

Erna Žgur in Urška Poženeš

Aktivnosti s konjem – ASK: podporna terapevtska oblika pomoči osebam s posebnimi potrebami



Aktivnosti s konjem – ASK: podporna terapevtska oblika pomoči osebam s posebnimi potrebami

Erna Žgur in Urška Poženel



Ljubljana, november 2018

Aktivnosti s konjem – ASK: podpora terapevtska oblika pomoči osebam s posebnimi potrebami

Avtorici: Erna Žgur, avtorica prispevkov o ASK, Uvoda in urednica brošure in Urška Požanel, avtorica prispevkov o prostem času in socialno-integrativnih dejavnostih

Recenzija: prof. dr. Miran Čuk, dr. Monika Zadnikar

Izdala in založila: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani

Zanjo: izr. prof. dr. Janez Vogrinc, dekan

Jezikovni pregled: Irena Šinkovec

Oblikovanje: Erna Žgur

Fotografije in ilustracije: arhiv projekta ASK in Cirius Vipava

Tisk: Birografika Bori, d. o. o., Ljubljana

Naklada: 200 izvodov (1. izdaja, 1. natis)

Ljubljana, november 2018

CIP – Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

615.825:798.2

ŽGUR, Erna

Aktivnosti s konjem - ASK : podpora terapevtska oblika pomoči osebam s posebnimi potrebami / [avtorici Erna Žgur, avtorica prispevkov o ASK, Uvoda in urednica brošure in Urška Požanel, avtorica prispevkov o prostem času in socialno-integrativnih dejavnostih] ; fotografije in ilustracije arhiv projekta ASK in Cirius Vipava]. - 1. izd., 1. natis. - Ljubljana : Pedagoška fakulteta, 2018

ISBN 978-961-253-235-2

1. Gl. stv. nasl. 2. Požanel, Urška

297221888

Kazalo

Recenziji	4
Uvod	8
Zakaj projekt ASK?	10
ASK, intelektualni in drugi primanjkljaji	10
Specialno-pedagoško delo in terapija	15
Terapevtske aktivnosti s konji	17
ASK, hipoterapija in druge aktivnosti s konjem	19
Učinki hipoterapije	20
Socialno-interaktivne dejavnosti in prosti čas oseb z motnjami v duševnem razvoju	24
Zadovoljstvo otrok in mladostnikov z vključenostjo v socialno-integrativne dejavnosti ASK-a	28
Prosti čas učencev	29
Uporabljeni viri	31

Recenziji

Delo z naslovom »Aktivnosti s konjem« avtoric Erne Žgur in Urške Požnenel je pisano na zelo prijeten način, in sicer za strokovnjaka ali povsem neukega bralca. Bere se tekoče in je vsebinsko zelo bogato. Avtorici sta se potrudili, da sta prikazali problematiko hipoterapije z različnih zornih kotov. S takim načinom prikazovanja in opisovanja hipoterapije omogočata celostno prikazovanje terapije, ki pri nas še ni dovolj znana oz. priznana. Delo je namenjeno strokovnjakom in tudi laikom.

Pričujoče delo je poročilo praktičnega eksperimenta, ki je bil izvajan na osnovi študije posameznega primera. Za merjenje učinkov terapije je bilo uporabljenih več objektivnih merskih sredstev. Med projektom je bilo ugotovljeno inicialno stanje, po končanem izvajanju hipoterapije tudi finalno stanje. Z analizo zbranih podatkov so ugotovili pomemben napredek na posameznikovem napredovanju na področju kognitivnih in motoričnih sposobnosti ter na področju socialnih in praktičnih veščin.

Pričujoča brošura ASK prinaša sveže ter zanimive ideje celostne rehabilitacije ter večje socialne vključitve otrok s posebnimi potrebami.

Avtorici sta bogati teoretično-praktični vsebini priključili tudi lepe ilustracije otrok, ki so sodelovali v projektu, kar smiselno dopolnjujejo vsebino besedila.

prof. dr. Miran Čuk

Osebe s posebnimi potrebami imajo posebne potrebe na raznoterih področjih: kognitivnem, motoričnem, senzoričnem, socialnem in zaznavnem. Z različnimi pristopi želimo primanjkljaje zmanjšati, omiliti in integrirati. Konj je eden izmed najmočnejših terapevtskih pripomočkov, bolje rečeno, terapevtskih bitij, ki izredno globoko vstopa v človekovo biopolje, še posebej v stiku z osebami s posebnimi potrebami.

Brošura Aktivnosti s konjem – ASK je zaključek raziskovalnega projekta, v katerem so aktivnosti s konjem uporabili kot podporno terapevtsko obliko. V projektu je sodelovalo osem učencev, in sicer v obdobju treh mesecev. V brošuri so raziskana in opisana tri področja, ki pokrivajo podporo in pomoč osebam s posebnimi potrebami.

V specialno pedagoškem delu so opisana področja, ki se medsebojno povezujejo, dopolnjujejo in prispevajo k celostnemu napredovanju vključenih učencev. Aktiviranje senzorično-motoričnih poti z različnimi dražljaji in informacijami, preko nevronskih poti, omogoča boljšo pretočnost in istočasno zapornitev informacij v trajnejše spominske kode. Z večkratnim ponavljanjem specialno-pedagoških in terapevtskih aktivnosti v procesu učenja, še posebej v stiku s konji in v skupini, se omogoča priklic zapornjenega, hitrejšo povezavo in prepoznavo z različnih področij, in sicer motoričnega, senzoričnega, kognitivnega, konativnega in socialnega. Medsebojne asociacijske povezave nevronov omogočajo večjo transformacijo informacij v celostnem pristopu učenja oseb s posebnimi potrebami.

Pri raziskovanju učinkov terapevtskega jahanja, natančno hipoterapije, so ugotovili, da so učenci dosegli napredek predvsem na nevro-motoričnem in socialno-psihološkem področju. Pozitivni učinki na nevro-motorični komponenti

so se odražali na večji gibljivosti medeničnega obroča, posledica tega je bilo zanesljivejše in stabilnejše ravnotežje, večja stabilnost trupa, večja hitrost in boljša koordinacija. Na socialno-psihološkem pa boljše sodelovanje z vrstniki in v skupini, doslednejše upoštevanje navodil in pravil, večja motiviranost za sodelovanje in daljša koncentracija ter pozornost.

Pri socialno-interaktivnih dejavnostih in pri prostem času imajo otroci z motnjami v duševnem razvoju zaradi znižanih intelektualnih sposobnosti in odstopanj na področju prilagoditvenih spretnosti kar nekaj težav v navezovanju stikov in organiziranju prostega časa. Pri aktivnem preživljanju prostega časa ob konju razvijajo otroci potrebo po pripadnosti, po moči in vplivu, po svobodi in zabavi. Hkrati z dejavnostmi in s skrbjo za konja poteka neformalno izobraževanje, kar vodi posredno do opravljanja hišnih in gospodinjstskih opravil. In nenazadnje, pri tem nastajajo odnosi in socialne ter čustvene izkušnje. Pomembno vlogo pri izbiri prostočasnih aktivnosti in pri preživljanju prostega časa oseb z motnjo v duševnem razvoju ima družina.

Ne glede nato, v katero interesno, pedagoško, socialno-integrativno ali terapevtsko dejavnost so otroci s posebnimi potrebami vključeni, je pomembno njihovo počutje in zadovoljstvo.

V okviru projekta ASK so spremljali počutje pred aktivnostmi, povezanimi s konjem, in po njih. Rezultati kažejo, da je bilo počutje otrok zelo dobro po končanih aktivnostih ob konju.

