



Šolski center za pošto, ekonomijo in telekomunikacije
Celjska ulica 16, 1000 Ljubljana

RAZISKOVALNA NALOGA

VLOGA JAHANJA PRI ZDRAVLJENJU RAZLIČNIH BOLEZNI IN MOTENJ – TERAPEVTSKO JAHANJE

(PODROČJE: ŠPORT)

Mentorica: Petra Primožič, prof. šp. vzg.

Avtor: Eva Baltić, 4. b

Somentor: Matjaž Plesec, prof. šp. vzg. in mag. manag. šp.

Konzulantka: Alenka Rakun, univ. dipl. psih.

Ljubljana, marec 2021

POVZETEK

V raziskovalni nalogi raziskujem terapevtsko jahanje, počutje, pristop in odnos otrok s posebnimi potrebami do terapevtskega konja in konjev odnos do teh otrok. V teoretičnem delu raziskovalne naloge sta opisana jahanje in šola jahanja, predstavljeni so terapevtsko jahanje, njegova zgodovina, vrste, kategorije, indikacije in kontraindikacije zanj. V literaturi sem poiskala smernice za uporabo določenih vrst terapij, ki jih uporabljamo v Sloveniji glede na bolezní oz. motnje oseb, ki so vključene v terapevtsko jahanje. V empiričnem delu raziskovalne naloge pa z interpretacijo podatkov, pridobljenih z anketnim vprašalnikom, predstavim počutje in odnos otrok do konja in odnos konja do otroka s posebnimi potrebami. V raziskavi je sodelovalo 43 anketiranih otrok in njihovih staršev. Pridobljene podatke sem analizirala in jih grafično prikazala. Ugotovila sem, da se anketirani otroci zdravijo s terapijo, ki je glede na njene učinke primerna njihovi bolezni oz. motnji, da jih največ terapije s konji izvaja od 5 do 6 let enkrat tedensko, da terapije pozitivno vplivajo na anketirane otroke in da terapije zadovoljujejo pričakovanja njihovih staršev. Odnos anketiranih otrok do konja je ljubeč/nežen, otroci se ob konju počutijo odlično, se z njim pogovarjajo, med otroki in konji se je s pomočjo terapevtskega jahanja ustvarila neka neločljiva vez. Mnenje anketiranih staršev je, da bi njihovi otroci lahko postali vrhunski jahači, vendar z zadržkom v zvezi z morebitnim poslabšanjem njihove bolezni oz. motnje. Ugotovitve so podkrepljene z intervjujem z dekletom s cerebralno paralizo in ugotovitvami iz literature.

Ključne besede: terapevtsko jahanje, konj, otroci s posebnimi potrebami.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	6
2	TEORETIČNI DEL.....	7
2.1	JAHANJE.....	7
2.2	ZGODOVINA TERAPEVTSKEGA JAHANJA V SVETU IN PRI NAS.....	7
2.3	PREDSTAVITEV TERAPEVTSKEGA JAHANJA.....	9
2.4	VRSTE TERAPEVTSKEGA JAHANJA	10
2.5	KATEGORIJE TERAPEVTSKEGA JAHANJA	14
2.6	INDIKACIJE ZA DRUGE VRSTE JAHANJA	15
2.7	KONTRAINDIKACIJE	16
2.8	DOSEDANJE RAZISKAVE NA TEM PODROČJU	16
3	NAMEN IN PROBLEM RAZISKOVALNE NALOGE	18
4	CILJI RAZISKOVALNE NALOGE	19
5	HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE.....	20
6	METODE DELA.....	21
6.1	VZOREC MERJENCEV	21
6.2	VZOREC SPREMENLJIVK	21
6.3	POSTOPEK MERJENJA.....	21
6.4	INTERVJU.....	22
6.5	METODE OBDELAVE PODATKOV	22
7	REZULTATI IN RAZPRAVA	23
7.1	ANALIZA LITERATURE	23
7.2	ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA	25
8	ZAKLJUČEK.....	37

8.1	PREDLOG	38
8.2	NADALJNJE RAZISKOVANJE	38
9	VIRI IN LITERATURA	39
10	PRILOGE.....	41
10.1	ANKETNI VPRAŠALNIK	41
10.2	INTERVJU S PACIENTKO S CEREBRALNO PARALIZO	44

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Analiza glede na spol anketiranih otrok.....	25
Graf 2: Analiza glede na bolezen oz. motnjo anketiranih otrok.....	25
Graf 3: Analiza glede na vrsto terapije s konjem	26
Graf 4: Analiza glede na časovni okvir trajanja terapij anketiranih otrok.....	28
Graf 5: Analiza glede na pogostnost obiskovanja terapij	28
Graf 6: Analiza glede na to, ali terapije zadovoljujejo pričakovanja staršev	29
Graf 7: Analiza glede na pristop anketiranih otrok do konja	30
Graf 8: Analiza glede na prve občutke anketiranih otrok ob konju.....	31
Graf 9: Analiza glede na trenutno počutje anketiranih otrok v bližini konja	32
Graf 10: Analiza glede na ukvarjanje anketiranih otrok s konjem pred jahanjem in po njem	32
Graf 11: Analiza glede na otrokovo mnenje o konju	34
Graf 12: Analiza glede na otrokov odnos do konja	34

1 UVOD

Veliko ljudi pozna jahanje kot šport, malo ljudi ve, da se jahanje lahko uporablja kot terapija za zdravljenje bolezni, motenj, za gibalno ovirane ljudi, za osebe z duševnimi in socialnimi problemi, pomaga tudi pri izboljšanju gibljivosti, mišične moči, spomina ...

Ljudje smo družabna bitja, nekateri potrebujejo veliko družbe, nekateri manj. Pravijo, da so živali oz. hišni ljubljenci naši najboljši prijatelji. Živali nas nikoli ne bodo kar zapustile, nam lagale, nam prikrivale stvari ... Živali nam bodo vsak dan stale ob strani, igrale se bodo z nami, spale bodo z nami in še ogromno je stvari, ki jih počnejo z nami vsak dan. Konji so ena izmed najbolj čutečih živali, saj čutijo naše počutje, na primer strah, veselje, žalost, ljubezen ... Veliko ljudi se ne zaveda, da je konj že ob stiku z nami najboljši terapevt. Veliko ljudi gleda na konje kot na vir zaslužka, ne zavedajo pa se, da nas konj lahko zdravi.

Otroci imajo zelo radi živali, velikokrat pa opazim, da imajo otroci še posebej radi konje in so radi v njihovi bližini. Otroci z boleznijo oz. motnjo zelo radi sodelujejo v terapevtskem jahanju, hkrati konji tudi pozitivno vplivajo na njihovo zdravje. Pri terapevtskem jahanju sodelujejo otroci različne starosti in pa tudi starejši ljudje. Terapevtsko jahanje se izvaja individualno, terapevt se posveti enemu otroku naenkrat. Pri terapijah morajo terapevt, vodič konja, zdravnik ali fizioterapevt sodelovati in biti ekipa, starši so lahko pri terapijah tudi prisotni. Po vsaki končani terapiji se otrok z dotikom poslovil od konja in doživi z njim čustven stik.

Terapevtsko jahanje sem si izbrala z namenom, da bi spoznala terapevtsko jahanje in ga tudi predstavila mladim. Moje življenje se že od malih nog vrti okoli živali, še posebej okoli konjev. Moja velika želja je, da bi se ukvarjala s konji in pomagala ljudem, in ko sem slišala za terapevtsko jahanje, sem bila navdušena. Do sedaj sem ugotovila, kaj vse potrebujem za naziv terapevta, vendar sem se hotela še bolj poglobiti v temo. Moj namen in želja je ugotoviti, kakšen je odnos med otrokom in konjem, katere vrste terapij s konjem obstajajo, kaj vse potrebujem, da bom lahko uspešna terapevtka.

Upam, da se bo terapevtsko jahanje v prihodnosti razširilo in dokazalo ljudem, kako vse živali oz. konji lahko pomagajo ljudem in še posebej otrokom s posebnimi potrebami.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 JAHANJE

Jezdenje konj je eden izmed najbolj priljubljenih športov. Marsikdo, ki se ne ukvarja z jezdenjem, misli, da je ježa konj nekaj povsem enostavnega in da samo sedi na konju. To je povsem napačna teorija, saj je konja treba obvladovati, elemente je treba natančno »speljati«, imeti moramo ravnotežje, najpomembnejši pa je stik med jezdecem in konjem. Ježa je odličen hobi za sprostitev, saj pozabimo na vse skrbi in je konj lahko prav tako naš najboljši terapevt. Ta šport nam pomaga tudi pri izboljšanju samospoštovanja oziroma samozavesti, odličen pa je tudi za krepitev hrbtnih in nožnih mišic ter za izgubo odvečne telesne teže.

2.1.1 ŠOLA JAHANJA

V šoli jahanja se najprej naučimo osnov jahanja – vse od pravilnega čiščenja konj preko pravilne drže do tekmovalnih osnov. Jahalna šolska ura traja približno 45 min ali 1 h. Najprej očistimo konja, nato ga osedlamo in zauzdamo ter se odpravimo v manežo. Tam opravljamo vaje in elemente, ki nam jih določi naš inštruktor. Svoje znanje, ki smo ga pridobili v jahalni šoli, kasneje pokažemo na izpitih začetnega tečaja za jahača 1 in nadaljevalnega tečaja za jahača 2. Izkušeni jahači in tisti z željo po tekmovanju opravijo tekmovalno licenco. Po uspešno opravljenem izpitu dobimo seveda tudi diplomu in pa izkaznico o uspešno opravljenem jahalnem tečaju. Vsaka šola jahanja ima več šolskih konj različnega temperamenta, da se tako bolje naučimo obvladovati različne konje.

2.2 ZGODOVINA TERAPEVTSKEGA JAHANJA V SVETU IN PRI NAS

Ukrotitev konj je bil eden izmed največjih dogodkov v zgodovini človeštva. Namen uporabe konj se je iz leta v leto spreminjal: lov, delo, vojskovanje, šport. Človek je namensko vplival na spreminjanje gibanja konja za čim bolj ugoden položaj jahača (spreminjanje biomehanike gibanja konja). Čudežno moč so konju pripisovali stari Grki, saj ježa dvigne »voljo po življenju in prebudi duha«. V terapiji in vzgoji se konj uporablja kot integralni partner. Prva študija o vrednosti terapevtskega jahanja sega v leto 1957, ko je Francoz Chassigne ugotovil, da je jahanje vplivalo na izboljšanje drže, ravnotežja in mišične kontrole. Epidemija

poliomielitisa se je konec štiridesetih let dvajsetega stoletja razširila po celem svetu. Danka Liz Hurtel je posledično imela paralizo nog. Po operaciji in ustrezni fizioterapiji je hodila s pomočjo bergel. Z vsakodnevnim jahanjem si je pridobila mišično moč in koordinacijo. Leta 1952 je zastopala Dansko na OI v Helsinkih in osvojila srebrno medaljo v dresurnem jahanju, zaradi česar se je povečal interes za uporabo konja v terapevtske namene. Leta 1957 so Angleži predstavili program terapevtskega jahanja za otroke in odrasle, ki so imeli težave pri gibanju. Leto kasneje je norveška fizioterapevtka Eilset Bodtker organizirala jahanje kot specifično terapevtsko dejavnost za invalidne otroke. Konec šestdesetih in na začetku sedemdesetih let je bil v Angliji vpeljan program jahanja v Winford Orthopaedic Hospital. Leta 1968 je Nemeč dr. Reide, specialist ortopedije in fizikalne medicine, pričel s študijem terapevtskega jahanja pri pacientih z obolelim lokomotornim aparatom. S tem se je pričelo terapevtsko jahanje tudi v Nemčiji. Leta 1969 so v ZDA odprli največji terapevtski jahalni center za invalidne otroke. Leta 1973 se je začelo izvajati terapevtsko jahanje v Avstriji (Rautar, 2009, str. 4).

