajo predsodkov. S svojo prisotnostjo prinašajo toplino in preganjajo občutke osamljenosti, izoliranosti in obupa.

Bolnišnice

Ljudje v bolnišnicah hitro prepoznajo nelagodje sočloveka v njihovi bližini, medtem ko živali ljudi sprejemajo brezpogojno, jim prinašajo občutke miru in sreče. Pomagajo pri premagovanju težav v socialni interakciji in komunikaciji, dajejo občutek toplote in ljubezni.

Šole

Znotraj šolskega okolja živali prinašajo več možnosti, saj so lahko tema pogovora ali pa medij pri pogovoru. Marsikateri otrok se v pogovoru z odraslim bolj sprosti ob prisotnosti živali ali ob možnosti, ko lahko svojo pozornost preusmeri na žival. Veliki uspehi so vidni pri otrocih z avtizmom, otrocih s čustvenimi in telesnimi težavami in otrocih, ki so zanemarjani ali so bili zlorabljeni.

Psihiatrične ustanove

V psihiatričnih ustanovah so pozitivne učinke prepoznali predvsem pri izoliranih posameznikih, saj živali pomagajo pri socialnih interakcijah. Prav tako imajo živali velik vpliv na zmanjšanje samomorilnosti in nasilnega vedenja ter povečano voljo za sodelovanje.

Zapori

Pri zapornikih živali zmanjšujejo stopnjo depresivnosti, povečujejo zmožnost samoobvladovanja in zmanjšujejo pogostost sporov in zlorab. V Ameriki imajo projekte, v katerih zaporniki vzgajajo pse za vodnike slepih ljudi in projekte, v katerih zaporniki učijo divje konje – mustange za življenje z ljudmi (Marinšek in Tušak 2007: 153–155).

4.3 Možni modeli vključitve TPK v sisteme socialne varnosti

S tem poglavjem želim predstaviti možnosti, ki bi omogočile uporabo terapije s pomočjo konj/živali in socialnega dela s pomočjo konj širokemu spektru potencialnih uporabnikov.

Žal si veliko uporabnikov ne more privoščiti, da bi za eno uro terapije ali druge oblike dela s konjem odšteli 50 € ali celo več, prav tako pa si izvajalci ne morejo privoščiti cenejše urne postavke, saj ta podpira njihovo osebno in profesionalno življenje, in ko se enkrat spustimo v

izračun celotnih stroškov, lahko hitro razumemo ceno urne postavke. V tem poglavju predstavljam možnosti, ki jih vidim za delovanje programov terapije in socialnega dela s pomočjo konj. Ena od teh možnosti je samoplačniška dejavnost, ki je dostopna ozkemu krogu uporabnikov, naslednja opcija je delno kritje stroška vsake obravnave, se pravi eno polovico plača uporabnik in drugo polovico npr. določena organizacija, zavod, tretja opcija pa je koncesijsko izvajanje, kar pomeni, da bi bila dejavnost krita s strani enega izmed sistemov socialne varnosti.

V tekst vključujem dele zakonov, saj se mi zdi pomembno točno videti, kateri deli zakona so tisti, ki predstavljajo možna vrata za vključitev tovrstne dejavnosti v sisteme socialne varnosti. To nam pomaga razumeti, katere poti ubrati, da se približamo cilju vključitve tovrstnih programov v sistem.

Socialna varnost

Socialna varnost je širok pojem, ki vsebuje pojem socialnega zavarovanja in pojem socialnega varstva. Socialno zavarovanje sestavlja sklop ukrepov, ki dajejo socialno varnost v najširšem pomenu besede pri začasni zadržanosti od dela, pri starosti, smrti ali invalidnosti (zdravstveno, pokojninsko in invalidsko zavarovanje). Pri socialnem varstvu gre za ukrepe, s katerim pomagamo ljudem, ki brez pomoči širše družbene skupnosti ne morejo zadovoljevati svojih življenjskih potreb (Cvetko, 1992: 7).

V nadaljevanju podajam opis modelov zdravstvenega zavarovanja, ki jih poznamo v Sloveniji z namenom razumevanja možnosti vključitve socialnega dela s konji in terapije s pomočjo konjev v shemo zdravstvenega zavarovanja.

Modeli zdravstvenega zavarovanja

Pri razvrščanju sistemov zdravstvenega zavarovanja nas zanima vloga in prisotnost države pri upravljanju področja, njen vpliv in pristojnost glede ustanovitve ali lastnine zdravstvenih zavodov ter socialne varnosti ljudi. Pomembni so tudi načini in viri financiranja zdravstvenega varstva. Financiranje lahko poteka v obliki davkov, vplačanih v proračun države ter lokalnih skupnosti, ali pa v obliki prispevkov za zdravstveno zavarovanje, premij ali članarin. Pozorni moramo biti še na vlogo in položaj izvajalcev v sistemu.