Brošura ASK je odličen doprinos na področju vzpostavitve nadomestnih mehanizmov pri osebah s posebnimi

potrebami ter terapevtskega jahanja in aktivnosti s pomočjo konja. Podaja ideje za nadaljnje raziskovanje na različnih ravneh – od diplomskih nalog študentov preko aplikativnih projektov, povezanih z osebami s posebnimi potrebami, do temeljnih raziskovalnih projektov, vse v prizadevanju za nadaljnji razvoj terapevtskega jahanja in v skrbi za razvoj otrok z motnjo v duševnem razvoju.

dr. Monika Zadnikar,
specialistka nevrofizioterapevtka, hipoterapevtka

Uvod

Celostno, vseživljenjsko izobraževanje ter usposabljanje oseb s posebnimi potrebami, še zlasti tistih, ki imajo izrazitejšo primanjkljaje na kognitivnem, motoričnem in senzo-motoričnem področju, nujno vključuje njihovim posebnostim ustrezno rehabilitacijo, ki je uspešnejša z uporabo sodobnih terapevtskih dejavnosti, kamor umeščamo tudi hipoterapijo in različne aktivnosti s konjem.

Raziskovalni projekt: Aktivnosti s konjem, podporna terapevtska oblika pomoči osebam s posebnimi potrebami (na kratko ASK), se osredotoča na namensko izbrano skupino osnovnošolskih otrok z različnimi primanjkljaji, z in brez kognitivnih primanjkljajev ter spremljajočimi primanjkljaji na področju: motorike, komunikacije, senzo-motorike, percepcije, orientacije, motivacije ...). Raziskovalni projekt je potekal eno leto. Njegova praktična izvedba z izbrano skupino 8 učencev pa je potekala strnjeno 3 mesece. Z njim smo želeli podrobno raziskati vpliv aktivnosti s konjem na učenčevo motorično, komunikacijsko, senzorično in socialno komponento razvoja. Zato so bila naša raziskovalna vprašanja usmerjena zlasti na vidik učinkovanja ASK aktivnosti na:

- motoriko (držo in položaj, vzpostavljanje mišičnega tonusa, prisotnost ravnotežnih reakcij, koordinacije, gibanja ...),
- počutje (pozornost na učenčevo počutje pred ASK in po njem),
- socialno vrstniško vključevanje učencev (v času ASK-a in kasneje v skupini, v razredu),
- aktivno preživljanje prostega časa (ali izbrani učenci povezujejo ASK s svojim prostim časom,

izbrano prostočasno dejavnostjo, jo izvajajo tudi v času bivanja v družini).

Raziskovalni projekt ASK je nastal pod okriljem Pedagoške fakultete Univerze v Ljubljani ter je vključeval tri visokošolske profesorje iz oddelka za specialno in rehabilitacijsko pedagogiko, eno doktorsko študentko ter eno magistrsko študentko (iz omenjenega oddelka). V sodelovanje ASK se je vključila tudi visokošolska profesorica iz Edukacijsko-rehabilitacijske fakultete iz Zagreba. V ASK je bilo vključenih osem učencev (s posebnimi potrebami in brez njih), pet učencev iz Centra za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava (Cirius Vipava) in trije učenci OŠ Danila Lokarja iz Ajdovščine. V izvedbenem delu raziskovalnega projekta so aktivno sodelovali strokovni delavci iz Cirius Vipava (tri fizioterapevtke, hipoterapevtka), Zdravstvenega doma Nova Gorica (fizioterapevtka, hipoterapevtka) ter vodji dveh hipoterapevtskih timov, kjer so se ASK aktivnosti izvajale (v naravnem okolju Vipavske doline, v Dolgi Poljani ter na obronkih kraških hribov, na Brjah). Večino spremljajočih pripravljalnih aktivnosti otrok, potrebnih za ASK, je temeljilo na aktivnem sodelovanju fizioterapevtk ter specialnih in rehabilitacijskih pedagoginj iz Cirius Vipava. Vipavskega centra nam ni potrebno posebej predstavljati, saj deluje ustanova že več kot pet desetletij (od leta 1965 dalje) ter izvaja več osnovnošolskih programov za osebe s posebnimi potrebami:

- Prilagojeni program vzgoje in izobraževanja z nižjim izobrazbenim standardom,
- Posebni program vzgoje in izobraževanja,
- Vzgojni program.

S področja predšolske vzgoje pa izvaja tudi prilagojeni program za predšolske otroke z razvojnimi primanjkljaji za

več sosednjih tudi bolj oddaljenih občin (Vipava, Ajdovščina, Renče Vogrsko, Ilirska Bistrica, Nova Gorica).

Zakaj projekt ASK?

Če odgovorimo kar z razlago kratice, ker **ASK**, torej aktivnosti s konjem, lahko pomeni tudi otrokova **Aktivnost, Spodbujena s Konjem** na čim bolj naraven, sproščen, vendar terapevtsko voden ter nadzorovan sistem pomoči. Zakaj prav s konjem? Ker ta žival predstavlja močno tudi terapevtsko, ne samo emocionalno-socialno in motivacijsko sredstvo, pogosto uporabljeno, da ne zapišemo »izrabljeno« v številne rehabilitacijske, športno-rekreativne in tudi gibalne namene spodbujanja različnih otrokovih zmožnosti. Z vidika vodene terapije (hipoterapije) je to predvsem spodbujanje čim bolj normalne mišične napetosti, ki omogoči skladnejše gibanje kot odraz zrelih, primernih vzravnjav in poravnjav telesa ter koordinacije z ravnotežjem.

ASK, intelektualni in drugi primanjkljaji

In zakaj ASK pri osebah z različnimi kognitivnimi, motoričnimi in drugimi primanjkljaji? Predvsem zato, ker so motnje v duševnem razvoju opredeljene s pomembnimi omejitvami v posameznikovem intelektualnem delovanju ter v njegovih prilagoditvenih/adaptivnih zmožnostih. Primanjkljaj s področja pomembno znižanih intelektualnih sposobnosti se povezuje s prisotnimi prav tako pomembnimi odstopanji s področja prilagoditvenih spretnosti. Če so intelektualne zmožnosti najbolj označene z razponom

vrednosti inteligenčnega kvocienta, se adaptivne ali prilagoditvene spretnosti delijo na tri pomembna področja, tesno medsebojno povezana in součinkujoča (konceptualno področje, področje socialnih spretnosti ter področje praktičnih veščin, potrebnih za posameznikovo samostojno vključevanje v širše okolje, organizacijo dela, prostega časa ter življenja).

Rezultat obojega (intelektualna ter prilagoditvena sfera) determinira funkcionalni okvir rezoniranja teh oseb, kar se odraža na njihovem zaznavanju, dojemanju, reševanju problemov, miselnem in praktičnem načrtovanju ter izvedbi, abstraktnem mišljenju, zmožnosti presoje, usvajanju akademskih znanj in fleksibilnem prenosu teh znanj (tudi neposrednih izkušenj) v nove konstrukcije, učne, delovne, socialne ... situacije. Primanjkljaji na področju prilagoditvenih/adaptivnih zmožnosti se običajno pokažejo na zelo širokem spektru posameznikovega celostnega delovanja.