Začetki terapije s pomočjo konja v Sloveniji segajo v sedemdeseta leta, ko je prim. dr. Tatjana Veličkovič Dolenc, specialistka razvojne ortopedije, pričela izvajati hipoterapijo v okviru Gorenjskega društva za cerebralno paralizo. Leta 1993 je bila v Lipici, v organizaciji omenjenega društva, izpeljana prva šola v naravi za 25 otrok s cerebralno paralizo. Terapija s pomočjo konja se je nato začela bolj sistematično razvijati in v devetdesetih letih se je pojavilo še več žarišč: Zdravilišče Topolšica, ZUIM Kamnik, ZUDV dr. Marijana Borštnarja Dornava. Danes se lahko še več zavodov in drugih organizacij pohvali s ponudbo terapij s pomočjo konja: CUDV Dolfke Boštjančič Draga, CUDV Črna na Koroškem, CUDV Dobrna, MKZ Rakitna, Zveza društev Sonček, Center JPV Vipava, Fundacija NAZAJ NA KONJA itd.

Hitrejši razvoj terapij s pomočjo konja je odvisen od organiziranosti in sodelovanja izvajalcev na nacionalnem nivoju in predvsem od izobraževanja in usposabljanja potrebnega kadra. Leto 2005 je bilo nekakšna prelomnica, saj je prvih 13 fizioterapevtov zaključilo tečaj hipoterapije v organizaciji ZUIM Kamnik, istega leta pa je bila z namenom strokovnega pristopa in razširjanja vseh oblik terapije s pomočjo konja ustanovljena tudi Ustanova – fundacija Nazaj na konja s sedežem v Jahalnem centru Starošince. Leta 2008 je tako pričela z izvajanjem programa izobraževanja terapevtov za izvajanje terapij s pomočjo konja, ki je

namenjen psihologom, pedagogom, defektologom, zdravnikom in drugim sorodnim profilom. Organizirana so redna srečanja terapevtov v okviru letnih strokovnih posvetov in kongresov terapevtskega jahanja, ki bodo pripomogla k izmenjavi znanja in izkušenj ter posledično k izboljšanju kakovosti življenja vseh potencialnih uporabnikov terapij s pomočjo konja.

2.3 PREDSTAVITEV TERAPEVTSKEGA JAHANJA

Jahanje in uporaba konja v terapevtskem procesu sta razširjena po celem svetu. Vse več je združenj in organizacij, povezanih ali celo osnovanih na terapevtskem jahanju. Razumljivo je, da je pri tem potrebna široka paleta strokovnih znanj in velik posluš za potrebe ljudi, ki so v terapijo s konji vključeni.

Terapevtsko jahanje je v prvi vrsti prijetno doživetje za vse sodelujoče, pri katerem se ustvari odnos med človekom in konjem. Pozitivno vpliva na gibalne in psihosocialne funkcije ter na dinamično zdravljenje, usmerjeno na celotnega človeka, telo, dušo in duha. Cilj ni le odpravljanje ali zmanjševanje bolezni ter motenj, ampak tudi razvoj mnogih človekovih potencialov, samouresničenja, socialnosti in humanega odnosa. Terapija s pomočjo konja postaja v svetu vse bolj prepoznavna in priznana metoda v okviru medicinske in psihosocialne rehabilitacije ter tudi v pedagoškem procesu.

Pojem terapevtsko jahanje je splošen pojem, ki zajema štiri različna področja in posledično pet vej, katerim je skupni medij konj. Vsaka od vej terapevtskega jahanja skuša preko konja doseči popolnoma svoj, predvsem pa pozitiven učinek na njegovega »uporabnika« in se čimbolj približati zelenemu, načrtanemu cilju.

Področja terapevtskega jahanja:

1. medicina
2. psihologija
3. pedagogika
4. konjeniški šport

Področja terapevtskega jahanja se močno prepletajo med seboj in včasih je težko oziroma skoraj nemogoče potegniti ostro ločnico. Vseeno pa se zaradi različne populacije, ki je vanj vključena, in tako tudi zaradi različnih ciljev, metod in potrebnega strokovnega kadra terapevtsko jahanje deli na pet vej (<http://www.cirius-kamnik.si/jahanje>).



Slika 1: Grafični prikaz razdelitve terapevtskega jahanja (<http://www.cirius-kamnik.si/jahanje>)

2.4 VRSTE TERAPEVTSKEGA JAHANJA

Wolfgang Heipertz je leta 1977 razdelil terapevtsko jahanje na več vrst, odvisno s katerega področja izhaja:

1. HIPOTERAPIJA (medicinsko področje),
2. SPECIALNO PEDAGOŠKO JAHANJE/VOLTIZIRANJE (pedagoško področje),
3. REKREATIVNO JAHANJE (športno področje).

Odvisno od bolezni ali stopnje motnje se terapevti odločajo za vrsto terapevtskega jahanja.

- Pri hipoterapiji je poudarek na izboljšanju telesnih zmožnosti in ga obiskujejo predvsem otroci z oviranim gibanjem, ki je posledica cerebralne paralize ali poškodbe gibalnega aparata.
- Specialno pedagoško jahanje je primerno predvsem za osebe z duševnimi, vedenjskimi motnjami ter ljudi s psihičnimi motnjami.
- Športno-rekreativno jahanje je primerno tako za zdrave kot tudi za bolne otroke z različnimi vedenjsko-osebnostnimi motnjami.

(Povz. po Petrovič, 2001, str. 68–70.)

2.4.1 HIPOTERAPIJA

Beseda hipoterapija je sestavljena iz dveh grških besed, *hippos* (grški izraz za konja) in *therapeia* (grški izraz za zdravljenje). Hipoterapija je medicinsko-terapevtski postopek – fizioterapija na nevrofiziološki podlagi, pri kateri sodeluje konj. Predpiše jo zdravnik, izvaja pa ustrezno usposobljena ekipa, v kateri sodelujejo:

- fizioterapevt-ka, ki je opravil-a dodatno izobraževanje na področju hipoterapije, ki se izvaja v nekaterih državah EU, ter pridobil-a status inštruktorja-ice jahanja,
- vodnik konja,
- po potrebi pomožni terapevt oz. spremljevalec,
- konj.

Potreben je primeren prostor, izjemnega pomena je izbira konja. Ta je odvisna predvsem od velikost, oblike hrbta, značilnosti konjevega hoda, starosti, temperamenta, učljivosti itd., za konja pa je treba tudi pravilno skrbeti. Glavni efekt predstavlja tridimenzionalno gibanje konja, ki preko svojega hrbta prenaša na pacienta 90–110 nihalnih dražljajev na minuto, kar je podobno število kot pri človekovi hoji. Konj reagira na prenos jezdečevega težišča in spremembo ritma s spremembo tempa in smeri, saj je usklajenost njunega težišča in ritma osnovni pogoj za ravnotežje in udobje konja. Gre za stimulacijo mišično gibalnih impulzov. Ker se številni impulzi s konja prenašajo na jezdeca, mora fizioterapevt vedeti, kaj ti impulzi predstavljajo za posameznika pri nevroloških gibalnih motnjah. Nestrokovno izvajanje hipoterapije lahko gibalno motnjo še poslabša. Terapevt pomaga pacientu na konju, da se prilagodi ritmičnemu nihanju. Popravlja tudi njegovo držo. Če je pacient majhen, sedi terapevt za njim na konjskem hrbtu. Pri gibanju naprej na konju pacient brez naporov vadi

simetrično obremenitev sedišča, hrbtenica mora biti vzravnana. S prilagajanjem konjskemu gibanju se sprosti mišični tonus in vzpodbudi občutek za ravnotežje. Tega v telovadnici z nobeno vadbo in nikakršno napravo ni mogoče doseči. Gibanje je tukaj večdimenzionalno, gre za gibanja naprej – nazaj, gor – dol, za rotacije in gibanja z ene na drugo stran. Poleg tega konjev hod povzroča mehke dražljaje, ki sproščajo mišični tonus in izgrajujejo centralni mišični tonus. Gre tudi za prekinitev napačnih vzorcev in enakomerno ponavljanje pravih gibalnih vzorcev. Posebnost hipoterapije pa je odnos, ki nastane med človekom in živaljo in vsekakor ni zanemarljiv, vpliva pa tudi na večjo motivacijo pacienta za sodelovanje na terapiji.

Izvajanje hipoterapije

Hipoterapijo predpisuje zdravnik – specialist. Izvaja se kot individualna obravnava fizioterapevta, ki je odgovoren za izvedbo terapije, za pravilno pomoč pomočnika in prilagojeno vodenje konja. Pri hipoterapiji sodeluje hipoterapevtski tim, v katerega poleg pacienta sodijo še fizioterapevt – hipoterapevt, vodič konja, spremljevalec in konj. Hipoterapija traja od 20 do 30 minut glede na sposobnost in koncentracijo pacienta. Osnova za izvajanje hipoterapije so različni koncepti v fizioterapiji (razvojno-nevrološka obravnava = RNO, propioceptivna nevrološka facilitacija = PNF, metoda Vojta ...)

Cilj hipoterapije je izboljšanje nevroloških motenj gibanja po nevroloških gibalnih konceptih.

Pogoji za izvajanje hipoterapije:

1. KONJ (možnost izbire več konj, ustrezna oprema za konja, hlev s polno oskrbo);
2. PROSTOR (pokrita jahalnica v izmeri vsaj 20 x 40 m, ustrezna podlaga v jahalnici, ogledala na stenah za kontrolo sedenja, primerno veliki izpusti za konje);
3. HIPOTERAPEVT (z ustrezno izobrazbo!);
4. VODIČ KONJA (star vsaj 18 let z izkušnjami pri delu s konji).

(Povz. po <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=11685>.)

2.4.2 ŠPORTNO-REKREATIVNO JAHANJE OSEB S POSEBNIMI POTREBAMI

Športno jahanje oseb s posebnimi potrebami delimo na dve področji:

1. športno jahanje za osebe s posebnimi potrebami,
2. vožnja z vpregami.

Pri športnem jahanju se osebe učijo jahalnih veščin, pravilnega seda na konju, pravilnega delovanja na konju (teža, vajeti, noge). Učenci si po svojih sposobnostih kolikor se le da samostojno pripravijo konja. Pri tem gre za prijetno druženje s konji in jahači, ki imajo enak interes za učenje jahanja. Vse skupaj pripomore k socialni integraciji, ustvarjanju veselega razpoloženja in zadovoljstva, ki nastaja skozi gibalni dialog konj – človek.

(Povz. po <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=11685>.)

2.4.2.1 CILJI IN MOŽNOSTI ŠPORTNEGA JAHANJA

Cilji športnega jahanja so: učenje jahalnih veščin, razvijanje prijateljstva, odločnosti in potrpežljivosti, samodisciplina, koristna izraba prostega časa, razvijanje športnega duha in tekmovalnosti.

Možnosti športnega jahanja so: napredovanje v vrhunski šport in tekmovanje v mednarodnih merilih.

Športnike jahače glede na stopnjo gibalne oviranosti razdelimo v 4 kategorije. Za vsako so predpisani različno težavni testi (dresurne naloge) glede na osvojen nivo znanja v okviru določene kategorije ter zahtevani dresurni liki za prosti program ob glasbi (free style, kur). Po svetu so organizirana tekmovanja na državnih nivojih, mednarodna tekmovanja, evropsko in svetovno prvenstvo. Dresurno jahanje za osebe s posebnimi potrebami je postalo tudi eden od športov, vključenih v paraolimpijado.

(Povz. po <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=11685>.)

2.4.3 SPECIALNO PEDAGOŠKO JAHANJE/VOLTIZIRANJE

Specialno pedagoško jahanje/voltižiranje je eno izmed treh osnovnih področij terapevtskega jahanja. Uvrščajo ga med pedagoško-psihološke intervencije, pri katerih ni v ospredju športni trening, ampak individualna spodbuda preko medija – konja, predvsem ugodno vplivanje na razvoj, počutje in vedenje.