- Obvezno zdravstveno zavarovanje
- Prostovoljno zdravstveno zavarovanje

Obvezno zdravstveno zavarovanje v RS

V tej točki želim predstaviti obvezno zdravstveno zavarovanje in dele zakona o zdravstvenem zavarovanju, ki imajo po mojem mnenju pomembno vlogo za vključitev terapije in socialnega dela s konji v zdravstveno zavarovanje. Deli zakona so navedeni predvsem zato, da jih lahko preberemo in si po njihovi vsebini razlagamo, kako je na podlagi tega dela zakona možno vključiti tovrstno dejavnost v shemo zdravstvenega zavarovanja.

Pravice iz obveznega zdravstvenega zavarovanja, kot jih navaja zakon:

Pravice do zdravstvenih storitev:

- svetovanje, izobraževanje, usposabljanje in pomoč za spreminjanje nezdravega življenjskega sloga;
- zdravljenje in rehabilitacija otrok, učencev in študentov, ki se redno šolajo, in otrok in mladostnikov z motnjami v telesnem in duševnem razvoju ter otrok in mladostnikov z nezgodno poškodbo glave in okvaro možganov;
- zdravljenje in rehabilitacija malignih bolezni, mišičnih in živčno-mišičnih bolezni, paraplegije, tetraplegije, cerebralne paralize, epilepsije, hemofilije, duševnih bolezni, razvitih oblik sladkorne bolezni, multiple skleroze in psoriaze;
- celovita obravnava z zdravljenjem in rehabilitacijo slepote in slabovidnosti v skladu z veljavno klasifikacijo Svetovne zdravstvene organizacije, popolne ali zelo težke okvare sluha po Mednarodni klasifikaciji okvar, invalidnosti in oviranosti Svetovne zdravstvene organizacije (1980), cistične fibroze in avtizma in oseb po nezgodni poškodbi glave in okvari možganov;
- zdravljenje in rehabilitacija zaradi poklicnih bolezni in poškodb pri delu;
- patronažni obiski, zdravljenje in nega na domu ter v socialnovarstvenih zavodih;
- sobivanje enega od staršev v zdravstvenem zavodu z bolnim otrokom do starosti otroka vključno 5 let;
- predhodni in obdobjni zdravstveni pregledi za športnike, ki nastopajo na uradnih tekmovanjih nacionalnih panožnih športnih zvez.

Zgornji izpis iz zakona predstavlja vse točke, na podlagi katerih bi lahko različne vrste terapije in socialnega dela s pomočjo konj vključili v shemo zdravstvenega zavarovanja. Konj lahko sodeluje v različnih oblikah in pri vseh teh obravnavah spodbujanja zdravega življenjskega sloga do zdravljenja fizičnih in duševnih stanj pri človeku. Za zdrav življenjski slog lahko uporabimo terapevtsko-športno jahanje, za bolezni fizičnega telesa, kot so živčno-mišične bolezni, lahko uporabimo hipoterapijo, za duševne bolezni lahko uporabimo psihoterapevtsko delo s konjem, za poškodbe pri delu lahko uporabimo delovno terapijo. Možnosti je ogromno, le pokazati moramo, da se s tovrstno dejavnostjo da pomagati pri širokem spektru težav, ki so že pod okriljem zdravstvenega zavarovanja, le obliko pomoči je treba uvrstiti med metode zdravljenja ali rehabilitacije.

Prostovoljno zdravstveno zavarovanje v Sloveniji

Ena izmed možnosti vključitve terapije in socialnega dela s pomočjo konj v shemo zdravstvenega zavarovanja je tudi prostovoljno zdravstveno zavarovanje, ki je nastalo ravno zato, ker obvezno zdravstveno zavarovanje ne pokriva vsega potrebnega za zdravljenje. Prostovoljno zdravstveno zavarovanje nam torej ponudi izbiro vsaj delnega financiranja dejavnosti s pomočjo konja.

Prostovoljno zdravstveno zavarovanje je nastalo, ker obvezno zdravstveno zavarovanje ne pokriva vseh zdravstvenih stroškov in z njimi povezanih storitev, oskrbe z zdravili in medicinskimi pripomočki ter izplačila dogovorjenih denarnih nadomestil v primeru bolezni, poškodbe ali posebnega zdravstvenega stanja. Takšna zavarovanja na območju Republike Slovenije smejo izvajati zavarovalnice, ki izpolnjujejo predpisane pogoje po zakonu ZZVZZ in zakonu, ki ureja zavarovalništvo (ZZVZZ, 61. člen).