Prav vidik širših prilagoditvenih spretnosti lahko pri učencih z intelektualnimi primanjkljaji (z različnimi stopnjami motenj v duševnem razvoju) lahko dodatno krepimo, spodbudimo ter do neke mere avtomatiziramo tudi z dejavnostmi ASK-a. Tu lahko posebej izpostavimo vidik živali, torej konja kot pomembnega motivatorja teh dejavnosti. Nadalje bi izpostavili delovanje v naravnem okolju, kjer se prepletajo številne možnosti spoznavanja narave v različnih letnih časih (seveda pa moramo upoštevati tudi prisotnost vremenskih razmer za optimalno izvedbo teh dejavnosti, ki se pretežno odvijajo na prostem). Tudi s konjem, ob njem, na njem ... lahko spontano, na sproščen, pa tudi na vodeni »specialno-pedagoški« način spodbujen proces »igranja, učenja ...« razvijamo in krepimo prilagoditvene spretnosti. Če pogledamo vidik posameznih prilagoditvenih spretnosti, vidimo, da so nakazani primeri

lahko vpeti v številne terapevtske, učne, igralne in praktične veščine. Izpostavimo le nekaj primerov:

- Konceptualne spretnosti: vsebujejo področja govornega razumevanja in izražanja, sposobnosti branja in pisanja, številski, časovni ter denarni koncepti, sposobnosti načrtovanja lastnega vedenja ... Vse te spretnosti lahko nevsiljivo vpletamo v aktivnosti ASK-a s pogovorom, medsebojnim dogovarjanjem, pogovorom o konju, o aktivnostih, ki jih bomo delali s konjem, vrstni red jahanja (določanje zaporedja), odgovornosti do živali ter skrbi zanjo; vrste hrane, ki je potrebna za žival, odnos do oskrbe, kdo bo konja nahranil, kdo skrtačil, kdo mu bo skidal ..., in sicer vse do prevzemanja spoštljivega odnosa do živali. Tudi zaradi skrbi za nemočne (živali) učenci lažje razumejo širše socialne koncepte, potrebne za samostojno komuniciranje ne samo med ljudmi, med vrstniki, odraslimi, ampak tudi do »komuniciranja« s konjem. Seveda med konceptualne veščine sodi še veliko drugega, npr. veščine, s katerimi samostojno nastopamo in opolnomočeno spregovorimo o sebi, zase, lahko tudi za druge.
- Socialne spretnosti: tudi ta vidik z ASK-om lahko vključujemo v različne dejavnosti, ki se v skupini otrok, učencev ... odvija na medosebni – interpersonalni ter intrapersonalni ravni. Posebej lahko poudarimo vidik primerno zrelih odnosov, ki jih učenci, člani ASK-a, vzpostavijo med seboj: sposobnost zadovoljivega vzpostavljanja in vzdrževanja medosebnih odnosov, kasneje tudi poudarek odnosa s konjem, postopen prevzem posameznikove odgovornosti do drugih, starosti

primerno, do konja, do narave ... sveta, primer-
no razvitost socialnih spretnosti (pogovora, ko-
munikacije, odgovornosti ...). ASK je prav tako
lahko priložnost navajanja na boljše razumevanje
in sledenje formalnim in neformalnim pravilom v
različnih interakcijah.

- Praktične (vseživljenjske) spretnosti: ASK je narav-
nost izbrana dejavnost, s katero lahko pomembno
urimo številne praktične veščine, ki jih posameznik
potrebuje (skrb za vsakodnevne dejavnosti, oprava,
povezana s pripravo na ASK, in tudi skrb za
opravljanje ustrezne toalete po ASK-u (izbor pri-
mernega oblačila in obutve, umivanje, tuširanje,
osebna higiena). V to področje lahko vključimo
tudi skrb za lastno zdravje in dobro počutje, zato
se usmerimo v spodbudo uporabnih veščin, kot
so priprava obrokov hrane ne samo zase (malica),
ampak tudi za konja. Primerno lahko spodbudi-
mo spretnosti mobilnosti posameznika, možnost
potovanja, transporta (uporaba javnih transpor-
tnih sredstev, načrtovanje potovanja, povezana z
izvedbo ASK-a), dostopanje do uradov in uresni-
čevanje svojih temeljnih pravic (do zasebnosti
...). Preko ASK-a se nenazadnje lahko usmerimo
tudi v spodbujanje izvedbe načrtovanih domačih
opravil, vezanih na odgovornost do živali (skrb za
urejenost prostorov, namenjenih za bivanje ko-
nja), čistoča v prostorih, skrb za urejenost okolice,
urejenost maneže ...). Prav tako lahko z ASK-om
posegamo tudi na področje delovne oz. poklicne
spretnosti (vloga poklicne orientacije učencev ob
upoštevanju njihove želje po nadaljnjem izobra-
ževanju in usmeritve v razne dostopne poklicno-
izobraževalne in druge srednješolske programe,

povezane s kmetijstvom, storitvami, s turizmom ...).

Za vsa tri področja prilagoditvenih spretnosti velja izpostaviti pomembno vlogo učenja in navajanja v različnih »terapijah«, spodbujenih praktičnih življenjskih sposobnosti in spretnosti, ki kasneje, tudi z dozorevanjem in odraščanjem, tem osebam omogočajo relativno samostojno življenje v družini, v raznih ustanovah ter v širši skupnosti. Pogosto poimenovano »učenje za življenje« je pri osebah z motnjami v duševnem razvoju pomembno v vseh življenjskih obdobjih. Praviloma moramo z njim pričeti dovolj zgodaj, in sicer na zanimiv, situacijsko-praktičen način, z veliko konkretnimi primeri, zadostnim številom pravilnega ponavljanja in utrjevanja. Tudi tako razvijejo te osebe svoji zrelosti ter razvoju primerno potrebno samostojnost ter neodvisnost. Izpostavljeni primer projekta ASK-a je le eden od številnih zanimivih načinov možnega večjega opolnomočenja teh oseb, ne vezanih na učne predpise ali zakonodajo. Izbrane aktivnosti ASK-a so lahko del ne samo vzgojno-izobraževalne ter rehabilitacijske dejavnosti, temveč tudi del dejavnosti, ki se nanašajo na manj strukturirane oblike dela, kot sprostitve, kot del časa, ki ga posameznik nameni svojemu prostemu času, času oddiha in sprostitve. Tudi z dejavnostmi, kot je ASK, se te osebe lahko v polni meri samozaposlijo z aktivnostmi, ki jih zmorejo, ki si jih želijo in so jim v izziv ter motivacijo, obenem pa jim prinašajo osebno izpolnitev ter zadovoljstvo. Biti zadovoljen sam s seboj, zaupati vase ... to je nekaj, kar si brez izjeme želimo vsi.

Specialno-pedagoško delo in terapija

Ko stopamo na polje vzgojno-izobraževalne in rehabilitacijske dejavnosti, stopamo na področje, kjer se različni strokovni pogledi, izkušnje in znanja ... v polni meri medsebojno povezujejo, dopolnjujejo ter prispevajo k dobremu (celostnemu) napredovanju (na kognitivnem ter konativnem področju) vključenih oseb. Že dalj časa je na obeh področjih znan in tudi v veliki meri upoštevan pozitiven učinek obravnave, ki vključuje aktivacijo ter istočasno vzdraženje senzorično-motoričnih informacij (imputov) ter njihovega večjega učinkovanja po aktiviranih refleksnih nevronskih poteh. Tako aktivirana in asociacijsko povezana nevronska pot omogoča boljšo pretočnost informacij in večjo ter daljšo njeno zapornitev. Informacijo, ki si jo zapomnimo in ponotranjimo, nevronske preoblikujemo v trajno spominsko kodo, ki nam omogoča takojšnji in večji priklic zapomnjene, omogoča hitrejšo prepoznavo, kar vse omogoča ter spodbuja procese učenja, pa naj gre za akademske ali motorične nivoje. Medsebojne asociacijske povezave nevronov omogočajo večjo transformacijo informacij – te pa se povezujejo in prenašajo preko aktiviranega, v različnih situacijah spodbujenega senzorično-motoričnega sistema. Vloga skupne, ustrezne specialno-pedagoške in terapevtske obravnave je večja, saj gre za koherentno delovanje medsebojno podprtih tehnik, zaradi česar so obravnave intenzivnejše ter prinašajo boljše rezultate. Posamezna obravnava, čeprav je popolno izvedena, je le parcialna. Tako lahko skupna, v posameznih elementih dopolnjujoča ter vodena specialno-pedagoška in terapevtska obravnava učinkovito deluje na pojav, krepitev ali preoblikovanje razvojnih funkcij. V sistematični, tudi specialno-pedagoški obravnavi, ki jo podpremo z izbranimi terapevtskimi tehnikami (poudarek na vzdrževanju primernih položajev,