Dejavnosti izvajajo posebej za to usposobljene osebe z zaključeno poklicno izobrazbo na področju posebnega šolstva, psihologije, delovne terapije in socialne pedagogike. Pogoji za izvajanje so teoretična znanja o osnovnem strokovnem področju, dodatno pa znanje o pravilnem ravnanju s konjem, kako vplivati nanj, prepoznati njegovo govorico ter kako vzpodbuditi sodelovanje med konjem in osebo s posebnimi potrebami. V tej dejavnosti se izrisuje kombinacija jahalne športne vsebine in ravnanja s konjem ter njegov vpliv na človekov telesni, duševni, duhovni in socialni položaj. Jahanje in skrb za konja sta v pedagogiki indirektni vzgojni sredstvi, ker pedagogi ne vplivajo na otroke in mladostnike sami, ampak preko konja, kar jim olajšuje njihovo vzgojno delo. Pristop, ki je usmerjen v doživljanje in k določeni dejavnosti, ustreza potrebam otrok in mladostnikov. Jahanje je športna aktivnost, ki jim nudi mnogotere možnosti za izkušnjo samega sebe, izgradnjo socialnega vedenja ter ureditev vrednostnega sistema. Skrb za konja in delo z njim dvigata občutek lastne vrednosti ter pospešujeta razvoj samostojnosti. Otroci in mladostniki s posebnimi potrebami zahtevajo celostno obravnavo.

Jahanje in skrb za konja zahtevata udeležbo celega telesa, duše in duha, kar pomeni, da učenje ni usmerjeno samo v kognitivno, ampak tudi v telesno in čustveno. Jahanje omogoča neposredno učenje, učenje preko lastnega delovanja in doživljanja.

(Povz. po <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=11685>.)

2.5 KATEGORIJE TERAPEVTSKEGA JAHANJA

Terapevtsko jahanje uporabljajo za vse oblike uporabe konja, ki izboljšuje kvaliteto življenja ljudem, ki imajo neke posebne potrebe. Ločimo tri kategorije terapevtskega jahanja:

1. rekreativno jahanje,
2. zdravilno jahanje,
3. zdravljenje s pomočjo konja.

2.5.1 REKREATIVNO JAHANJE

Z rekreativnim jahanjem dosežemo, da osebe s posebnimi potrebami doživijo zabavo, veselje in da pri tem doživljajo povišan občutek samospoštovanja in dobrega počutja. Na razpolago imajo prav posebna sedla in pa tudi vozila, kadar posameznik ni sposoben sedeti v sedlu ali posebej prirejenem sedlu.

2.5.2 ZDRAVILNO JAHANJE

Zdravilno jahanje vodijo posebej izobraženi profesionalci. Za vsakega posameznika timsko izdelajo diagnostično oceno in na osnovi te izdelajo za posameznika program s terapevtskimi cilji (socialni, čustveni, psihološki ...).

2.5.3 ZDRAVLJENJE S POMOČJO KONJA

Zdravljenje s pomočjo konja vodi specializirani profesionalci. Vodi in spremlja pacienta, ko je na konju, analizira njegovo gibanje, njegove reakcije in usmerja ter vodi in spremlja gibanje konja. Cilji hipoterapije so izboljšati pacientovo držo, ravnotežje, mobilnost in funkcionalnost. V načelu je potrebno poudariti, da tu ni in ne sme biti improvizacij. Sodelovati morajo številni različni profili, različni tako glede na motenost oz. oviranost kot tudi različni glede na konja, od skrbnika do trenerja.

(Povz. po Tušak in Tušak, 2002).

2.6 INDIKACIJE ZA DRUGE VRSTE JAHANJA

Indikacije za druge vrste jahanja so (Marinšek in Tušak, 2007, str. 168):

1. alkoholizem in druge vrste odvisnosti
2. avtizem
3. depresija
4. fobije
5. mongoloidnost
6. nemotiviranost (domski otroci)
7. vedenjske motnje

8. učne težave
9. slepota in gluhost
10. motnje kontakta z okoljem
11. psihosomatika

2.7 KONTRAINDIKACIJE

Protiindikacije so tudi pri hipoterapiji in so omejene na posamezne bolezenske znake in slike, zato jih je treba dosledno upoštevati (Petrovič, 2001, str. 53).

Če pacientu jahanje ne pomaga oz. se mu stanje poslabša ali pa povzroča bolečine, se terapevtsko jahanje ne izvaja. Najpogostejše bolezni, pri katerih je terapevtsko jahanje prepovedano, so (Tušak in Tušak, 2002, str. 253–269):

1. patološke spremembe hrbtenice
2. spremembe v kolkih
3. patološke frakture
4. odprte rane
5. epilepsija
6. hemofilija
7. vnetje ven
8. cerebrovaskularne motnje zaradi anevrizme ali angioma
9. medikamentozna terapija s vplivom na koagulacijo krvi
10. akutno stanje bolezni
11. gripa, vnetje mehurjev ali ledvic
12. zelo močan strah pred konjem
13. izostal odnos do konja
14. otrok, mlajši od 2 let
15. hiperaktivnost otroka

2.8 DOSEDANJE RAZISKAVE NA TEM PODROČJU

Raziskav na področju terapevtskega jahanja je objavljenih v Cobissu kar nekaj. V nadaljevanju bom predstavila 3, s katerimi sem si najbolj pomagala pri izdelavi svoje raziskovalne naloge.

Klaudija Rautar (2009) je v svoji diplomski nalogi raziskovala, kako konj vpliva na otroke s posebnimi potrebami, kako se otrok počuti v družbi konja, kako se počuti, ko ga jaha in kakšni so njegovi občutki, ko ga razjaha. Zanimalo jo je tudi, ali je otrokovo zdravstveno stanje povezano s terapijami, torej ali terapije vplivajo na zdravstveno stanje otrok.

Ajda Žun (2013) je v svoji diplomski nalogi z naslovom »Terapevtsko jahanje za osebe z zmerno in težjo motnjo v duševnem razvoju« raziskovala, kaj točno terapija s konjem pomeni, katere so motnje avtističnega spektra in kakšen je vpliv terapevtskega jahanja na osebe s takimi motnjami.

Živa Logar (2019) je v svoji diplomski nalogi z naslovom »Program terapevtskega jahanja za osebe s posebnimi potrebami« raziskovala, ali se s pomočjo konja v štirinajstih dneh lahko izboljšajo ravnotežje, delovni spomin in motorika oseb s posebnimi potrebami ter ali bo napredek opazen na vseh omenjenih področjih.

3 NAMEN IN PROBLEM RAZISKOVALNE NALOGE

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti, kaj terapevtsko jahanje sploh je in kako pogosto se v Sloveniji uporablja pri zdravljenju različnih bolezni in motenj. Zanima me tudi, kako terapevtsko jahanje vpliva na zdravljenje različnih bolezni in motenj. Ljudje s posebnimi potrebami imajo različne bolezni oz. motnje, zato se verjetno terapevtsko jahanje razlikuje glede na vrsto bolezni oz. motnje. Namen te raziskovalne naloge je tudi, da čim več ljudem predstavim terapevtsko jahanje, saj menim, da lahko pomaga vsem nam in ne samo ljudem s posebnimi potrebami oz. boleznimi. V nalogi želim tudi ugotoviti, kakšen odnos imata konj in pacient med seboj. Nazadnje želim še ugotoviti, ali lahko človek s posebnimi potrebami postane vrhunski jahač.

Problem pri svojem raziskovanju pa vidim v tem, da je mogoče terapevtsko jahanje pri nas še vedno premalo poznano in se uporablja le kot dopolnilo klasičnim medicinskim terapijam v zelo majhnem obsegu. Trenutno se tudi nahajamo v času epidemije, ki še dodatno zavira njegovo uporabnost in razširjenost. Upam, da bom s svojim raziskovalnim delom spodbudila k njegovi večji prepoznavnosti in uporabnosti tudi pri nas.

4 CILJI RAZISKOVALNE NALOGE

1. Ugotoviti želim, koliko je v Sloveniji terapevtsko jahanje v procesu zdravljenja različnih bolezni oz. motenj sploh razširjeno in katere vrste terapevtskega jahanja se uporabljajo.
2. Ugotoviti želim, katera vrsta terapije se uporablja za določeno bolezen oz. motnjo in katera je najbolj pogosta.
3. Ugotoviti želim, koliko časa in kako pogosto v proces zdravljenja določene bolezni oz. izboljševanja motnje ljudje s posebnimi potrebami vključujejo posamezne vrste terapije ter ali terapije zadovoljujejo pričakovanja njihovih uporabnikov.
4. Ugotoviti želim, kakšen pristop in odnos do konja imajo ljudje s posebnimi potrebami.
5. Ugotoviti želim, kako se konj vede do ljudi s posebnimi potrebami.
6. Ugotoviti želim, ali lahko ljudje s posebnimi potrebami postanejo vrhunski jahači.

5 HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE

Hipoteza 1: terapevtsko jahanje je v Sloveniji v procesu zdravljenja različnih bolezni oz. motenj zelo razširjeno; uporabljajo se vse tri vrste terapevtskega jahanja.

Hipoteza 2: odvisno od bolezni oz. motnje se anketirani otroci zdravijo z določeno vrsto terapevtskega jahanja; najpogosteje se uporablja hipoterapija.

Hipoteza 3: najpogostejši časovni okvir trajanja terapije v procesu zdravljenja bolezni oz. motnje anketiranih otrok je od 5 do 6 let; pri največ anketiranih otrocih si terapije sledijo tedensko.

Hipoteza 4: večina anketiranih staršev je mnenja, da terapije zadovoljujejo njihova pričakovanja.

Hipoteza 5: največ anketiranih staršev je mnenja, da imajo njihovi otroci ljubeč/nežen pristop do konja.

Hipoteza 6: največ anketiranih otrok se ob konju počuti odlično in se z njim pogovarjajo.

Hipoteza 7: največ anketiranih staršev je mnenja, da se njihovi otroci ne morejo ločiti od konja.

Hipoteza 8: najpogostejši odgovor anketiranih staršev je, da se konj do njihovih otrok vede mirno.

Hipoteza 9: večina anketiranih staršev je mnenja, da bi njihovi otroci lahko postali vrhunski jahači.

6 METODE DELA

Podatke sem pridobila s pomočjo intervjuja, anketnega vprašalnika in z iskanjem informacij preko interneta (spletni brskalnik Google). Sestavila sem anketni vprašalnik in pridobila 43 anket iz 3 različnih konjeniških centrov. Opravila sem tudi intervju z dekletom, ki ima cerebralno paralizo.

6.1 VZOREC MERJENCEV

Populacija anketirancev so bili otroci z različnimi motnjami oz. boleznimi in njihovi starši. Vzorec merjencev je zajemal 43 otrok z boleznimi oz. motnjami in 43 njihovih staršev. Anketirani otroci so bili stari od 9 do 20 let.

6.2 VZOREC SPREMENLJIVK

Do zastavljenih ciljev sem prišla s pomočjo spremenljivk. Uporabila sem eno socialno-demografsko spremenljivko (starost) in šest spremenljivk, s katerimi sem preverjala, katero motnjo oz. bolezen ima otrok, kako se vede do konja, koliko časa že obiskujejo terapije, kolikokrat na teden ima terapije. Drugo kategorijo spremenljivk pa je sestavljalo 8 anketnih vprašanj, kjer so starši odgovarjali o odnosu svojega otroka do konja in obratno.

6.3 POSTOPEK MERJENJA

Pri izdelavi anketnega vprašalnika sem si pomagala s strokovno literaturo domačih avtorjev, ki se nahaja na spletu, in s svojim predhodnim znanjem o konjih. Anketiranje je potekalo tako, da sem vzpostavila stik z vsakim jahalnim centrom posebej in jih prosila za sodelovanje. Nato sem posameznemu jahalnemu centru preko elektronske pošte poslala anketne vprašalnike. Seveda sem jim pred tem razložila navodila za reševanje anketnega vprašalnika. Otroci so anketne vprašalnike izpolnjevali samostojno in tudi s pomočjo staršev, zagotovljena pa je bila popolna anonimnost. Izpolnjene anketne vprašalnike sem dobivala po elektronski pošti od 23. 2. 2021 do 25. 2. 2021. Anketni vprašalnik so izpolnjevali izključno otroci, ki se udeležujejo terapevtskega jahanja.

6.4 INTERVJU

Intervju sem opravila z dekletom s cerebralno paralizo, ki se udeležuje terapijskega jahanja. Najprej sem jo prosila za sodelovanje in ji nato preko elektronske pošte poslala vprašanja. Z veseljem se je odzvala in privolila v intervju ter mi podala zelo zanimive odgovore.

6.5 METODE OBDELAVE PODATKOV

Pri delu in obdelavi podatkov sem uporabila programa Microsoft Word in Excel, s katerima sem uredila podatke za izdelavo grafov. Poleg teh dveh programov sem uporabila še brskalnik Google.