Modeli vključitve TPK-dejavnosti preko obveznega zdravstvenega zavarovanja

Naslednje sheme predstavljajo jedrnat povzetek možnosti vključitve različnih vrst terapije s pomočjo konja preko obveznega zdravstvenega zavarovanja. Vključevanje vrst terapije s pomočjo konja je smiselno, saj omogoča še eno modaliteto zdravljenja različnih zdravstvenih stanj, ki se skozi življenje pojavijo pri posameznikih, hkrati pa se moramo zavedati, da ne moremo pričakovati, da ena modaliteta deluje za vsakogar. Nekatere od vrst terapij s pomočjo konja lahko delujejo preventivno pri določenih bolezenskih stanjih, druge lahko določena

bolezenska stanja upočasnijo, spet druge lahko prispevajo k ponovnemu razvoju sposobnosti posameznika z določenim bolezenskim stanjem, ki je določene sposobnosti okrnilo ali odvzelo.

Uvrstitev modalitet terapij s pomočjo konja v obvezno zdravstveno stanje ne bi pomenilo revolucije, bi pa pomenilo še eno možnost zdravljenja ali uravnavanja bolezenskega stanja vsakega posameznika. To bi nam omogočalo sestavo bolj uporabniku prilagojene terapije za njegovo zdravstveno stanje, saj bi s tem odprli vrata različnim oblikam terapije, ki so zdaj dostopne samo v samoplačniški obliki, česar si marsikdo ne more privoščiti.

Terapije bi se lahko izvajale pri koncesionarjih, sploh v samem začetku uvedbe, potem pa bi z izkušnjami skozi leta sestavljali vedno bolj dodelane koncepte, ki bi bili tudi vedno bolj uspešni.

Vrsta terapije: specialno-pedagoška obravnava, psihoterapija s pomočjo konja, socialno-pedagoška obravnava.

Napotitelj: osebni zdravnik, psiholog, specialni pedagog, socialni pedagog, socialni delavec.

Uporabnik:

Plačnik: Zavod za zdravstveno zavarovanje

Zakon: ZZVZZ, 23. člen, 1. točka, 3. alineja: - svetovanje, izobraževanje, usposabljanje in pomoč za spreminjanje nezdravega življenjskega sloga.

Vrsta terapije: hipoterapija, delovno-terapevtska obravnava – ergoterapija, specialno-pedagoška obravnava, socialno-pedagoška obravnava, psihoterapija s pomočjo konja.

Napotitelj: osebni zdravnik, psiholog, specialni pedagog, socialni pedagog, socialni delavec, fizioterapevt/delovni terapevt preko osebnega zdravnika.

Plačnik: Zavod za zdravstveno zavarovanje.

Zakon: ZZVZZ, 23. člen, 1. točka, 4. alineja: - zdravljenje in rehabilitacija otrok, učencev in študentov, ki se redno šolajo, in otrok in mladostnikov z motnjami v telesnem in duševnem razvoju ter otrok in mladostnikov z nezgodno poškodbo glave in okvaro možganov.

Vrsta terapije: hipoterapija, delovno-terapevtska obravnava – ergoterapija, specialno-pedagoška obravnava, socialno-pedagoška obravnava, psihoterapija s pomočjo konja.

Napotitelj: osebni zdravnik, psiholog, specialni pedagog, socialni pedagog, socialni delavec, fizioterapevt/delovni terapevt preko osebnega zdravnika, zdravnik specialist.

Plačnik: Zavod za zdravstveno zavarovanje

Zakon: ZZVZZ, 23. člen, 1. točka, 8. alineja: - zdravljenje in rehabilitacija malignih bolezni, mišičnih in živčno-mišičnih bolezni, paraplegije, tetraplegije, cerebralne paralize, epilepsije, hemofilije, duševnih bolezni, razvitih oblik sladkorne bolezni, multiple skleroze in psoriaze.

Vrsta terapije: delovno-terapevtska obravnava - ergoterapija, psihoterapija s pomočjo konja, hipoterapija.

Napotitelj: osebni zdravnik, psiholog, fizioterapevt/delovni terapevt preko osebnega zdravnika, zdravnik specialist, socialni delavec.

Uporabnik:

Plačnik: Zavod za zdravstveno zavarovanje

Zakon: ZZVZZ, 23. člen, 1.točka, 10. alineja: - zdravljenje in rehabilitacija zaradi poklicnih bolezni in poškodb pri delu.