vzorcev gibanja, vzdrževanju ravno prav »nizkega/visokega« mišičnega tonusa, izogibanje vrste položajev, ki zvišujejo mišični tonus, ki vodi v pojav neželenih gibalnih vzorcev s patološkimi refleksi ...), zagotovimo vzpostavitev nadomestnih mehanizmov (torej na novo vzpostavljenih in tudi nevrolško zahtevnejših mehanizmov, ki se spontano sami niso pojavili, ali so se pojavili le v delni meri). Govorimo o tako imenovanih kompenzatornih, tudi nadomestnih mehanizmih, ko gre za na novo priučene, tudi prevzete oblike gibanja, zadrževanja določenega položaja, vzorca rokovanja ... kot rezultat skladno delujoče nevrolške aktivnosti. Bolj kot je ta zrela, nadzorovana s primernim mišičnim tonusom, bolj se gibalni vzorci približujejo »normalnosti«, torej tistim in takim gibalnim vzorcem, ki jih srečujejo pri razvoju ter zorenju populacije značilnega razvoja. Slednji nadomestijo pričakovane in zahtevane razvojne funkcije, ki se iz različnih vzrokov ne morejo zadostno vzpostaviti ter funkcionalno dovršiti v zrele oblike gibanja. Tako lahko del skupne specialno-pedagoške in terapevtske obravnave predstavlja tudi ASK, izbrana hipoterapija ali druge terapevtske aktivnosti s konjem, ob njem, na njem. Ne glede na izbrano aktivnost je njihov skupni namen usmerjen v posameznikov napredek, na nevro-motorični in tudi na širši kognitivni ravni.

Vodene ter usmerjene specialno-pedagoške in terapevtske aktivnosti omogočajo celosten pristop k obravnavi, terapiji, učenju osebe, ki potrebuje več pomoči na različnih področjih funkcioniranja. Takšen, povezovalno-timski način sodelovanja in dopolnjevanja zahteva tudi dobro, strokovno, dopolnjujoče in tudi avtonomno delo različnih strokovnjakov, vključenih v tim.

Član strokovnega, terapevtskega ali drugega tima lahko na svojem področju kar največ doprinese in z dobrim timskim

sodelovanjem ter dopolnjevanjem znanj, informacij ter izkušenj omogoči otroku, mladostniku optimalnejši, bolj skladen ter celotni razvoj na več področjih hkrati.

Terapevtske aktivnosti s konji

Terapevtsko jahanje je zelo širok pojem, ki poleg jahanja, ki naj bi pripeljalo do terapevtskih učinkov, pomeni še terapijo ob konju, z njim ter na njem. Terapevtske aktivnosti, povezane s konjem, lahko potekajo na različne načine.



Strokovna delitev terapevtskega jahanja pa upošteva štiri področja, ki niso vedno strogo ločena, ampak se prepletajo in dopolnjujejo med seboj. Ta so: medicina (vključuje hipoterapijo in ergoterapijo), pedagogika (specialno-pedagoško jahanje), psihologija (psiho-terapevtsko jahanje) in konjeniški šport (parakonjenišтво) za osebe s posebnimi potrebami. V zadnjih dveh področjih sodeluje vrsta strokovnjakov s področja športa, rekreacije, psihologije, psihoterapije, sociologije ter rehabilitacije.

V nadaljevanju predstavljamo medicinski in pedagoški vidik dejavnosti:

- Hipoterapija je terapevtsko jahanje, ki primarno vključuje medicinski vidik zdravljenja. Zato lahko tudi hipoterapijo vključujemo v dejavnosti fizioterapije, saj temelji na nevro-fiziološki osnovi in poteka z »uporabo« bitja (živali, konja). Zanj veljajo določeni pogoji, ki se nanašajo pretežno na izpolnjevanje ustrezne strokovne usposobljenosti njenih izvajalcev, ustrezne predpriprave vseh udeležencev, tudi priprava konja. Praviloma jo predpiše zdravnik ustrezne specialnosti, izvaja pa jo fizioterapevt z dodatno pridobljenim strokovnim znanjem (terapevt razvojno-nevrološke obravnave, hipoterapevt).
- Ergoterapija je terapija s pomočjo konja, ki jo izvaja ustrezno usposobljen terapevt – delovni terapevt. Njeni cilji se osredotočajo predvsem na izboljšanje raznoterih funkcionalnih sposobnosti in spretnosti, ki jih potrebuje oseba za večjo samostojnost v različnih, ne samo dnevnih aktivnosti.
- Specialno-pedagoško jahanje oziroma voltažiranje predstavlja najširšo vrsto terapevtskega jahanja, ki vključuje in povezuje veliko strokovnjakov iz različnih področij. V tej dejavnosti pogosto sodeluje tudi specialni in rehabilitacijski pedagog, kjer v svoja primarna področja dela vključuje aktivnosti s konjem.
- Dejavnosti lahko potekajo povezano z vsebinami, vezanimi na dopolnilne aktivnosti s konjem (vključujejo nego in skrb za konja, sedlanje, zauzdanje, skrb za jahalno opremo, čiščenje, krtačenje ...), lahko kot specialno-pedagoške aktivnosti ob konju in na njem, vse do oblik samostojnega jahanja.

ASK, hipoterapija in druge aktivnosti s konjem

Hipoterapija kot nevro-fiziološka dejavnost spodbudi, da s pomočjo konja v naravnem okolju spodbujamo, vadimo, urimo ... številne gibalne funkcije, nujno potrebne za samostojno življenje. Uporaba izraza hipoterapija se nanaša na grško poimenovanja konja (hippos) in terapije, torej zdravljenje (therapeia). Prepoznana je že stoletja. Za izvajanje vsakodnevnih veščin potrebuje vsako bitje ustrezno razvite motorične sposobnosti in spretnosti. Za njihovo vzpostavitve so potrebne številne razvojne reakcije, vpete v vsak gibalni element: poravnave, vzravnave, ravnotežja, drže. Te lahko urimo v izoliranih individualnih terapevtskih obravnava, lahko pa tudi v izbrani hipoterapevtski dejavnosti. Ker se konj pri hipoterapiji giblje v zanj značilnem hodu (štiri takti hod ali korak), se to ponavljajoče se ritmično gibanje prenese na telo, medenico, hrbtenico in ramenski obroč osebe, ki je na konju. Aktivna in zanesljiva drža osebe na konju (jahača) zahteva stalno prilagajanje štiritaktnemu gibanju konja. Pokončno, aktivno vzdrževanje drže na konju zahteva dinamično stabilnost telesa in primerno razvite vzravnalne, ravnotežne in (protektivne) zaščitne reakcije, ki omogočijo stalno poravnavo telesa, kot se smer, ritem in tempo gibanja konja. Za dobro ter predvsem zanesljivo držo na konju pa potrebujemo še razvito poravnavo ter kontrolo drže telesa, trupa z medenico, čemur se prilagajajo drugi deli telesa. V hipoterapiji pogosto izkoriščamo tri ključne komponente gibanja konja:

- antero-posteriorno gibanje (gibanje konja pomika, spreminja in premika jahačevo težišče telesa, kar zahteva njegov dinamičen odziv na spremembe),
- prenos teže jahačevega telesa (avtomatski

- odgovor telesa jahača na spremembe smeri gibanja),
- rotacije (gibanje konja) spodbudi ter izzove rotacijo medenice.

