

Inštitut Rehatopia -

Terapije s pomočjo živali

Edward O. Wilson je ugotovil, da imamo ljudje nagonsko potrebo po stiku z naravo in živalmi, ki jo danes strokovno poimenujemo biofilija. Biofilija govori o našem prirojenem nagonu, ki je bil nujen za naš emocionalni razvoj in dobrobit posameznika skozi zgodovino. Wilson trdi, da obstaja človeška evolucija, kjer je preživetje posameznika bilo močno odvisno od sposobnosti oceniti in posnemati vedenje živali in to, kako se v naravi znajde. To naj bi temeljno oblikovalo naše možgane in naša čutenja. Kljub temu, da danes človek več ne nabira, ne lovi in se mu ni treba boriti za preživetje v naravi, sta močna povezanost z živalmi in naravo ostala. Ameriška terapevtka Virginija Satir razlaga, da imajo živali nekaj po čemer ljudje hrepenimo. Pritegne nas, da živali ne obsojajo, nas učijo pozornosti tu in zdaj, neverbalne komunikacije in »govorijo« pošten jezik, kjer se izrazoslovje in pomen ujemata. Govorijo preprosto, kot nam je govorila mama, ko smo bili še dojenčki, z ljubeznijo, žalostjo, strahom in jezo.

Veda o terapiji s pomočjo živali se je v zadnjih 20 letih razširila na veliko področij. Terapije s pomočjo živali se uveljavljajo v pedagogiki, geriatrici, fizioterapiji, socializaciji posameznih skupin, rehabilitaciji po poškodbah, zdravljenju posttravmatskih motenj in odvisnosti od prepovedanih substanc. Ciljna skupina terapij zavzema vse generacije, od otrok do starostnikov, ljudi s posebnimi potrebami in posebnimi statusi.

Inštitut Rehatopia si že 4 leta prizadeva širiti to znanje na področju Pomurja, osveščati ljudi in izobraževati nove člane, ki bi na področju Pomurja izvajali terapije in aktivnosti s pomočjo živali.

Otroci z vedenjskimi in čustvenimi težavami

V tej prilogi bi vam želeli predstaviti projekt, ki ga izvajamo v Vzgojnem domu Veržej s strokovnjakinjo za terapijo s pomočjo živali Anito in njeno psičko Elli. Že peto leto zapored

v domu obiskujeta otroke z vedenjskimi in čustvenimi težavami. Govorimo o otrocih, ki so že kdaj izkusili fizično in duševno nasilje, njihova motorika ni ravno razvita, znajo biti hiperaktivni, velikokrat imajo težave s koordinacijo, nekateri se ne znajo izražati niti verbalno, niti neverbalno. Veliko je takih, ki se z vrstniki ne znajo igrati, deliti ali skupaj nekaj ustvariti. Ti otroci in mladostniki ob socializaciji doživljajo hude notranje stiske, depresivnost in tesnobo, ki ovira psihosocialno delovanje. Posledično so nesamozavestni, imajo nizko samopodobo, velikokrat se počutijo nemočne, žalostne, jezne, manjvredne. Brezvoljnost, občutki krivde, primanjkljaj koncentracije in interesov so stalni spremljevalci tek otrok.

Kakšni so pozitivni učinki obiskov psičke Elli v vzgojnem domu? Ker živali motivirajo, vzgajajo in tolažijo so otroci radi poučeni od njih. Živali jih poučujejo spontano, manj obremenjujoče in bolj pristno, kot to počnemo odrasli. Tako so učne ure matematike, slovenščine, geografije, zgodovine in umetnosti zabavnejše v družbi psičke. Otroci se zelo dobro zavedajo, da jih psička sprejme takšne, kot so in jih ne sodi, jih ne etiketira in ne pridiga o tem kakšni bi morali biti.

Dokazano je, da se ob božanju živali v posamezniku stimulira izločanje hormona oksitocin, ki znižuje stres in strahove, deluje kot antidepresiv, pospeši potrebo po socializaciji in povezovanju z drugimi. Tako se otroci ob božanju psičke lažje soočajo s svojimi strahovi in težavami, so bolj prisotni, skoncentrirani in imajo več volje do različnih aktivnosti, ki jih sicer ne bi zanimale. Psi lahko zaznajo občutke pri človeku in se jim prilagodijo. Tudi ljudje znamo »brati« občutke pri psu, četudi nismo prej imeli izkušnje s psom. To je povezano z našo empatijo. Pes nam da občutek, da smo v središču njegove pozornosti. V normalnih okoliščinah ti otroci to pozornost izsilijo, pri živalih se ta pozornost spontano zgodi.



Vsak otrok nosi s sabo svojo tragično zgodbo in le redki jo razumejo, večina pa se čuti krive in odgovorne za vse slabo, kar so doživeli. Pot jih je pripeljala v dom, kjer jih učijo osnov življenja, sprejemanja pravil, postavljanja zdravih mej, odgovornosti in soočanja s posledicami. Vzgojitelji jim postavljajo zdrave temelje na poti samostojnosti. Da bi vse to, kar se jim dogaja razumeli, sprejeli in to izkušnjo uporabili kot gorivo in motivacijo za boljši jutri, jim pomaga druženje s terapevtskim psom. Spontana empatija ob psu omogoča otrokom izkustveno učenje za katerega je značilno, da gre naravnost v dolgotrajni spomin.

V inštitutu Rehatopia si prizadevamo, da bi še v letošnjem letu izvedli prvo usposabljanje za vodnike in pse terapevte v Pomurju.

Delo terapevta z živaljo lahko osreči otroka s tragično zgodbo, polepša dan osamljenega starostnika, znova aktivira invalidnega mladoletnika, razveseli žrtev usodne nezgode, pomiri skesanega kaznjenca ali motivira brezvoljnega odvisnika. Terapija s pomočjo živali ima moč narediti vse to in še veliko več.

Bi želeli postati strokovnjak na področju terapije s pomočjo živali? V kolikor ste lastnik psa, za katerega smatrate, da bi bil primeren za tovrstno delo in se sami počutite poklicani za to, vas vabimo, da več informacij o šolanju terapevtskih parov vodnik – pes poiščete na spletni strani www.rehatopia.org

 rehatopia