Modeli vključitve TPK-dejavnosti preko sistema socialnega varstva

»Socialno varnost zagotavljamo s številnimi ukrepi na različnih področjih, ki vključujejo zdravstvene, delovnopravne, stanovanjske, izobraževalne in druge vidike. Pomemben del zagotavljanja socialne varnosti je področje socialnega varstva, ki skupinam in posameznikom brez zadostnih sredstev za preživljanje omogoča vrsto storitev in denarnih prejemkov. Ukrepi temeljijo na socialni pravičnosti, solidarnosti in enakih možnostih, z njimi pa želimo omogočiti socialno varnost in socialno vključenost vseh prebivalcev Slovenije« (Republika Slovenija, GOV.SI, 2021).

Citat navajam, ker po mojem mnenju kratko in jedrnato opisuje natančne razloge, zakaj se mi zdi pomembno vključiti storitve s pomočjo konja v enega ali več sistemov socialne varnosti. Brez vključitve storitve v sistem ne moremo pričakovati, da bodo v primeru potrebe lahko vključeni vsi prebivalci Slovenije.

Poleg tega pa želim poudariti, da je vključitev tovrstne storitve izjemen plus, saj se z njo pridobi še ena modaliteta, ki lahko ljudem močno pripomore k izboljšanju kakovosti življenja. Ljudje smo si različni in zato verjamem, da več načinov dela, kot je na razpolago, bolj uspešni smo lahko pri delu in soustvarjanju boljših izidov

Ena izmed teh opcij je pravica do kritja razlike do polne vrednosti zdravstvenih storitev, ki je podrobneje opisana v točki 4.3.3. to bi pomenilo, da se dejavnost terapije s pomočjo konja uvrsti med zdravstvene storitve.

Cilj je zagotoviti celotno zdravstveno oskrbo zavarovancem, ki nimajo dovolj lastnih sredstev za plačilo dodatnega zdravstvenega zavarovanja in niso že na podlagi zakona, ki ureja zdravstveno zavarovanje, upravičeni do pravic iz osnovnega zdravstvenega zavarovanja v celoti.

Pogoji, da je človek do pravice upravičen, so državljanstvo Republike Slovenije in prebivališče v Republiki Sloveniji, ali je tujec z dovoljenjem za stalno prebivanje in stalnim bivališčem v Republiki Sloveniji in je:

- upravičen do denarne socialne pomoči oz. izpolnjuje pogoje za denarno socialno pomoč in
- ni zavarovanec iz drugega naslova, določenega z zakonom, ki ureja zdravstveno zavarovanje.

Do pravice je posameznik upravičen največ za obdobje, za katero bi se mu lahko dodelila denarna socialna pomoč.

Center za socialno delo obvesti o priznanju pravice Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije in zavarovalnico, pri kateri ima posameznik sklenjeno prostovoljno zdravstveno zavarovanje. S tem mu obveznost plačila dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja miruje (ni dolžen plačevati premij) (Republika Slovenija GOV.SI, 2021).

S to možnostjo ponudimo še eno mrežo, ki bi prestregla ljudi, ki jim bi delo s pomočjo konj lahko znatno pripomoglo k izboljšavi kakovosti življenja.

Mreža programov socialnega varstva

Mreža socialnovarstvenih programov nam omogoča še en način, preko katerega bi lahko terapija s pomočjo konj prišla do širokega spektra uporabnikov. Izvajalec bi moral sestaviti program in ga uvrstiti v eno izmed v nadaljevanju omenjenih opcij za pridobitev financiranja. Če bi se več izvajalcev terapije s konji združilo in skupaj sestavili program, ki bi se v prvih letih izvajal kot razvojni in eksperimentalni socialnovarstveni program, bi lahko skozi leta delovanja prešel na javni verificirani socialnovarstveni program in to bi nas lahko vodilo do uvrstitve terapije s pomočjo konj v zdravstvene storitve ali eno izmed možnih napotitev preko centra za socialno delo, ki bi bila krita s strani zavarovalnice.

Socialnovarstveni programi se izvajajo na podlagi verifikacije ali smernic oziroma pod pogoji, ki so objavljeni v javnih razpisih za sofinanciranje, zato za izvajanje ni predpisanih tehničnih, kadrovskih in vsebinskih standardov. Oblikujejo se tako, da upoštevajo značilnosti in potrebe posamezne ciljne skupine uporabnikov in izhajajo iz posebnosti okolja, v katerem se izvajajo. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti si prizadeva, da bi bile storitve in programi različnih izvajalcev povezane v enovit sistem. Vsako leto se v okviru rednih letnih javnih razpisov sofinancira približno 170 različnih socialnovarstvenih programov, ki spodbujajo razvoj različnih mrež za nudenje pomoči posameznikom in družinam. Okvirni obseg mrež po posameznih področjih oz. ciljnih skupinah je določen na podlagi trendov in ocene razvoja posameznih problematik do leta 2020, izhodiščnega stanja in ocene razpoložljivih virov. Nekatere programe, namenjene lokalni problematiki, financirajo tudi občine (Republika Slovenija GOV.SI).