Učinki hipoterapije

Hipoterapija kot terapevtska dejavnost omogoča, da na neosedlanem konju urimo številne gibalne funkcije, potrebne v življenju vsakega bitja. Njeni učinki se odražajo na fizikalnem (pretežno telesnem), psihološkem (duševnem) in sociološkem (socialnem) področju. Medicinski vidik uporabe terapevtskega jahanja (hipoterapija, ergoterapija) izkorišča pretežno fiziološke učinke, kot so normalizacija mišične napetosti, razvoj avtomatskih reakcij drže in gibanja, izboljšanje koordinacije gibanja, pridobivanje občutka za simetrijo telesa ter njegovih delov, krepitev mišične moči, povečanje gibljivosti sklepov, izboljšano delovanje kardio-vaskularnega sistema, boljša orientiranost na sebi in v prostoru. Prepoznani psihološki učinki so: boljša motivacija, izboljšanje koncentracije in pozornosti (zlasti podaljšanje), izboljšanje telesne in prostorske predstavljalnosti, zaznavanje občutka ugodja/zadovoljstva, večja samozavest in samospoštovanje, tudi opolnomočenje. Sociološki učinki pa se usmerjajo na izboljšano sodelovanje posameznika z vrstniki, zlasti interakcijo med posameznikom in skupino ter interakcijo posameznika in skupine do konja, izboljšanje komunikacije, ki jo taka dejavnost zahteva od posameznika, večje ter doslednejše upoštevanje pravil/navodil, spoštovanje dogovorov (npr. vrstni red jahanja, skrb za konja, vodenje konja ..., sledenja skupini ...).

Hipoterapija in njeno učinkovanje na fizične, psihološke ter socialne razvojne komponente so dobro prepoznane ter upoštevane. Manj je raziskano področje učinkovanja hipoterapije ter ASK na kognitivne komponente posameznikovega razvoja, ne glede na to, da se znotraj kognitivnega razvoja poleg znanja, spretnosti ... vedno umešča tudi področje motorike.

Ker gre za področje medsebojnega součinkovanja različnih razvojnih funkcij, predvidevamo, da z izvedbo hipoterapije ter dejavnosti ASK vplivamo tudi na vidik izobraževanja in usposabljanja oseb s posebnimi potrebami. Njihovo izobraževanje je uspešnejše, če je podprto z različnimi podpornimi oblikami pomoči, od terapij (rehabilitacije) do raznih gibalno-športnih (rekreativnih), umetniško-izraznih (plesno-glasbeno-gibalnih) dejavnosti.



Raziskave tujih in domačih avtorjev potrjujejo učinke hipoterapije na več področjih:

- izboljšanje branja pri učencih z motnjami v duševnem razvoju ter izboljšanje nevromotoričnih komponent (mišični tonus, drža, koordinacija). V študiji primera je bilo dokazano, da so učinki

hipoterapije prisotni na izbrane elemente opazovanja ne glede na starost osebe;

- izboljšano »utirjanje« refleksnih, nevroloških mehanizmov;
- izboljšanje posameznikovega motoričnega funkcioniranja in izboljšanje socialnega ter akademskega delovanja;
- izboljšanje širših kognitivnih in konativnih vidikov razvoja.



Že v uvodu smo omenili, da je bil ASK izveden pri 8 učencih z posebnimi potrebami in brez njih (z motnjami v duševnem razvoju ter brez njih), vsi pa so imeli določene motorične primanjkljaje (ocena stopnje gibalne oviranosti 1 in 2 po Gross Motor Function Measure (GMFM) skali, kar pomeni, da so pri večini temeljnih vsakodnevnih aktivnostih samostojni, potrebujejo pa občasno, na daljše razdalje, več pomoči) v starosti med 5 in 13 let.

Ugotovljeni so pozitivni učinki ASK-a na predvsem nevro-motorične komponente posameznikovega stanja in tudi širši socialni vidiki otrokovega napredovanja, počutja ter izrabe

prostega časa. Motorične vidike napredka smo preverjali s 3 terapevtskimi testi: obseg gibljivosti kolčnega sklepa, modificiran doseg naprej in modificiran: »Vstani in pojdi test«. Meritve so bile narejene na začetku v inicialnem stanju pred ASK-om in po njem ter v končnem finalnem stanju pred in po ASK-u. Narejena je bila opisna statistika za 18 spremenljivk med inicialnim in finalnim stanjem. Analiza je pokazala visoko statistično zanesljivost pri večini merjenih spremenljivk (pri 16 od 18) med inicialnim in finalnim stanjem. Razlike so statistično pomembne kljub relativno majhnemu vzorcu opazovanih oseb. Dokazano je, da je vpliv ASK-a (med začetnim in končnim merjenjem) dejansko posledica ASK-e dejavnosti, saj so bile vse meritve izvedene pred in po ASK.

Potrditev učinka ASK se odraža tudi v velikosti učinka, ki je visoka kar pri 15 spremenljivkah (od 18), 2 krat pa srednja, le 1 krat nizka. To nakazuje, da so razlike med meritvami pomembne in da je učinek ASK-a izjemno visok. In kje so ti dosežki najbolj prepoznavni, najbolj očitni? Na 3 področjih: obseg gibljivosti medenice (zlasti ekstenzija, abdukcija), doseg spodnjih udov (zadnjih stegenskih mišic) ter stojnost-lokomocija (reakcijski čas ter hoja).

Iz rezultatov sklepamo, da je bila ASK zelo učinkovita dejavnost, ki je pozitivno delovala predvsem na nevro-motorične komponente razvoja vključenih učencev. Izboljšanje teh komponent se je najbolj odražalo na večji gibljivosti medeničnega obroča, posledično pa tudi na drugih vidikih telesa (zanesljivejše, stabilnejše ravnotežje ter drža, večja stabilnost trupa, boljše gibljivost medenice in spodnjih udov (nog), zanesljivejša hoja ...).

Rezultati ASK-a tako nakazujejo, da je kontinuirana vodena dejavnost pozitivno učinkovala predvsem na posamezne motorične sposobnosti (ravnotežje, koordinacija, hitrost)

ter na motorične spretnosti (stojnost, stabilnost, lokomocija). Njihovo izboljšanje pa deluje na celostno delovanje (ne samo telesno) oseb s posebnimi potrebami ali brez njih.

Na osnovi opazovanj, beleženja, merjenja ter statistične analize zaključujemo, da je ASK primerna dejavnost za osebe s posebnimi potrebami (tudi z motnjami v duševnem razvoju ter različnimi gibalnimi primanjkljaji), saj lahko učinkuje na posamezne elemente motorike, s tem pa na izboljšanje posameznikove gibljivosti, drže, ravnotežja ter lokomocije.

Kljub omejitvam 3-mesečne raziskave (majhen vzorec, kratkotrajna frekvenca izvedbe) menimo, da je ASK primerna, uporabna ter učinkovita dopolnila in podporna oblika terapevtske dejavnosti za različne osebe s posebnimi potrebami.



Socialno-interaktivne dejavnosti in prosti čas oseb z motnjami v duševnem razvoju

Ravnanje in delovanje vsakega posameznika usmerjajo tudi njegove potrebe. Po teoriji izbire imamo ljudje potrebo po pripadnosti, po moči in vplivu, potrebo po preživetju,

svobodi in zabavi. Potrebo po pripadnosti običajno uresničujemo v različnih socialnih skupinah, to je v družini, razredu, v kroških ..., saj smo ljudje socialna bitja in vsakodnevno potrebujemo stike in interakcije z drugimi ljudmi. Potrebo po zabavi in svobodi pa običajno uresničujemo v našem prostem času v skladu z osebnimi interesi. Prosti čas je »tisti čas, ki ni zapolnjen z obveznostmi s področja dela, šole, družine in drugimi družbenimi obveznostmi. To je čas, ko posameznik na osnovi osebne izbire hoče sam sebe izraziti in se razvijati, če ima za to možnost in sredstva«. V prostem času si izberemo aktivnosti, ki jih sami želimo izvajati in nas sproščajo oz. se ob izvajanju teh spočijemo. Prosti čas imamo običajno po končanem pouku oz. drugih obveznostih. Učenci pa imajo nekaj prostega časa tudi med odmori in v podaljšanem bivanju, ko končajo domače naloge. Kaj si vsak posameznik izbere, da bo v svojem prostem času počel, je odvisno od njegovega interesa, spola, starosti, kraja, morebitnih posebnih potreb ... in tudi možnosti (dostopnost, finančni vidik ...).