7 REZULTATI IN RAZPRAVA

7.1 ANALIZA LITERATURE

Terapevtsko jahanje v Sloveniji se zadnje čase vse bolj širi. Terapevtsko jahanje se izvaja v različnih konjeniških centrih oz. zavodih po Sloveniji. Na spletu sem našla naslednje centre oz. zavode, ki izvajajo terapevtsko jahanje: Center Dolfke Boštjančič na Igu (Kocmur, 2002), Konjeniški klub Škofja vas v Celju (Einspieler, 2000), Konjeniški klub Rakičan v Murski Soboti (Terapevtsko jahanje, 2005), Konjeniški klub Strmol, Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Kamnik – CIRIUS Kamnik, Konjeniški klub Zaton, Konjeniški klub Gibanje, Sonček, Društvo za cerebralno paralizo Ptuj-Ormož, KK Pip, KK Ljubljana, KK Trnovo, KK Kras Sežana, KK Krka – Grm Novo mesto, KK Celje, KK Lipica, KK Velenje, KK Ugar Ribnica, JK Maribor, KK Slovenj Gradec. Kaja Koleča (2018) je v svojem diplomskem delu naredila pregled organizacij, ki izvajajo terapije s pomočjo konj v Sloveniji. V njeni raziskavi je sodelovalo 33 organizacij (Koleča, 2018, str. 44), ki izvajajo terapije s konji v Sloveniji, kar kaže na vse večjo razširjenost terapevtskega jahanja v Sloveniji.

Po obisku spletnih strani vseh zgoraj naštetih slovenskih konjeniških centrov sem ugotovila, da različni centri uporabljajo različne vrste terapevtskega jahanja, vendar se v največ centrih pojavlja hipoterapija. Ko pa pogledamo rezultate raziskave Kaje Koleča, jih od 33 organizacij največ, kar 19, uporablja specialno pedagoško jahanje (Koleča, 2018, str. 44). Hipoterapija, ki spada k fizioterapevtski obravnavi, je zdravljenje, kjer ima glavno vlogo tridimenzionalno gibanje konja v koraku (Balajac, 2007, v Koleča, 2018, str. 4). Gre za fizioterapevtsko zdravljenje na nevrofiziološki osnovi, ki ga lahko uporabimo, ko ne dosežemo uspeha z drugimi terapevtskimi metodami ali kot dodatek k drugim terapijam (Petrovič, 2001, v Koleča, 2018, str. 4). Jahaču se s hipoterapijo krepi ravnotežje, okrepi mišičevje, izboljša koordinacija telesnih gibov in refleksov ter funkcija dihanja in zmanjšuje se spastičnost (Humar, 2005, v Koleča, 2018, str. 4). Hipoterapija se uporablja pri boleznih z nevrološkimi ovirami (multipla skleroza, infantilna cerebralna paraliza, spina bifida, spastični torikolis, poliomyelitis, Parkinsonova bolezen, posttravmatska nevrološka obolenja, postvnetna nevrološka obolenja in razvojno pogojena nevrološka obolenja; v Koleča, 2018, str. 4).

Specialno pedagoško jahanje/voltižiranje se od drugih terapij razlikuje predvsem v tem, da ima poudarek na učni vsebini, ki je osredotočena na emocionalno kognitivno in socialno področje. Pedagoško jahanje temelji na razumevanju, da je odklonsko vedenje mogoče spremeniti s primernim vzgojnim vplivanjem (povz. po Koleča, 2018, str. 6–7.)

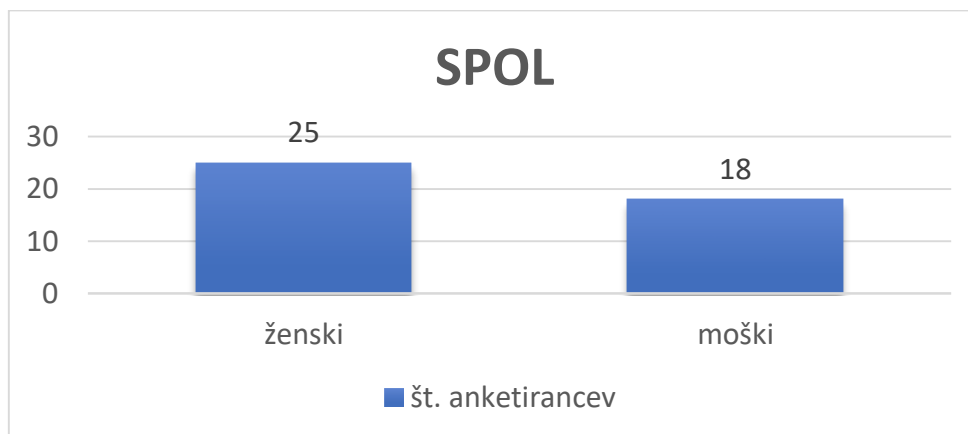
Cilji v specialno pedagoškem jahanju so usmerjeni v interakcijo med uporabnikom in konjem, ki zaradi večje koncentracije, motiviranosti in radovednosti na podlagi vnaprej pripravljenih ciljev deluje kot preventiva nastanka vedenjskih težav ter odpravlja že nastale motnje (Globočar v Koleča, 2018, str. 7). Uspehi so vidni 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 (Balajac, 2007, v Koleča, 2018, str. 7).

Glede na zbrane podatke lahko **hipotezo 1**, *da je terapevtsko jahanje v Sloveniji v procesu zdravljenja različnih bolezni oz. motenj zelo razširjeno in da se uporabljajo vse tri vrste terapevtskega jahanja*, **POTRDIMO**.

7.2 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

7.2.1 ANALIZA GLEDE NA SPOL ANKETIRANIH OTROK

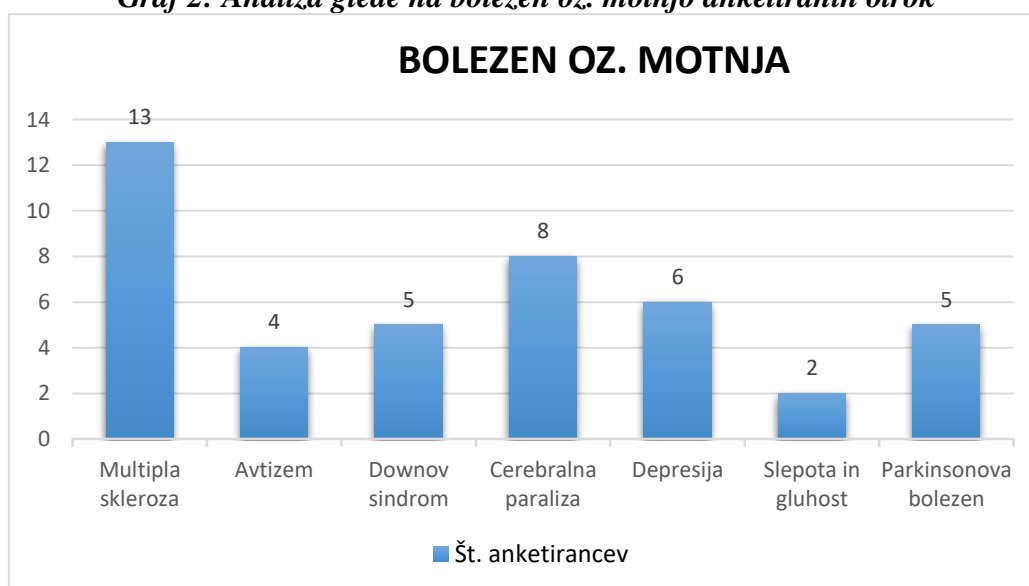
Graf 1: Analiza glede na spol anketiranih otrok



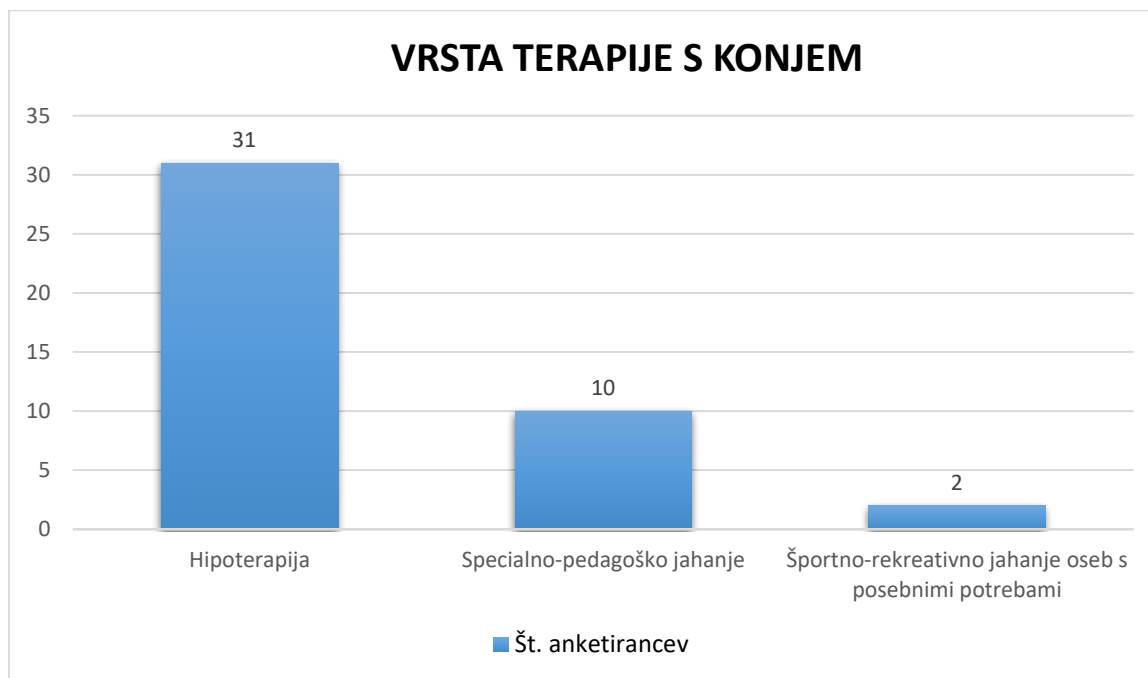
Iz grafa 1 je razvidno, da je anketni vprašalnik izpolnjevalo 25 otrok ženskega in 18 otrok moškega spola.

7.2.2 ANALIZA GLEDE NA BOLEZEN OZ. MOTNJO ANKETIRANIH OTROK TER UPORABO DOLOČENE VRSTE TERAPIJE

Graf 2: Analiza glede na bolezen oz. motnjo anketiranih otrok



Graf 3: Analiza glede na vrsto terapije s konjem



S pomočjo drugega vprašanja za otroke »Katero bolezen oz. motnjo imaš?« in enajstega vprašanja za starše »S katero vrsto terapije se vaš otrok zdravi?« sem želela ugotoviti, katere vrste bolezni oz. motnje imajo in s katero vrsto terapije se zdravijo. Iz grafa 2 lahko razberemo, da ima največ anketiranih otrok multiplo sklerozo, in sicer kar 13 anketirancev (30 %), naslednja je cerebralna paraliza, ki jo ima 8 anketiranih otrok (19 %). Izvedela sem, da ima kar 6 anketiranih otrok depresijo (14 %), Downov sindrom ima 5 anketiranih otrok (11,5 %) in prav tako 5 anketiranih otrok ima Parkinsonovo bolezen (11,5 %). 4 anketirani otroci imajo avtizem (9,3 %) in 2 anketirana otroka imata slepoto oz. gluhonemost (4,7 %).

Na grafu 3 so prikazani odgovori staršev na 11. vprašanje, kaže pa, katero vrsto terapije njihovi otroci obiskujejo. 31 anketirancev obiskuje hipoterapijo (72,1 %), 10 anketirancev obiskuje specialno pedagoško jahanje (23,3 %) in 2 anketiranca športno-rekreativno jahanje (4,6 %). Posamezna terapija se uporablja za posamezno bolezen. V poglavju 7.1 je predstavljeno, za katere bolezni oz. motnje se uporablja hipoterapija in za katere specialno pedagoško jahanje. Športno-rekreativno jahanje pa je edina aktivnost (šport), kjer se merijo ljudje z ovirami z ljudmi brez njih v istih tekmovalnih disciplinah – tudi v vrhunskem športu (Balajac, 2007, v Koleša, 2018, str. 8). Jahanje kot šport ni mišljeno kot zdravljenje, temveč

kot rehabilitacija in mobilizacija telesnih, duševnih, poklicnih sposobnosti in s tem omogočanje bolj samostojnega življenja (Vute, 1999, v Koleša, 2018, str. 8).