Poznamo več socialnovarstvenih programov, ki se lahko izvajajo kot:

- javni verificirani programi;
- razvojni in eksperimentalni programi;
- dopolnilni programi.

Javni verificirani socialnovarstveni programi so programi, ki so strokovno verificirani po postopku, določenem v posebnem predpisu, ki ga sprejme Socialna zbornica Slovenije.

Financirajo se iz sredstev države, občin in iz zasebnih virov. Vsi javni verificirani programi morajo biti sprotno evalvirani.

Razvojni in eksperimentalni socialnovarstveni programi so programi, s katerimi se razvijajo različne nove metode in pristopi za preprečevanje in reševanje stisk in težav posameznih ranljivih skupin. Financirajo se iz sredstev države, občin in iz zasebnih virov ter trajajo predvidoma največ tri leta.

Dopolnilni socialnovarstveni programi so programi, ki dopolnjujejo javno službo ali ji nudijo alternativo, se pa izvajajo po načelih in metodah dela v socialnovarstveni dejavnosti. Praviloma se financirajo iz sredstev občin, donacij in zasebnih virov.

Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2013–2020 (ReNPSV13–20) določa okvirna področja (mreže) vseh programov socialnega varstva, cilje pa določa le za javne verificirane programe. Cilji za razvojne in eksperimentalne ter dopolnilne programe socialnega varstva so določeni z izvedbenimi akti programa. Cilje za programe, ki jih financirajo občine, določijo občine same (v okviru regijskih izvedbenih načrtov).

Sama menim, da je to še najboljša možnost in prvi korak k uvrstitvi terapije, aktivnosti in socialnega dela s pomočjo konja na zemljevid modalitet za pomoč uporabnikom v različnih življenjskih položajih. Kakor koli se mi zdi uvrstitev storitve v zdravstveno zavarovanje na podlagi zakona upravičena in smiselna, vseeno menim, da je to še dolga in precej težka pot. Delo preko prijave projekta se mi zdi zelo hitro izvedljivo in lahko služi kot referenca in dokaz za potrebo po splošni vključitvi storitve v sistem socialnega varstva.

5 Predlogi in potrebe

- To magistrsko delo predstavlja začetno opredelitev možnosti razvoja in implementacije socialnega dela s pomočjo konja v prakso socialnega dela v Sloveniji. Za nadaljnji razvoj bi bilo treba izvesti podrobnejše in bolj ozko usmerjene raziskave teme za pridobitev jasnejše slike teoretske podlage in praktičnih izkušenj.
- Priporočljivo bi bilo izvesti pilotni projekt implementacije konja v socialnodelovni proces in po izvedbi opredeliti prednosti in možne izzive pri tovrstnem delu.
- Treba bi bilo raziskati področja socialnega dela, v katera bi konja lahko vključili.
- Priporočljivo bi bilo raziskati listo potreb za izvajanje tovrstnega dela, saj konji potrebujejo določeno okolje in izpolnjenost osnovnih potreb, da lahko v procesu podpore in pomoči učinkovito sodelujejo.
- Treba bi bilo izvesti raziskavo o opredelitvi karakternih, telesnih in psiholoških lastnosti konj, da bi bili za tovrstno delo primerni.
- Treba bi bilo izvesti raziskavo o opredelitvi karakternih in psiholoških lastnosti delavcev, da bi bili za tovrstno delo primerni.
- Treba bi bilo opredeliti obliko skupine, ki bi tovrstno delo izvajala. Ali bi želeli socialne delavce, ki imajo dodatno izobrazbo za terapijo s pomočjo konj? Ali bi socialni delavec opravljal svoje delo in bi imel ob sebi še terapevta, ki je specializiran za terapijo s pomočjo konj?
- Sama bi predlagala, da bi za tovrstno delo izobrazili socialne delavce, saj skozi delo zagovarjam povezovanje znanja, ne združevanje oseb z določenim znanjem.
- Podrobneje bi bilo treba raziskati finančne potrebe vodenja ustanove, v kateri bi se tovrstno delo izvajalo, in kasneje raziskati možne naslove, preko katerih bi se omenjena ustanova financirala.
- Treba bi bilo sestaviti program za izobraževanje socialnih delavcev v smeri socialnega dela s pomočjo konj.