Otroci z motnjami v duševnem razvoju imajo zaradi nižanj intelektualnih sposobnosti in pomembnih odstopanj na področju prilagoditvenih spretnosti težave na socialnem področju (navzovanje stikov oz. vzpostavljanju medosebnih odnosov) in tudi na področju preživljanja prostega časa. Izrazitost težav je odvisna od stopnje motenj v duševnem razvoju. V šolah, v vrtcih se navaja ter spodbuja otroke na aktivno preživljanje prostega časa tudi s pestro ponudbo interesnih dejavnosti.

Z aktivno preživetim prostim časom, izvajanjem športov, rekreacije, obiskovanjem prireditev, vključevanjem v društva se posameznik tudi aktivno vključuje v neposredno družbo, v svoje domače okolje. Otroci se tako navajajo tudi na socialne interakcije, druženje z drugimi in se učijo pravil,

ki veljajo v kulturi oz. družbi, kar je za otroke z motnjami v duševnem razvoju še posebno pomembno zaradi težav na socialnem področju (imajo težave z navezovanjem in vzdrževanjem stikov, težave pri skupinskem delu ...).

Medij, ki se ga pogosto uporablja v terapevtske, rekreativne namene pri otrocih z motnjami v duševnem razvoju, so živali, največkrat konji. Marsikatera družina vzgaja svoje otroke že od zgodnjega otroštva v ljubezni do živali, tudi do konjev (zlasti na podeželju). Ti delujejo pozitivno, pomirjujoče tudi na otroke z motnjami v duševnem razvoju. Otroci zanje skrbijo, jih krtačijo ... in tudi jahajo. Strokovnjaki pogosto svetujejo staršem otrok s posebnimi potrebami tudi hipoterapijo oz. vključitev otrok v aktivnosti s konji že v predšolskem obdobju. Tako spodbujajo njihov razvoj. Otroci, vključeni v hipoterapijo, aktivnosti s konjem, odhajajo tedensko v skupinah na terapije. Živali ter skrb zanje, tedenska skupna druženja povežejo otroke, kar izboljša tudi socialne veščine posameznika in skupine kot celote. Izkušnje iz prakse kažejo, da otroci zelo radi hodijo na terapije s konji in si želijo tudi v svojem prostem času skrbeti za živali, jih voditi in jahati. Na interese, načine samouresničevanja v prostem času ima velik vpliv otrokovo okolje, njegovi starši oz. spodbuda staršev pri izvajanju določene aktivnosti. Družina ima pomembno vlogo tudi pri izobraževanju svojih otrok. Otroci se v družini učijo opravljanja hišnih in gospodinjskih opravil ... Govorimo o neformalnem izobraževanju.

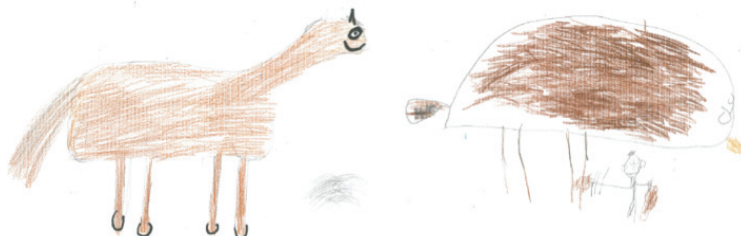
Večina otrok preživi v družini celotno obdobje svojega najbolj intenzivnega razvoja in ravno v prvih letih življenja se zastavijo že **mnoge osebne poteze**. Otroci preko odnosov z najbližjimi v družini pridobijo svoje prve socialne in čustvene izkušnje. Tu se vzpostavljajo tudi oblike vedenja in dela ter vrednotenje priložnosti. Družina

umesti del prostega časa v socialni kontekst in ravno ta je zelo pomemben zanj in za njen skupni interes. Otroci in starši se združijo in uskladijo svoja mnenja glede potovanja, družinskih izletov oz. sklepajo kompromise. Skupno preživljanje prostega časa ugodno vpliva na dobre odnose v družini oz. na njihovo izboljšanje. Otroci se navajajo, da je potrebno aktivno preživljati prosti čas, ki je v družini nujen, tako vplivamo, da družinski vsakdan ne postane rutina. Starši imajo velik vpliv na preživljanje prostega časa svojih otrok z zgledom, zato je pomembno, da se svojega vpliva zavedajo in posamezne prostočasne aktivnosti izbirajo s premislekom. Aktivnosti, v katerih sodeluje cela družina, bolj izboljšajo medsebojne družinske odnose kot pa aktivnosti, v katerih sodelujejo posamezni družinski člani. Aktivnosti s konjem (skrb zanj ...) in jahanje je ena od različnih možnosti, to je načinov skupnega družinskega preživljanja prostega časa. Otroci z motnjami v duševnem razvoju nimajo tako veliko možnosti izbire prostočasnih aktivnosti kot otroci brez posebnih potreb, zato je pomembno, da izberejo aktivnosti, ki jih lahko izvajajo.

Različne aktivnosti s konjem gotovo sodijo v nabor aktivnosti, ki jih otroci z motnjami v duševnem razvoju lahko izvajajo oz. se te lahko vedno prilagodi njihovim zmožnostim in sposobnostim.

Skrb za konja oz. izvajanje aktivnosti s konjem pozitivno vpliva tudi na počutje otrok. Rezultati raziskave v okviru izvedenega projekta kažejo, da se vsi otroci počutijo bolje po izvedenih aktivnosti s konjem kot pred tem, to je še bolj opazno v primeru, če so se pred izvedbo počutili slabše. Iz navedenega lahko sklepamo, da delo s konjem vpliva na otroke tudi iz čustveno-socialnega ter komunikacijskega vidika in otroke naredi bolj zadovoljne in bolj srečne. Otrok razvija preko interakcij s konji, z živalmi občutek

odgovornosti, zdravega odnosa in spoštovanja do vseh bitij, ne samo do zaupanih živali.



Zadovoljstvo otrok in mladostnikov z vključenostjo v socialno-integrativne dejavnosti ASK-a

V okviru projekta smo tedensko spremljali tudi počutje udeležениh učencev pred izvedbo aktivnosti s konjem in po njej. Podatke o počutju otrok smo pridobivali s pomočjo štiristopenjske lestvice (zelo slabo, slabo, dobro, zelo dobro). Učenci so sami ali s pomočjo izpraševalca izrazili svoje trenutno počutje (pred vsakokratnim začetkom ter takoj po končani aktivnosti). Rezultati so pokazali, da so aktivnosti s konjem pozitivno vplivale na počutje vseh otrok, razen pri enem. Pri njem je bilo proti koncu dejavnosti le zaznati spremembo v počutju v pozitivni smeri. Učenci so pogosto navajali, da se pred izvedbo ASK-a počutijo dobro, po izvedbi pa zelo dobro. Le pri enem učencu je počutje pred aktivnostjo in po njej ostalo enako dobro. Na počutje vpliva veliko različnih dejavnikov in vključeni učenci so pri spraševanju tudi omenili vzroke za manj ugodno počutje (npr. da so slabo spali ali pa da so zelo dobro, ker popoldne pričakujejo obiske ...). Zato izboljšano počutje ne smemo pripisati izključno izvedenim ASK-om. Med izvajanjem

tedenskih ASK pa se ni nikoli zgodilo, da bi se učenec po izvedenih aktivnostih počutil slabše, kot se je pred samo izvedbo. Zato zaključujemo, da je imela ASK pozitivne učinke ne samo na nevro-motorične vidike razvoja učencev, temveč tudi na dobro počutje posameznikov. Konji (stik z živaljo, dotik kože, gladenje, sproščanje ...) vzbujata v nas tudi občutenje ugodja, sreče, pomirjenosti ter tako posredno lahko vpliva na izboljšanje našega počutja.