S pomočjo osmega vprašanja za starše »Kako terapevtsko jahanje vpliva na bolezen oz. motnjo vašega otroka?« sem izvedela, kako terapije s konjem vplivajo na otroke.

40 anketiranih staršev je odgovorilo, da terapije vplivajo pozitivno na njihove otroke, 3 anketirani starši pa, da ne vidijo razlike oz. spremembe pri otroku. Anketirani starši, ki so odgovarjali, da terapije vplivajo pozitivno na bolezen oz. motnjo njihovega otroka, so napisali: *moj otrok je iz terapije v terapijo bolj vesel in pozitivne energije; njegovo gibanje se je tudi izboljšalo; vsakič, ko pridemo na ranč, se moj otrok začne veseliti, saj ve, da se bo srečal s svojim najboljšim prijateljem konje; otrokova drža se iz terapije v terapijo vedno bolj izboljšuje* itd. Pozitivni učniki terapij so bili pričakovani, saj terapevti izbirajo določeno vrsto terapije glede na bolezen oz. motnjo oseb s posebnimi potrebami (povz. po Petrovič, 2001, str. 68).

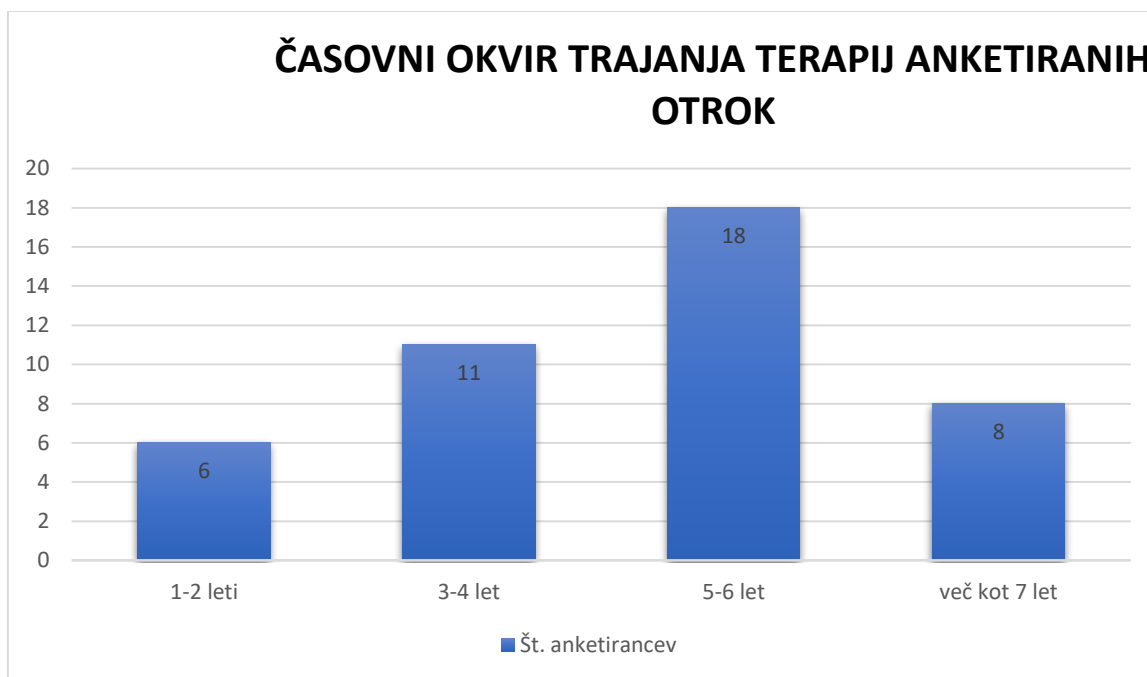
Dekle s cerebralno paralizo, s katero sem izvedla intervju, mi je zaupala, da ji je terapevtsko jahanje zelo pomagalo v sedmih letih obiskovanja terapij. Njen mišični tonus je zmanjšan in njena gibljivost okončin je večja.

Pričakovala sem, da bo večina anketiranih staršev odgovorila, da terapevtsko jahanje vpliva pozitivno na bolezen oz. motnjo njihovih otrok. Njihovi odgovorili so bili prijetni in pozitivni. Všeč mi je bilo brati take odgovore, saj se je tako pokazalo, da lahko konji ogromno naredijo za osebe z boleznimi oz. motnjami.

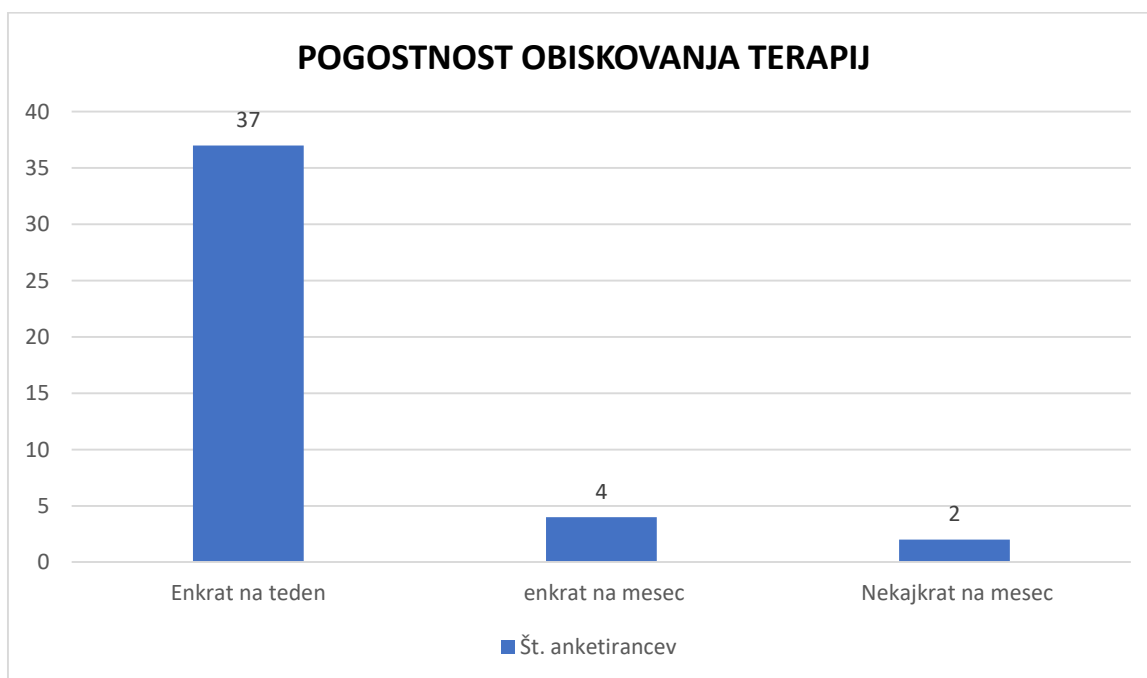
Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 2**, *da se odvisno od bolezni oz. motnje anketirani otroci zdravijo z določeno vrsto terapevtskega jahanja in da se najpogosteje uporablja hipoterapija*, **POTRDIMO**.

7.2.3 ANALIZA GLEDE NA ČASOVNI OKVIR TRAJANJA TERAPIJ ANKETIRANIH OTROK

Graf 4: Analiza glede na časovni okvir trajanja terapij anketiranih otrok



Graf 5: Analiza glede na pogostnost obiskovanja terapij



Iz odgovorov anketiranih otrok na tretje vprašanje »Koliko časa že hodite na terapije s konji?« ter odgovorov staršev na dvanajsto vprašanje »Koliko časa se vaš otrok že zdravi?« in na trinajsto vprašanje »Kako pogosto si sledijo posamezne terapije?« sem spoznala časovni okvir in pogostnost obiskovanja terapij. Iz grafa 4 lahko razberemo, da kar 18 anketiranih otrok obiskuje terapevtsko jahanje od 5 do 6 let, 11 anketiranih otrok od 3 do 4 leta, 8 anketiranih otrok več kot 7 let in 6 anketiranih otrok od 1 do 2 leti. Iz grafa 5 pa sem izvedela, da največ anketiranih otrok obiskuje terapije tedensko (37 anketirancev), 4 anketiranci obiskujejo terapije enkrat na mesec in 2 anketiranca nekajkrat na mesec.

Dekle s cerebralno paralizo obiskuje terapevtsko jahanje že 7 let in je opazila velik napredek v mišičnem tonusu.

Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 3**, da je najpogostejši časovni okvir trajanja terapije v procesu zdravljenja bolezni oz. motnje od 5 do 6 let in da si pri največ anketirancih terapije sledijo tedensko, **POTRDIMO**.

7.2.4 ANALIZA GLEDE NA TO, ALI TERAPIJE ZADOVOLJUJEJO PRIČAKOVANJA ANKETIRANIH STARŠEV

Graf 6: Analiza glede na to, ali terapije zadovoljujejo pričakovanja staršev



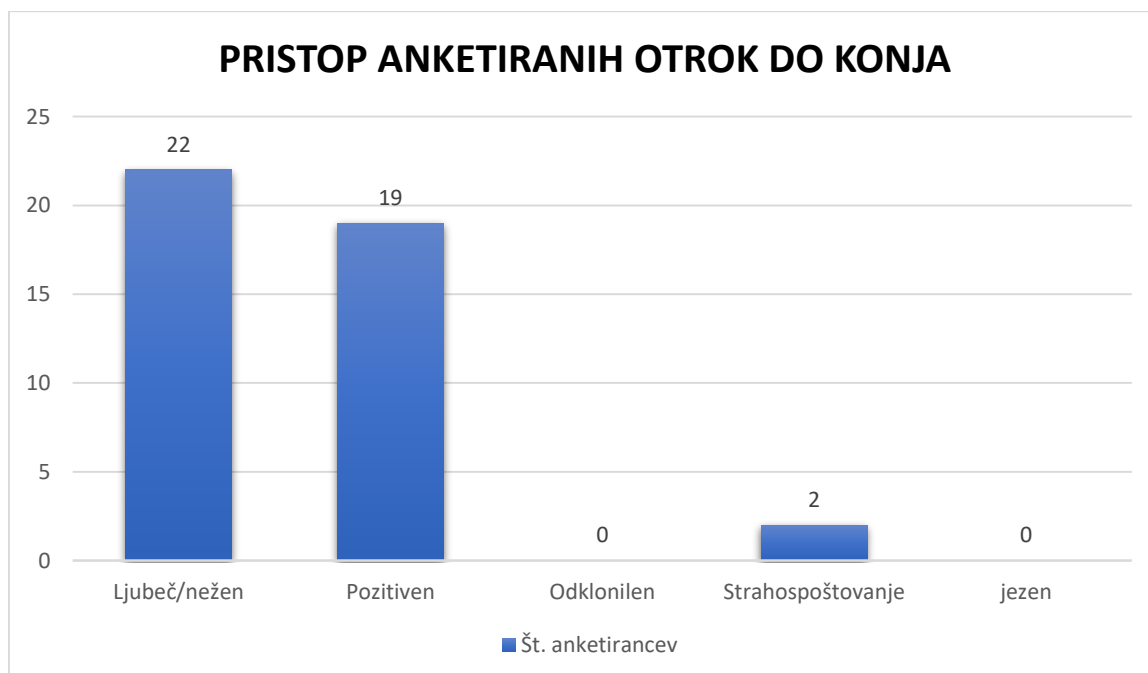
S pomočjo štirinajstega vprašanja »Ali terapije zadovoljujejo vaša pričakovanja?«, na katerega so odgovarjali starši, sem izvedela, da je kar 42 staršev zadovoljnih in da terapije zadovoljujejo njihova pričakovanja. Samo en starš s terapijami ni zadovoljen. Starše sem prosila, da svoj odgovor obrazložijo. Njihovi odgovori so bili, da se je mišični tonus njihovih otrok zmanjšal, da so okončine otrok bolj gibljive, njihova drža se je izboljšala itd. Starši so s terapijami zelo zadovoljni, eden izmed staršev je napisal: *»Na začetku si nisem mislila, da bo terapija otroku resnično pomagala in tu sem se zmotila. Po nekaj terapijah sem videla, da se je otrokovo stanje ne samo psihično izboljšalo, vendar tudi fizično.«*

Po vseh odgovorih, ki sem jih prebrala, menim, da so starši zelo zadovoljni in presenečeni nad vsemi učinki terapije s konjem.

Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov, lahko **hipotezo 4**, da je večina anketiranih staršev mnenja, da terapije zadovoljujejo njihova pričakovanja, **POTRDIMO**.

7.2.5 ANALIZA GLEDE NA PRISTOP ANKETIRANIH OTROK DO KONJA

Graf 7: Analiza glede na pristop anketiranih otrok do konja



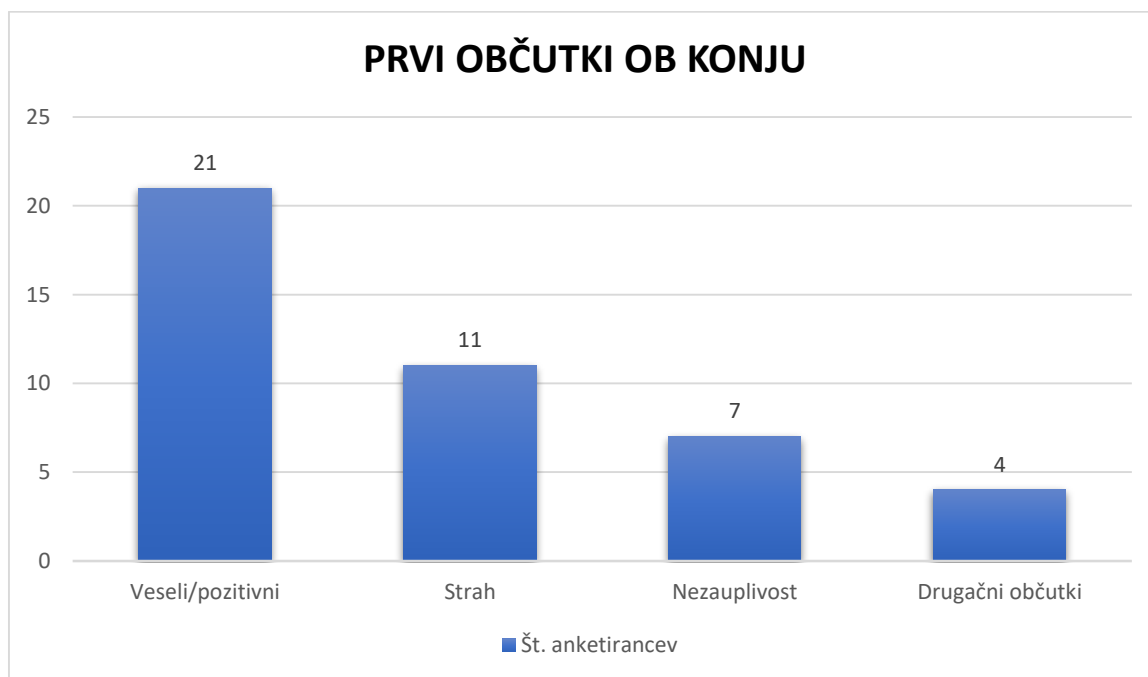
Odgovori na deveto vprašanje »Kako bi opisali pristop vašega otroka do konja?«, na katerega so odgovarjali starši, so prikazani v grafu 7. 22 staršev je odgovorilo, da ima njihov otrok ljubeč/nežen odnos do konja. 19 staršev je odgovorilo, da ima otrok pozitiven odnos do konja, in 2 starša, da ima otrok do konja strahospoštovanje.

Večina otrok ima zelo rada živali, še posebej pa otroci s posebnimi potrebami. Osebno sem mnenja, da je pristop otrok s posebnimi potrebami takšen kot pri kateremkoli drugem človeku, ki ima rad živali.

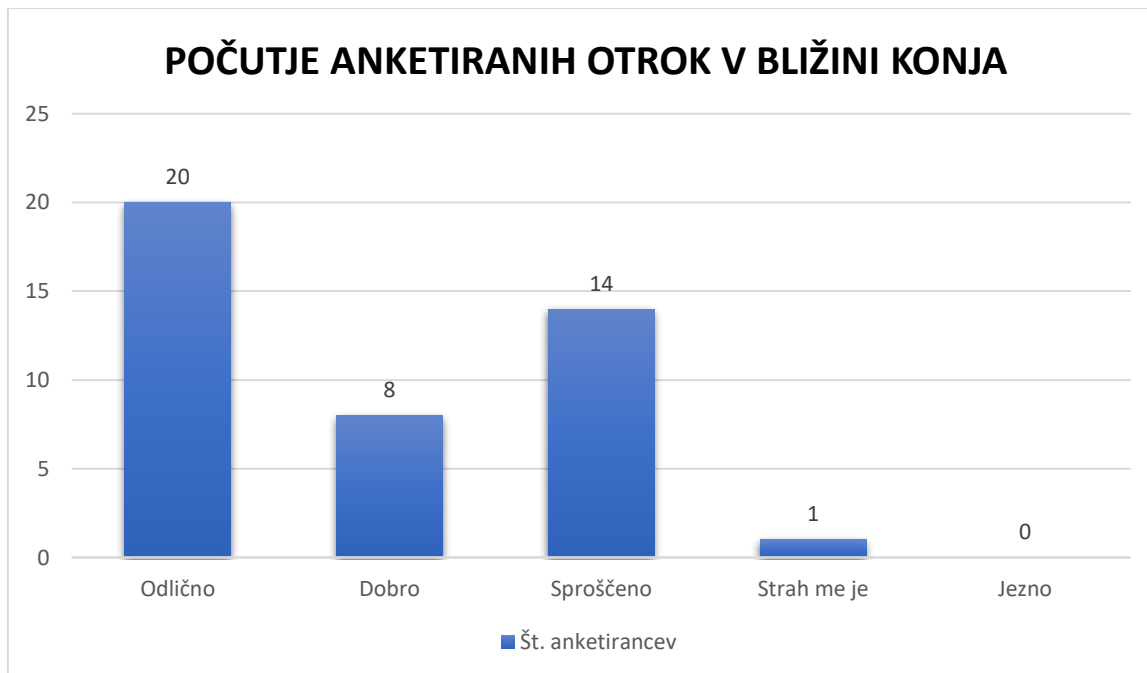
Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 5**, da je največ anketiranih staršev mnenja, da imajo njihovi otroci ljubeč/nežen pristop do konja, **POTRDIMO**.

7.2.6 ANALIZA GLEDE NA POČUTJE ANKETIRANIH OTROK OB KONJU

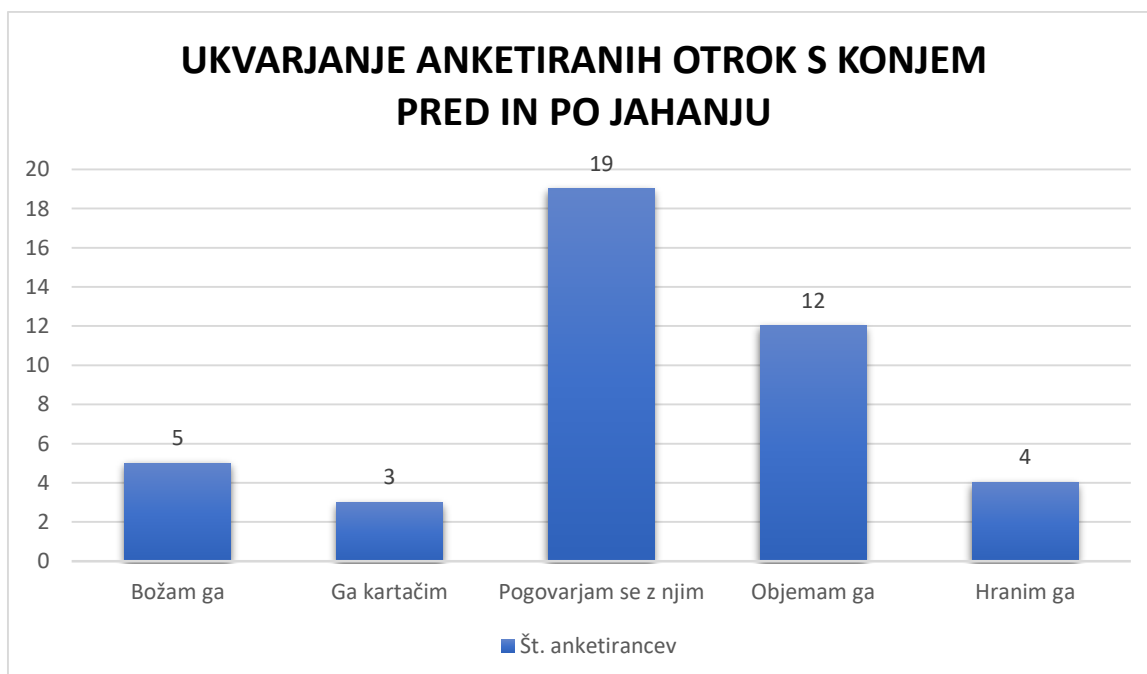
Graf 8: Analiza glede na prve občutke anketiranih otrok ob konju



Graf 9: Analiza glede na trenutno počutje anketiranih otrok v bližini konja



Graf 10: Analiza glede na ukvarjanje anketiranih otrok s konjem pred jahanjem in po njem



S pomočjo četrtega vprašanja »Kakšni so bili vaši prvi občutki na konju?«, petega vprašanja »Kako se počutite sedaj v bližini konja?« in šestega vprašanja »Kaj delate s konjem pred

jahanjem in po njemu?«, na katera so odgovarjali otroci, sem želela ugotoviti, kako so se prvič počutili na konju, kako se sedaj počutijo v bližini konja in kaj delajo s konjem pred jahanjem in po njem. Odgovori so predstavljeni na grafih 8, 9 in 10.

Iz grafa 8 lahko razberemo, da se je 21 anketiranih otrok počutilo veselo in pozitivno ob prvem stiku s konjem. 11 anketiranih otrok je bilo strah, 7 anketiranih otrok konju ni zaupalo in 4 anketirani otroci so imeli drugačne občutke.

Iz grafa 9 lahko razberemo, kako se anketirani otroci počutijo ob konju sedaj. 20 anketiranih otrok se v bližini konja počuti odlično, 14 anketiranih otrok se počuti sproščeno, 8 anketiranih otrok se počuti dobro in 1 anketirani otrok se konja boji.

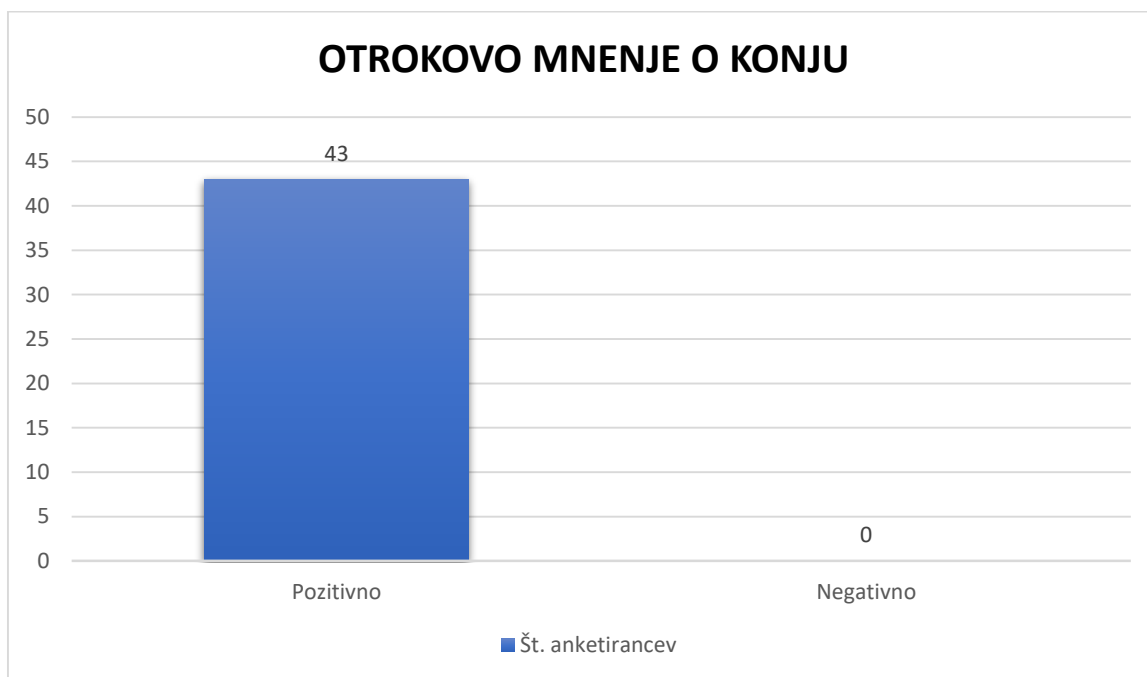
V grafu 10 pa lahko vidimo, kaj anketirani otroci počnejo s konjem pred jahanjem in po njem. Kar 19 anketiranih otrok se s konjem pogovarja, 12 anketiranih otrok konja objema, 5 anketiranih otrok konja boža, 4 anketirani otroci konja hranijo in 3 anketirani otroci konja krtačijo.