6 Sklepi

- Socialno delo s konji je pristop do uporabnika v socialnem delu in socialnega dela samega na način, ki nas povezuje in vrača k samemu bistvu socialnega dela. Uporabniku želimo pomagati in ga opolnomočiti na njegovi poti, ne diktirati njegove poti in mu dajati navodila za življenje. Socialnega dela s konji še ne poznamo tako dobro, vendar nam ta koncept vrne človečnost pri delu in odvzame sliko uradnika v službi države. Ta način socialnega dela marsikateremu človeku, ki se s težavo odpravi na CSD, odpre možnost za sodelovanje v bolj naravnem in sproščujočem okolju, brez občutka, da bi ga moralo biti sram, da se je znašel tam. To pomeni, da bo uporabnik bolj sproščen in odprt za soustvarjanje rešitev, izražanje svojih skrbi in negotovosti, socialni delavec pa s tem pridobi večji spekter orodij za delo, ne da bi z njimi povzročil občutek utesnjenosti pri uporabniku. Tovrstna oblika socialnega dela pripomore k razširjenemu spektru pomoči uporabnikom pri izboljšanju življenjske situacije, prav tako pa tovrstno delo prinaša nova spoznanja in uvide v koncepte socialnega dela in s tem pripomore k razširitvi same stroke socialnega dela.
- Konji na ljudi vplivajo pomirjujoče, lahko nas zrcalijo, so živali, ki preprosto živijo to, kar so, to na ljudi vpliva prizemljujoče, nas pomiri in nam pomaga, da se osredotočimo nase in pridemo v stik s svojim doživljanjem.
- Ker je konj med delom s človekom sposoben prevzeti njegov fokus, lahko med tem človek spozna dele sebe, ki jih prej ni poznal, ti pa lahko predstavljajo vir moči tukaj in zdaj ali v prihodnji situaciji, v kateri bo uporabnik svojo izkušnjo lahko povezal s situacijo, ki jo preživlja, in v njej deloval, kot se je naučil skozi terapijo.
- Razvoj te veje socialnega dela v Sloveniji bi zahteval zelo dobro organizirano skupino z jasnimi skupnimi cilji.
- Po mojem mnenju imamo v Sloveniji velik potencial za razvoj tovrstnega socialnega dela in potrebo po tem, saj bi s tem delom opolnomočili socialne delavce in uporabnike, predvsem bi ta vrsta socialnega dela pripomogla k vračanju socialnega dela med ljudi, ven iz institucij.
- Menim, da bi tovrstno socialno delo pripomoglo k deinstitucionalizaciji in približevanju uporabnikom v njihovem življenju.
- Socialno delo se je v zadnjih desetletjih močno umaknilo v pisarne in državne urade, vendar življenje uporabnika ne obstaja v takšnem okolju, uradi in pisarne na uporabnike pogosto delujejo zastrašujoče in hladno, medtem ko imajo živali in narava na človeka sproščujoč učinek.

7 Uporabljena literatura

- Allen, K. M., Blascovich, J., & Mendes, W. B. (2002). Cardiovascular reactivity in the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine*, 64(5), 727–739.
- Anderson, D., & Urichuk, L. (2003). *Improving Mental Health through Animal Assisted Therapy*. Pridobljeno 3. 3. 2020 s http://www.angelfire.com/mh/chimo/pdf/manual_in_single_doc-Nov03.pdf.
- Bain, O., & Sanders, M. (1996). *Ko pride na dan: Vodič za mlade, ki so bili spolno zlorabljeni*. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše: Co Libri.
- Bajde, S. (2010). *Senzorna integracija s pomočjo konja - ergoterapija. Konj, s konjem - na konju. Priročnik o terapevtskem jahanju* (str. 23–25). Ig: CUDV Draga.
- Balajc, T. (2007). *Terapevtsko jahanje*. Pridobljeno 3. 3. 2020 s <http://konji.com/terevtsko-jahanje/>
- Barker, B., & Wolen, A. R. (2008). The Benefits of Human-Companion Animal Interaction: A Review. *Journal of Veterinary Medical Education*, 35(4), 497–796.
- Beck, A. M. (2005). Review of pets and our mental health: The why, the what, and the how. *Anthrozoos*, 18(4), 441–443.
- Bojc, K., & Kranjc, T. (2019). *Konji in psihoterapija*. Zapiski s predavanja, Gimnazija Šentvid, Ljubljana.
- Bouwkamp, R. (1996). *Psihosocialna terapija pri spolni zlorabi v družini*. Logatec: Firis.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Cantin, A., & Marshall-Lucette, S. (2011). Examining the Literature of the Efficacy of Equine Assisted Therapy for People with Mental Health and Behavioral Disorders. *Mental Health and Learning Disabilities Research and Practice*, 51–61. Pridobljeno 10. 5. 2021 s <http://eprints.hud.ac.uk/12527/1/816.pdf>.