Prosti čas učencev

Učence, vključene v projekt ASK-a, smo spraševali tudi o njihovem prostem času (kako ga izrabijo) ter kako ga preživljajo.

Učenci so odgovarjali na vprašanja polzaprtega tipa o načinih preživljanja prostega časa (zunaj ustanove). Vprašali smo jih tudi, če si v svojem prostem času želijo skrbeti za konja. Prosti čas, izbira prostočasnih aktivnosti se razlikuje glede na spol, starost, družinske vplive, vplive iz okolice ... Pogosto se zgodi, da pričakujemo odgovore, ki so nekako »tradicionalni« glede na spol, starost, okolje ... Glede na spol pričakujemo od učencev, da bodo izbirali za določen spol tradicionalne aktivnosti (fantovska, dekliška dejavnost). Tako naj bi se fantje več ukvarjali s športom, računalnikom ... dekleta pa bolj z ročnimi deli, čeprav tradicionalnih delitev posameznih aktivnosti danes skoraj ne zasledimo več. Pričakovane so tudi razlike glede na starost. Od mlajših otrok je pričakovana izbira pretežno igranja, saj je ta prevladujoča aktivnost v razvojnem obdobju dojenčka, malčka in tudi zgodnjega otroštva. Otroku nudi pomemben kontekst za učenje in njegov razvoj. S starostjo pa se delež igre v prostem času zmanjšuje in posameznik

si prične izbirati druge aktivnosti (npr. več se družijo s prijatelji, ker postajajo vrstniki vedno bolj pomembni).

Tudi učenci, udeleženi v projekt ASK-a, so se razlikovali pri navajanju prostočasnih aktivnosti. Mlajši učenci so kot prostočasno dejavnost pogosto navajali igro, starejši pa šport, sprehode. Deklica, vključena v projekt je navedla tudi risanje, barvanje. Pri vključenih učencih v ASK so dobljene razlike v izbiri prostočasnih aktivnosti glede na starost in spol. Vsi učenci so na vprašanje, če si želijo skrbeti za konja tudi v svojem prostem času, pritrdilno odgovorili. Zaključujemo, da se tudi učenci ob izvajanju aktivnosti s konjem ali pa prav zaradi tega (hipoterapija ali druge, morda manj vodene aktivnosti s konjem, skrb zanje ...) dobro počutijo, se sprostijo, medsebojno povezujejo, kar vse vpliva na njihovo splošno dobro počutje, zaradi česar se tudi počutijo srečni.

In če ob zaključku knjižice končamo še z mislijo našega velikega pesnika Toneta Pavčka: »... Sreča ni v glavi in ne v daljavi, ne pod palcem skriti zaklad. Sreča je, ko se delo dobro opravi. In ko imaš nekoga rad.«

S to mislijo o sreči in vrednotah... avtorici želiva tudi pospremiti nastalo knjižico na njeni poti do potencialnih bralcev.

Uporabljeni viri

Adamič Turk, M., Japel, A. (2010). Strokovna razdelitev terapevtskega jahanja. V V. Bužan (ur.), *Konj, s konjem – na konju: priročnik terapevtskega jahanja* (str. 13–15). Ljubljana: CUDV Draga.

Ajzenman, H., Standeven, J., Shurtleff, TL.(2013). Effect of Hippotherapy on Motor Control, Adaptive Behaviors, and Participation in Children With Autism Spectrum Disorder: A Pilot Study. *American Journal of Occupational Therapy*, 63, 653–663. Pridobljeno s <http://dx.doi.org/10.5014/ajot>. 2013

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. (b.d.). *Definition of Intellectual Disability*. Pridobljeno s <https://aaidd.org/intellectual-disability/definition#>.

Berčnik, S. (2006). Neformalno izobraževanje dijakov in izobraževalne naloge družine. *Andragoška spoznanja*, 12(4), 48–49. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-42HHCBCC/692b0c19-9bfc-4fac-83ee-735c4d27e9da/PDF>

Bordjan, A. (2010). Pozitivni učinki terapije s pomočjo konja na samopodobo otrok s posebnimi potrebami. V M. Zadnikar (ur.), *II. kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji: Konj–sprejemanje drugačnosti* (str. 69–79). Kamnik.

Burja, C. (2007). Pogoji za učinkovito hipoterapijo pri otrocih s cerebralno paralizo. V M. Zadnikar (ur.), *1. kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji: Konj kot terapevt – danes za jutri* (str. 49–55). Kamnik.

Carr, A., Reilly, G. (2017). Lifespan development and the family lifecycle. V A. Carr, C. Linehan, G. O Reilly, P. Walsh Noonan, J. McEvoy (ur.), *The Handbook of Intellectual Disability and Clinical Psychology Practice* (str. 81–82). New York.

Cook, R. (2014a). Brown Pony Series. *Book One: Introduction to Hippotherapy*. CPSIA. Printed in the USA.

Cook, R. (2014b). Brown Pony Series. *Book Two: Risk*

Management & Safety in Hippotherapy. CPSIA. Printed in the USA.

Cook, R., Frederick, E.L. (2016). *Incorporating Games in Hippotherapy*. CPSIA. Printed in the USA.

Corral Granados, A., Fernández Agís, I. (2011). Why Children With Special Needs Feel Better with Hippotherapy Sessions: A Conceptual Review. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. Pridobljeno s <http://online.liebertpub.com/>

Čuk, M. (2011). Psihološke lastnosti oseb s posebnimi potrebami. V E. Žgur (ur.), *Kako lahko pomagam: usposabljanje strokovnih delavcev za uspešno vključevanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami v vzgojo in izobraževanje v letih 2008–2011* (str.18–26). Vipava: Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje.

Fekonja, U. (2006). Igrače. V L. Marjanovič Umek, M. Zupančič (ur.). *Psihologija otroške igre – od rojstva do vstopa v šolo* (str. 99–124). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Gomes Moraes, A., Fernando Copetti, F., Angelo, V.R., Leonardo Chiavoloni, L. (2016). *The effects of hippotherapy on postural balance and functional ability in children with cerebral palsy*. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5011565/>

Kodrič, J. (2010). Psihološko ocenjevanje otrok z motnjo v duševnem razvoju. *Strokovno gradivo/3. posvet na temo Usmerjanje otrok z Downovim sindromom in drugih otrok z motnjo v duševnem razvoju* (str. 7–20). Ljubljana: Sožitje, Sekcija za Downov sindrom.

Krejčí, E., Janura, M., Svoboda, Z. (2015). The benefit of hippotherapy for improvement of attention and memory in ildren with cerebral palsy: A pilot study. *Acta Gymnica*, 45(1), 27–32.

Kristančič, A. (2007). *Svoboda izbire, moj prosti čas*. Ljubljana: AA Inserco, svetovalna služba.