Moji prvi občutki v bližini konja in sedaj na konju so popolnoma enaki. Vedno, ko se usedem na konja, začutim, kako se moje in njegovo telo povežeta, še posebej v gibanju, kot bi plesala. Velikokrat sem pred svojo učno uro jahanja prišla 2 uri prej in opazovala konje, kako se gibljejo in obnašajo. Vedno sem 1 uro pred jahanjem pripeljala konja, da ga pripravim na ježo in velikokrat sem se tudi sama v tem času pogovarjala z njim. S temi vprašanji sem želela ugotoviti, ali samo jaz govorim, ko sem s konji, ali tudi ljudje s posebnimi potrebami.

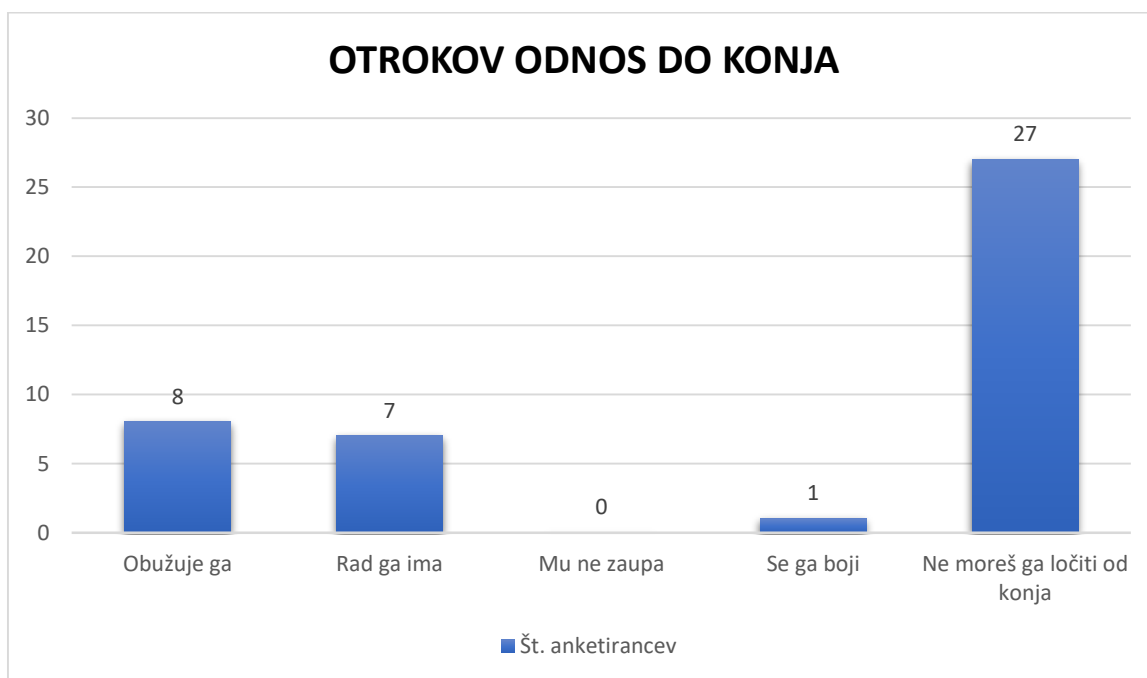
Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 6**, *da se največ otrok ob konju počuti odlično in da se z njim pogovarjajo*, **POTRDIMO**.

7.2.7 ANALIZA GLEDE NA MNENJE O KONJU IN ODNOS OTROKA DO KONJA

Graf 11: Analiza glede na otrokovo mnenje o konju



Graf 12: Analiza glede na otrokov odnos do konja



S pomočjo sedmega vprašanja »Kakšno mnenje o konju imate?«, na katerega so odgovarjali anketirani otroci, in desetega vprašanja »Kako bi opisali odnos vašega otroka do konja?«, na katerega so odgovarjali anketirani starši, sem želela ugotoviti, kakšno mnenje imajo otroci o konju in kako bi starši opisali odnos njihovega otroka do konja.

Iz grafa 11 lahko vidimo, da so anketirani otroci v večini odgovarjali pozitivno. Vprašanje je bilo odprto in so lahko pisali, kar so želeli, njihovi odgovori pa so bili: *konji so lepe živali, konje obožujem, saj so moji prijatelji, konji so zelo prijazni, lepše in prijaznejše živali še nisem spoznala, s terapijami sem ugotovila, kako čudoviti so konji* in še veliko podobnih pozitivnih mnenj.

Iz grafa 12 pa lahko vidimo, kako anketirani starši vidijo otrokov odnos do konja. Veliko staršev je opazilo, da se je med njegovim otrokom in konjem ustvarila neka neločljiva vez. 27 anketiranih staršev je opazilo, da konja in otroka ne morejo ločiti, 8 otrok konja obožuje, 7 otrok ima konja rad in le eden se konja boji. Večina odgovorov kaže na izjemno ljubezen otrok do konja.

Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 7**, da je *največ anketiranih staršev mnenja, da se njihovi otroci ne morejo ločiti od konja*, **POTRDIMO**.

7.2.8 ANALIZA GLEDE NA VEDENJE KONJA DO ANKETIRANIH OTROK OB PRVEM SREČANJU IN SEDAJ

S pomočjo petnajstega vprašanja anketnega vprašalnika in intervjuja sem izvedela, kako se konji vedejo ob prvem srečanju. Z vprašanjem v anketi »Kako se je konj prvič vedel do vašega otroka in ali se je to skozi terapije kaj spremenilo?«, na katerega so odgovarjali starši, sem ugotovila, da je bilo veliko konjev ob prvem stiku predvsem mirnih. Opazili so tudi, da so konji pri nakaterih začutili strah in so se gibali počasneje, nekateri konji so se celo ustavili. Ko so otroci konje pripravljali za terapijo, so starši tudi opazili, da so konji stali mirno in so bili njihovi gibi počasni in pazljivi. Odnos konjev se skozi terapije ni spremenil. Še naprej ostajajo mirni in potrpežljivi.

S pomočjo intervjuja sem izvedela, da vodiči konj najprej konja pripravijo na npr. invalidske vozičke, saj so konji tudi plašne živali in se hitro prestrašijo. Konju pokažejo, da invalidski

vozički niso nevarni in seveda ko se konj človeka oz. ljudi, ki imajo posebne potrebe, navadi, je konj do teh ljudi še posebej previden in ljubeč.

Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 8**, da je najpogostejši odgovor anketiranih staršev, da se konj do njihovih otrok vede mirno, **POTRDIMO**.

7.2.9 ANALIZA GLEDE NA VPRAŠANJE, ALI BI LAHKO VAŠ OTROK POSTAL VRHUNSKI JAHAC

S pomočjo šestnajstega vprašanja »Ali menite, da bi vaš otrok lahko postal vrhunski jahač?«, na katerega so odgovarjali starši in ki je bilo odprto vprašanje, sem izvedela, da se veliko staršev boji za svoje otroke. Veliko staršev vidi svoje otroke kot uspešne jahače, vendar se hkrati bojijo zanje. Vsi vemo, da so konji živa bitja, ki so plašna in hkrati imajo svojo glavo, ki razmišlja prav tako kot naša. Osebno menim, da otroci s posebnimi potrebami lahko postanejo vrhunski jahači, vendar samo v dresurni disciplini, kajti preskakovanje ovir in druge discipline so bolj nevarne kot dresura.

S pomočjo intervjuja sem izvedela, da je dekle s cerebralno paralizo istega mnenja kot starši, ki so izpolnjevali anketni vprašalnik. Intervjuvanka meni, da ne morejo postati vrhunski jahači, saj je jahanje kot šport lahko tudi precej nevarno.

Glede na zbrane podatke in analizo rezultatov lahko **hipotezo 9**, da je večina anketiranih staršev mnenja, da bi njihovi otroci lahko postali vrhunski jahači, **ZAVRNEMO**.

8 ZAKLJUČEK

Namen moje raziskovalne naloge je bil raziskati, kaj je terapevtsko jahanje, koliko vrst terapevtskega jahanja obstaja, ali obstaja deločena terapija za določeno bolezen, kako se otroci vedejo v bližini konja in kako se konj vede v bližini otroka s posebnimi potrebami. O vsem tem sem jih želela povprašati bolj podrobno. Zanimalo me je, ali je terapevtsko jahanje v Sloveniji razširjeno, ali lahko otroci s posebnimi potrebami postanejo vrhunski jahači, kolikokrat tedensko obiskujejo terapije. Vzorec anketiranih otrok je zajemal 43 otrok s posebnimi potrebami in njihove starše. Populacija anketirancev moje raziskovalne naloge so bili pripadniki ženskega in moškega spola. Med seboj so se razlikovali po starosti, konjeniškem klubu oz. zavodu, po bolezni oz. motnji in po vrsti terapije. Ugotovila sem, da se terapevtsko jahanje vse bolj širi. Predvsem od zanimanja staršev je odvisno, ali jih bodo prijavi na terapevtske ure ali ne. Ugotovila sem, da se vsaka vrsta terapije priporoča za določeno bolezen oz. motnjo. Iz intervjuja z dekletom s cerebralno paralizo, ki obiskuje terapevtsko jahanje, sem ugotovila, da ji je terapevtsko jahanje zmanjšalo mišični tonus in da so njene okončine bolj gibljive. Poleg tega pa se ji je izboljšalo počutje in zdravje. Zaupala mi je svoje izkušnje s prvim srečanjem s konjem in svoja mnenja o terapiji in ali lahko otroci s posebnimi potrebami postanejo vrhunski jahači. Z vidika terapevtskega jahanja sem nekatere ugotovitve iz analize anketnega vprašalnika podkrepila z intervjujem z dekletom s cerebralno paralizo. Razložila mi je, da se mora pred prvo terapijo izvesti uradni pogovor, kjer terapevt določi oz. predlaga, katero vrste terapije bo nekdo obiskoval. Terapevti oz. zdravniki pa še povedo, kakšna so njihova pričakovanja glede obiskovanja posamezne terapije. V raziskavi me je pozitivno presenetil podatek, da je k izpolnjevanju pristopilo kar 43 anketirancev iz 3 konjeniških centrov in da sem dobila možnost izvesti intervju z dekletom s cerebralno paralizo.

Z raziskovalno nalogo sem dosegla na začetku zastavljene cilje. Z vsemi rezultati analize sem zadovoljna, saj tako lahko vidimo, kakšno je trenutno stanje glede terapij v Sloveniji, da terapije resnično pomagajo ne samo pri lajšanju bolezni oz. motenj, ampak tudi pri dvigu samozavesti. Verjamem, da bi lahko marsikaj spremenili oziroma izboljšali in tako dvignili zanimanje za terapevtsko jahanje in jahanje na sploh.