- Carlsson, C. (2017). Triads in Equine-Assisted Social Work Enhance Therapeutic Relationships with Self-Harming Adolescents. *Clinical social work journal*, 45(4), 320–331. Pridobljeno 27. 1. 2020 s <https://link.springer.com/article/10.1007/s10615-016-0613-2>
- Carlsson, C., Nilsson-Ranta D., & Traeen, B. (2014). Equine assisted social work as a mean for authentic relations between clients and staff. *Human-Animal Interaction Bulletin*, 2(1), 19–38. Pridobljeno 27.1.2020 s <http://www.lundehagen.no/wp-content/uploads/2016/12/equine-assisted-social-work-2.pdf>
- Chandler, C. K. (2017). *Animal-Assisted Therapy in Counseling*. New York: Routledge.
- Charnetsky, C. J., Riggers, S., & Brennan, F. (2004). Effect of petting a dog on immune system functioning. *Psychological Reports*, 3(2), 1087–1091.
- Coyle, S. (2016). Equine-Assisted Therapy — Horses, Humans, Healing. *Social Work Today*, 16(6). Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://www.socialworktoday.com/archive/111516p8.shtml>.
- Creagan, E. T. et al. (2015). *Complementary therapies in Clinical Practice: Animal assisted therapy at Mayo Clinic: The Time is Now*. Dostopno na: [http://www.ctcpjournal.com/article/S1744-3881\(15\)00024-9/pdf](http://www.ctcpjournal.com/article/S1744-3881(15)00024-9/pdf) (08.12.2020).
- Cvetko, A. (1992). *Zdravstveno zavarovanje po novem*. Ljubljana: Enotnost.
- Cvetek, R. (2009). *Bolečina preteklosti: travma, medosebni odnosi, družina, terapija*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Čaćinovič Vogrinčič, G., Kobal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2011). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čaćinovič Vogrinčič, G., & Mešl, N. (2019). *Socialno delo z družino: Soustvarjanje zelenih izidov in družinska razvidnost*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čič, T. (2014). Konji imajo samo »nalogo«, da so konji. *O konjih*, 11, 22–24.
- Demšar Goljevšček, M. (2010). *Terminologija na področju aktivnosti in terapije s pomočjo konja ter modeli razdelitve*. Pridobljeno 2. 3. 2020 s <https://nakonju.si/>
- Demšar Goljevšček, M. (2007). Usposabljanje terapevtov in pomočnikov terapevtov za izvajanje terapij s pomočjo konja. *1. Kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji. Konj kot*

terapevt - danes za jutri. Zbornik predavanj. Kamnik: Zavod za usposabljanje invalidne mladine.

Demšek Goljevšček, M. (2017). *Terapevt – delo, poslanstvo, prekletstvo? Program XI. Strokovnega posveta o razvoju področja A/TPK*. Črna na Koroškem: CUDV.

Demšek Goljevšček, M. (b. d.). *Terapija s pomočjo konja - nov pristop pri delu z otroki in mladostniki s posebnimi potrebami*. Pridobljeno 3. 3. 2020 s <http://www.sous-slo.net/wp-content/uploads/2016/02/Nazaj-na-konja-podprojekt-LEKTOR.pdf>

Demšek Goljevšček M. (2017). *Aktivnosti s konji v programu za pridobivanje temeljnih in poklicnih kompetenc*. Program XI. Strokovnega posveta o razvoju področja A/TPK. Črna na Koroškem: CUDV.

Ferrara, L., & Flammia, A. (2018). *Ergotherapy, the Occupational Therapy as an Aid to Return to Being by Doing*. Pridobljeno 2. 3. 2020 s https://www.researchgate.net/publication/325127050_Ergotherapy_the_Occupational_Therapy_as_an_Aid_to_Return_to_Being_by_Doing

Fine, A. (2010). *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*. Cambridge: Academic Press.

Finley, B. (2008). Horse Therapy for the Troubled. *The New York Post*. Pridobljeno 2. 3. 2020 s <http://www.nytimes.com/2008/03/09/nyregion/nyregionspecial2/09horsenj.html>

Friedmann, E., Katcher, A. H., Lynch, J. J., & Thomas, S. A. (1980). Animal Companions and One-Year Survival of Patients After Discharge From a Coronary Care Unit. *Public Health Reports*, 95(4), 307.

Frei, K. (1996). *Spolna zloraba: z odkrito besedo do varnosti*. Ljubljana: Kres.

Friedmann, E. (2009). The Human-Companion Animal Bond: How Humans Benefit. *VetClin Small Anim*, 39(2), 293–326.

Friedmann, E. et al. (2015). The Animal - Human Bond: Health and Wellness v Fine, A. H. (2015). *Handbook on Animal- Assisted Therapy*. Cambridge: Academic Press.

Globočnik, B., (2001). *Jahanje kot specialno- in socialnopedagoška dejavnost. Socialna pedagogika*, 5(3), 343, 345–351.