- Lavrič, A. (2007). Terapevtsko jahanje. V M. Zadnikar (ur.), *1. kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji, Konj kot terapevt – danes za jutri* (str. 23–227). Kamnik.
- Lee, N., Park, S., Kim, J. (2015). Effects of hippotherapy on brain function, BDNF level, and physical fitness in children with ADHD. *The Journal of Exercise Nutrition & Biochemistry*, 19 (2), 115–121. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4523801/>
- Marentič Požarnik, B. (2003). Psihologija učenja in pouka. Ljubljana: DZS d. d.
- Marjanovič Umek, L., Fekonja, U. (2006). Igra otrok s posebnimi potrebami. V L. Marjanovič Umek, M. Zupančič (ur.), *Psihologija otroške igre – od rojstva do vstopa v šolo* (str. 159–166). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Park, E.S., Rha, D.W., Shin, J.S., Kim, S., Jung, S. (2014). Effects of Hippotherapy on Gross Motor Function and Functional Performance of Children with Cerebral Palsy. *Yonsei Medical Journal*, 55(6), 1736–1742. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4205717/>
- Poženeš, U., Žgur, E. (2016). Gibalno ovirani učenci z motnjami v duševnem razvoju in njihovo preživljanje prostega časa. *Specialna in rehabilitacijska pedagogika: revija specialnih in rehabilitacijskih pedagogov Slovenije*, 24(1), 7–22.
- Przewloka Labrecque, K. (2014). *The Healing Horses: Horse as Therapist for Autistic Child. A Guide for Parents and Therapist*. CPSIA. Printed in the USA.
- Rugelj, D. (2007). Ravnotežje in hipoterapija. V M. Zadnikar (ur.), *Zbornik predavanj 1. kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji: Konj kot terapevt – danes za jutri* (str. 11–22). Kamnik.
- Scott, N. (2005). *Special Needs, Special Horses. A Guide to the Benefits of Therapeutic Riding*. Texas: University of North Texas Press, Denton.
- Tancig, S. (2014). Nevroedukacija-nova znanost o učenju in poučevanju: kakšne spremembe prinaša v vzgojno-

izobraževano prakso, raziskave in edukacijske politike. V M. Metljak (ur.), *Sodobni pedagoški izzivi v teoriji in praksi* (str. 23). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

.....
Tepavčević, Ž. (2003). Družina in prosti čas. *Socialno delo*, 42(1), 27–32. Pridobljeno s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-CJFN88ZF/dadda987-5d0d-4c0b-951c-6c9acd9af9/PDF>

.....
Thompson, F., Ketcham, C.J., Hall, E.E. (2014). Hippotherapy in Children with Developmental Delays: Physical Function and Psychological Benefits. *Advances in Physical Education*, 4, 60–69.

.....
Tulay Koca, T., Ataseven, H. (2015). What is hippotherapy? The indications and effectiveness of hippotherapy. *North Clin Istanbul*, 2(3), 247–252. Pridobljeno s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5175116/>

.....
Zadnikar, M. (2010). Učinek hipoterapije in terapevtskega jahanja na kontrolo drže in ravnotežje pri otrocih s cerebralno paralizo. V M. Zadnikar (ur.), *II. Kongres terapevtskega jahanja: konj – sprejemanje drugačnosti* (str. 33–43). Kamnik.

.....
Zadnikar, M., Kastrin, A. (2011). Effect of hippotherapy and therapeutic horseback riding on postural control or balance in children with cerebral palsy: a meta-analysis. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 53, 684–691.

.....
Žgur, E. (2014). Zgodnja obravnava otrok z več primanjkljaji. V T. Devjak (ur.), *Sodobni pedagoški izzivi v teoriji in praksi* (str. 467–478). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

.....
Žgur, E. (2015). Neurophysiotherapy and its effects on school performance. *Eastern journal of medicine*, 20(4), 231–234.

.....
Žgur, E., Batista, D. (2017). Vpliv hipoterapije na bralne in motorične sposobnosti. *Pedagoška obzorja: časopis za didaktiko in metodiko*, 32(3/4), 77–91.

.....
Žgur, E. (2017a). Aspects of motor development in children with cerebral palsy. *Innovative issues and approaches in social sciences*, 10(1), 117–126.

Žgur, E. (2017b). Vloga razvoja motorike pri otroku in njena vpetost v predšolski kurikulum – pomen zgodnje obravnave. V B. Vrbovšek, D. Belak, S. Žnidar (ur.), *Različni otroci – enake možnosti* (str. 28–40). Ljubljana: Supra.

Žgur, E., Lemut, B., Jerman, J. (2018). Stališča strokovnih delavcev do prepoznavnosti učinkov hipoterapije. *Revija za zdravstvene vede*, 5(1), 30–42.

Objavljene fotografije in risbe otrok in mladostnikov so nastale v sklopu izvedbe ASK-a in so objavljene s soglasjem staršev.

Zahvaljujeva se vsem sodelujočim v projektu ASK-a, vsem ustanovam, predvsem pa otrokom in mladostnikom ter njihovim staršem. Brez njih in njihovega zaupanja v moč izvedbene dejavnosti ASK-a ne bi mogli uresničiti ciljev projekta.

Hvala tudi vsem sodelujočim pri nastajanju pričujoče knjižice (lektorici, recenzentoma), ki so se odpovedali honorarjem.



Univerza v Ljubljani
Pedagoška fakulteta

IZ RECENZIJ

Avtorici sta prikazali problematiko hipoterapije z različnih zornih kotov. S takim načinom prikazovanja in opisovanja hipoterapije omogočata celostno prikazovanje terapije, ki pri nas še ni dovolj znana oz. priznana. Delo je namenjeno strokovnjakom in tudi laikom.

Pričujoče delo je poročilo praktičnega eksperimenta, ki je bil izvajan na osnovi študije posameznega primera. Za merjenje učinkov terapije je bilo uporabljenih več objektivnih merskih sredstev. Med projektom je bilo ugotovljeno inicialno stanje, po končanem izvajanju hipoterapije tudi finalno stanje. Z analizo zbranih podatkov so ugotovili pomemben napredek na posameznikovem napredovanju na področju kognitivnih in motoričnih sposobnostih ter na področju socialnih in praktičnih veščin. Pričujoča brošura ASK prinaša sveže ter zanimive ideje celostne rehabilitacije ter večje socialne vključitve otrok s posebnimi potrebami.

DR. MIRAN ČUK

V specialno pedagoškem delu so opisana področja, ki se medsebojno povezujejo, dopolnjujejo in prispevajo k celostnemu napredovanju vključenih učencev. Aktiviranje senzorično-motoričnih poti z različnimi dražljaji in informacijami, preko nevronske poti, omogoča boljšo pretočnost in istočasno zapornitev informacij v trajnejše spominske kode. Z večkratnim ponavljanjem specialno-pedagoških in terapevtskih aktivnosti v procesu učenja, še posebej v stiku s konji in v skupini, se omogoča priklic zapornjenega, hitrejšo povezavo in prepoznavo z različnih področij, in sicer motoričnega, senzoričnega, kognitivnega, konativnega in socialnega. Medsebojne asociacijske povezave nevronov omogočajo večjo transformacijo informacij v celostnem pristopu učenja oseb s posebnimi potrebami. Brošura je odličen doprinos na področju vzpostavitve nadomestnih mehanizmov pri osebah s posebnimi potrebami ter terapevtskega jahanja in aktivnosti s pomočjo konja. Podaja ideje za nadaljnje raziskovanje na različnih ravneh – od diplomskih nalog študentov preko aplikativnih projektov, povezanih z osebami s posebnimi potrebami, do temeljnih raziskovalnih projektov, vse v prizadevanju za nadaljnji razvoj terapevtskega jahanja in v skrbi za razvoj otrok z motnjno v duševnem razvoju.

DR. MONIKA ZADNIKAR

ISBN 978-961-253-235-2



9 789612 532352 >