8.1 PREDLOG

Na podlagi celotne raziskovalne naloge sem mnenja, da se ljudje sami premalo zavedamo, kaj konji lahko naredijo. Menim, da je razlog na splošno v neznanju o vsem tem. Moj predlog je, da bi v občinah, zavodih, klubih, zdravstvenih domovih morali bolj poskrbeti za ozaveščenost glede učinkov terapevtskega jahanja. Lahko bi jim pripravili predavanja ali pa bi jim predstavili kakšno predstavo in bi s tem pokazali, da lahko tudi otroci s posebnimi potrebami jahajo prav tako kot ljudje, ki nimajo nobenih težav. Predlagam, da se konjeniški klubi začnejo bolj oglaševati; ne le samo z učnimi urami ali pa tekmovanji, ampak tudi s terapijami, ki pomagajo vsem ljudem. To bi lahko dosegli s predavanji in tako, da bi jim najprej predstavili jahanje na splošno in potem še terapije, ki so uporabne za vse ljudi in bi jim pokazali, da že samo objem ali skrb za žival naredi veliko v smislu neke vrste terapije. Seveda pa bi se osredotočili na tiste, ki imajo neke želje oz. potrebe v zvezi z uporabo terapevtskega jahanja. Na koncu bi predlagala še, da bi občine finančno podprle takšne projekte in del sredstev tako namenile tudi za terapevtsko jahanje.

8.2 NADALJNJE RAZISKOVANJE

Nadaljnje raziskovanje bi se lahko razširilo na več konjeniških centrov, še bolj osredotočilo na določeno vrsto terapij, na odnose med otrokom in konjem, da jim pokažejo, da ljudje s posebnimi potrebami lahko postanejo vrhunski jahači v dresurni disciplini, ki ni tako nevarna kot preskakovanje ovir in druge discipline. Bolj podrobno bi lahko sestavili vprašanja anketnega vprašalnika in povečali vzorec merjencev tako, da bi anketirali vse otroke in starejše ljudi, ki se ukvarjajo s terapijami s konji in se jih udeležujejo v konjeniških klubih. Na podlagi rezultatov pa bi lahko naredili primerjave med slovenskimi konjeniški centri in pa mogoče tudi primerjave s tujino.

9 VIRI IN LITERATURA

- Čampa, A. (2017). *Vpliv terapije s pomočjo konj in psihosocialnega svetovanja na mladostnika z vedenjskimi težavami*. Diplomsko delo. Fakulteta za uporabne družbene študije v Novi Gorici. Dostopno na spletnem naslovu: http://www.fuds.si/sites/default/files/ajda_campa-_diplomska_naloga.pdf.
- Koleča, K. (2018). *Pregled organizacij, ki izvajajo terapije s pomočjo konj v Sloveniji*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo. Dostopno na spletnem naslovu: <http://www.nbn.si/URN:NBN:SI:FSD:DOC-BDI450>.
- Kovač, I. (2009). *Terapevtsko jahanje – kineziterapevtski pristop*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport. Dostopno na spletnem naslovu: <https://repozitorij.uni-lj.si/IzpisGradiva.php?id=18001&lang=slv>.
- Logar, Ž. (2019). *Program terapevtskega jahanja za osebe s posebnimi potrebami*. Magistrsko delo. Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta. Dostopno na: <http://pefprints.pef.uni-lj.si/5708/>.
- Petrovič, V. (2001). *Hipoterapija. Zdravljenje z jahanjem konja*. Velenje: Založništvo Pozoj.
- Rautar, K. (2009). *Terapevtsko jahanje za otroke s posebnimi potrebami v konjeniškem klubu Zaton*. Diplomsko delo. Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta, Oddelek za predšolsko vzgojo. Dostopno na spletnem naslovu: <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=11685>.
- *Terapevtsko jahanje* [online]. Dostopno na spletnem naslovu: <http://www.cirius-kamnik.si/jahanje>.
- *Terapevtsko jahanje/Hipoterapija* [online]. Dostopno na spletnem naslovu: https://sl.wikipedia.org/wiki/Terapevtsko_jahanje.
- Tušak, M., in Tušak, M. (2002). *Psihologija konja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Žun, A. (2013). *Vpliv terapije s pomočjo konj in psihosocialnega svetovanja na mladostnika z vedenjskimi težavami*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, fakulteta za šport. Dostopno na spletnem naslovu: <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Diplome/Diploma22090016ZunAjda.pdf>.

- Žvikart, M. (2011). *Vpliv terapij s pomočjo konja na otroke z motnjami v razvoju*. Diplomsko delo. Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta. Dostopno na: <https://dk.um.si/Dokument.php?id=23221>.

10 PRILOGE

10.1 ANKETNI VPRAŠALNIK

Pozdravljeni! Sem Eva Baltić, dijakinja 4. letnika STSŠ Šolskega centra za pošto, ekonomijo in telekomunikacije in delam raziskovalno nalogo o vlogi jahanja pri zdravljenju različnih bolezni in motenj, torej o terapevtskem jahanju. Prosim vas, da izpolnite spodnji vprašalnik in na vprašanja odgovorite iskreno. Anketni vprašalnik je anonimen, vaši odgovori pa bodo uporabljeni zgolj za analizo rezultatov v raziskovalni nalogi.

A) Vprašanja za otroke

1. Spol anketiranca

M Ž

2. Katero bolezen oz. motnjo imate?

3. Koliko časa že hodite na terapije s konji?

4. Kakšni so bili vaši prvi občutki na konju?

5. Kako se počutite sedaj v bližini konja?

a) odlično

b) dobro

c) sproščeno

d) strah me je

e) jezno

6. Kaj delate s konjem pred jahanjem in po njem? (Možnih je več odgovorov.)

- a) božam ga
- b) skrtačim ga
- c) pogovarjam se z njim
- d) objemam ga
- e) hranim ga

7. Kakšno mnenje o konju imate?

b) Vprašanja za starše

8. Kako terapevtsko jahanje vpliva na bolezen oz. motnjo vašega otroka?

9. Kako bi opisali pristop vašega otroka do konja?

- a) ljubeč/nežen
- b) pozitiven
- c) odklonilen
- d) strahospoštovanje
- e) jezen
- f) drugo: _____

10. Kako bi opisali odnos vašega otroka do konja?

- a) obožuje ga
- b) rad ga ima
- c) ne zaupa mu
- d) boji se ga
- e) ne moreš ga ločiti od konja
- f) drugo: _____

11. S katero vrsto terapije se vaš otrok zdravi?

12. Koliko časa se vaš otrok že zdravi?

13. Kako pogoste si sledijo posamezne terapije?

a) enkrat na teden

b) nekajkrat na mesec

c) enkrat na mesec

d) drugo: _____

14. Ali terapija zadovoljuje vaša pričakovanja?

DA

NE

Prosim vas, če svoj odgovor na kratko obrazložite.

15. Kako se je konj prvič vedel do vašega otroka in ali se je to skozi terapije kaj spremenilo?

16. Ali menite, da bi vaš otrok lahko postal vrhunski jahač? Odgovor prosim na kratko obrazložite.

Najlepša hvala za vaše sodelovanje in vse dobro vam želim!

10.2 INTERVJU S PACIENTKO S CEREBRALNO PARALIZO

1. Najprej vas prosim za kratko predstavitev vašega konjeniškega centra in še posebej terapevtskega jahanja - koliko imate terapevtov in koliko ljudi je trenutno vključenih v redno terapevtsko jahanje.

Konjeniški klub Strmol v Rogatcu deluje kot društvo. Aktivnosti izvaja skozi prizmo prostovoljnega dela ljubiteljev konj iz lokalne skupnosti in bližnje okolice. Če te veseli delo s konji in druge oblike družbeno koristnega dela, te vabimo, da se nam pridružiš, postaneš član društva ter pridobiš veliko neformalnega znanja, družbenih kompetenc in socialnih veščin.

Konjeniški klub Strmol v svoji osnovni dejavnosti organizira šolo jahanja, pripravo in opravljanje izpitov Jahač 1 in Jahač 2, izobraževanje za tekmovalno licenco, športne treninge (dresura), vodeno jahanje, samostojno jahanje v maneži, jahanje oseb s posebnimi potrebami, terensko ježo po urejenih konjeniških poteh za izkušene jahače, najem boksa in oskrbo za konja, rehabilitacijo konj, izobraževanja, poletne tabore za otroke, zabavno-poučne izlete za člane, dobrodelne prireditve in druge dogodke.

V klubu je na voljo infrastruktura, ki omogoča tekmovanja v dresurnem jahanju, tekmovanja v vodenem jahanju, konjeniške igre in druge aktivnosti, poleg tega pa še 7 urejenih konjeniških poti različnih zahtevnosti in dolžin, ki nudijo odlično terensko ježo z

razglednimi točkami, ježo po neokrnjenih bukovih gozdovih Donačke gore, vse do doline reke Sotle, po poteh med polji, po vaseh in mimo turističnih znamenitosti.

V terapevtskemu jahanju trenutno v našem klubu sodeluje približno 15 terapevtov, v samo terapijo pa je vključenih okoli 50 uporabnikov, od tega 30 rednih.

2. Kako pri vas poteka terapevtsko jahanje? Katere vrste terapij uporabljate?

V Konjenskem klubu Strmol izvajamo hipoterapijo – fizioterapijo s pomočjo konja in psihoterapevtsko jahanje – psihoterapija s pomočjo konja. Naprej uporabnik s pomočjo terapevta v skladu z zmožnostmi pripravi svojega konja, nato se začne terapija, ki je prilagojena posameznikovim potrebam in poškodbam.

3. Ali je za terapevtsko jahanje pri vas veliko zanimanje?

Da, pri nas je zanimanja ogromno.

4. Ali pred terapijo poteka kakšen uradni pogovor z otroki in njihovimi starši oz. z odraslimi osebami s posebnimi potrebami, da se med seboj bolje spoznate?

Seveda, to je najbolj pomemben del začetka hipoterapije. Smotrno je, da tako starši oz. uporabniki kot zdravnik in terapevt povedo svoja pričakovanja oz. izboljšave, ki se pri terapiji lahko oz. se pojavijo.

5. Kako se izbere določena vrsta terapije za posameznika? Ali je to povezano z boleznijo oz. motnjo varovanca?

Vsekakor je to povezano tudi z zdravstvenim stanjem uporabnika. Vse pa je odvisno tudi od uvodnega pogovora s terapevti.

6. Koliko časa traja posamezna terapija v procesu zdravljenja določene bolezni oz. izboljševanja motnje?

Posamezna terapija pri meni traja 30 min.

7. Kakšni so učinki posamezne terapije, ki se uporablja pri vas?

Sama sem zadovoljna uporabnica terapij že skoraj 7 let, sicer pa kot oseba s cerebralno paralizo z izjemno povišanim tonusom v mišicah lahko povem, da je ob uporabi terapij tonus zmanjšan, gibljivost okončin pa je večja. Predvsem pa opažam ogromno razliko v mojem razpoloženju, večja je tudi samozavest.

8. Kakšen mora biti po vašem mnenju terapevtski konj?

Terapevtski konj mora biti predvsem miren, prilagodljiv.

9. Ali se po vašem mnenju ljudje, ki pridejo prvič na terapijo, konja bojijo in ali potrebujejo nekaj časa, da mu zaupajo – je prva terapija neke vrste spoznavna terapija?

To je odvisno od posameznika. Če se uporabnik s konjem še nikoli ni srečal, je prva ura namenjena spoznavanju konja in vsega, kar je z njim povezano. Če se je uporabnik s konjem že kdaj srečal, pa je prva ura namenjena vpeljavi v terapijo, kar pomeni pogovor z uporabnikom o tem, kaj in kako bo potekala terapija, in potem začetek same terapije.

10. Kaj bi vi glede na svoje izkušnje rekli, kakšen pristop in odnos imajo ljudje s posebnimi potrebami do konja?

Po mojih izkušnjah so vsi ljudje, ki na terapije prihajajo, do konja spoštljivi, pozorni, ljubeči.

11. Kako pa se po vašem mnenju odziva konj na ljudi s posebnimi potrebami?

Konj velja za izjemno boječo žival in konj mora najprej spoznati, da npr. invalidski voziček ni nevaren zanj. Ko pa se konj človeka navadi in teh vseh po njegovem mnenju nevarnih stvari, je konj do teh ljudi še posebej pozoren, ljubeč.

12. Ali lahko ljudje s posebnimi potrebami postanejo vrhunski jahači? Prosim, obrazložite vaš odgovor.

Po mojem mnenju ne, ker je jahalni šport lahko tudi precej nevaren.