Hauge, H., Kvalem, I. L., Pedersen, I., & Braastad, B. O., (2013). Equine-Assisted Activities for Adolescents: Ethogram-based behavioral analysis of persistence during horse-related tasks and communication patterns with the horse. *Human-Animal Intercation Bulletin*, 1(2), 57–81. Pridobljeno 10. 5. 2021 s <https://habricentral.org/resources/40055/about>.

Hedgooth, R. (2013). Horse healing: Connecting emotionally with a horse can increase self-understanding and interpersonal awareness. *435 Magazine*, 9. Pridobljeno 2. 3. 2020 s <http://www.435mag.com/September-2013/Horse-Healing/>

Ilič, N. (2013). *Terapija s pomočjo živali – kaj je to in kako jo lahko uporabim?* Ljubljana: Lunba.

Jackson, K. (2013). Human-Animal Connection in Social Work. *Social Work Today*, 13(2). Pridobljeno 2. 3. 2020 s <http://www.socialworktoday.com/archive/031513p6.shtml>

Klun, B. (2000). Mednarodna primerjava zdravstvenega varstva in zavarovanja za dolgotrajno nego. Magistrsko delo. Ljubljana: Ekonomska fakulteta.

Levine, P. A., (2010). *In an Unspoken Voice: how the body releases trauma and restores goodness*. Berkeley: North Atlantic Groups.

Mavec, K. (2007). *Uporaba konja v psihiatriji in psihoterapiji. V 1.Kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji, Konj kot terapevt-danes za jutri, zbornik predavanj* (str. 177–185). Kamnik: Zavod za usposabljanje invalidne mladine.

Marinšek, M. (2014). *Prisluhnimo konju*. Ljubljana: Založba kmečki glas.

McCardle, P., McCune, S., Griffin, J. A., & Maholmes V. (2011). *How animals affect us: Examining the Influence of Human-Animal Interaction on Child Development and Human Health*. Washington: American Psychological Association.

Moorman, J. (2013). *Social work professor combines love of horses with research*. Pridobljeno 2. 3. 2020 s <https://www.horsetalk.co.nz/2013/05/08/social-work-professor-combines-love-horses-research/#axzz2WAuCNPRQ>

Naglost, K. (2016). *Pogoji za izvajanje terapij in aktivnosti s pomočjo konja v Sloveniji*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede.

O'Haire, M. (2010). *Companion animals and human health: Benefits, challenges, and the road ahead*. *Journal of Veterinary Behavior*, 5, 226–234.

Proops, L., Grounds, K., Smith, A. V., & McComb, K. (2018). Animals Remember Previous Facial Expressions that Specific Humans Have Exhibited. *Current Biology*, 28, 1428–1432 Elsevier Ltd. Pridobljeno 3. 3. 2020 s [https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822\(18\)30364-6](https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822(18)30364-6). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cub.2018.03.035>

Republika Slovenija GOV.SI. (2021). *Socialna varnost*. Pridobljeno 5. 3. 2021 s <https://www.gov.si/podrocja/socialna-varnost/>

Republika Slovenija GOV.SI. (2021). *Socialna pomoč, subvencije in znižana plačila - Druge oblike pomoči*. Pridobljeno 5. 3. 2021 s <https://www.gov.si teme/druge-oblike-pomoci/>

Sable, P. (1995). Pets, Attachment, and Well-Being across the Life Cycle. *Social Work*, 40(3), 334–339.

Shelef, A., Brafman, D., Rosing, T., Weizman, A., Stryjer, R., & Barak, Y. (2019). *Equine Assisted Therapy for Patients with Post Traumatic Stress Disorder: A Case Series Study*. *Military Medicine*. Pridobljeno 3. 3. 2020 s <https://academic.oup.com/milmed/advance-article-abstract/doi/10.1093/milmed/usz036/5370040?redirectedFrom=fulltext>

Tušak, M., & Marinšek, M. (2007). *Človek - žival zdrava naveza*. Ljubljana: Založba Pivec.

Tušak, M., & Tušak, M. (2002). *Psihologija konja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Tidmarsh, D., & Tidmarsh, A. (2018). *The 'I-Thou' in Equine Assisted Therapy: A Relational Perspective*. Rakitna: Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna.

Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119 (3), 488–531.

Van der Kolk, B. A. (2014). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking.

Walsh, F. (2009). Human-Animal Bonds: The Relational Significance of Companion Animals. *Family Process*, 48 (4), 462-480.

Wilkes, J. K. (2009). *The Role of Companion Animals in Counseling and Psychology. Discovering Their Use in Therapeutic Process*. Springfield: Charles C. Thomas Publisher Ltd.

Wilson, C. C., & Turner, D. C. (ur.) (1998). *Companion Animals in Human Health*. Thousand Oaks: Sage Publications.