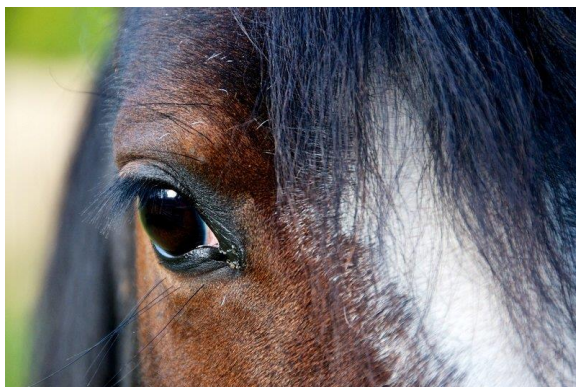




Preglov trg 8
1000 Ljubljana

Raziskovalna naloga
TERAPIJA S KONJI KOT POMOČ MLADOSTNIKOM
PODROČJE: Psihologija



Avtorici: Graciela Đurđić 7.r.; Ana Šum 7.r.

Mentorica: Eva Gašperšič

Somentorica: Barbara Čampa

Ljubljana, 2023

Beseda o raziskovalkah ...

Sva Ana Šum in Graciela Đurđić, sošolki in najboljši prijateljici, učenki 7. razreda OŠ Nove Fužine.

Ana: »Za raziskovalno nalogo sem se odločila, ker imam rada konje in bi se rada naučila jahati. Nekoč bi rada postala veterinarka, da bi lahko pomagala živalim. Menim, da bi moralo več otrok s težavami imeti različne vrste pomoči glede na težave in interes mladostnika, ki bi jim pomagala premagovati le-te.«

Graciela: »Za raziskovalno nalogo sem se odločila, ker rada jaham konje in me že dlje časa zanima, kako konji pozitivno vplivajo na mladostnike in njihove težave. Mislim, da bi morali imeti vsi mladostniki dostop do tovrstnega načina zdravljenja, predvsem pa bi moral biti brezplačen«.

ZAHVALA

Radi bi se zahvalili mentorici Evi Gašperšič, ki naju je usmerjala in nama dajala napotke skozi celotno pripravo raziskovalne naloge. Zahvalili pa bi se tudi somentorici Barbari Čampa, ki naju je spodbujala in nama stala ob strani. Razredničarki in učiteljici matematike Aleši Žandar se zahvaljujema za pomoč pri izdelavi grafov. Za vse pravilno zapisane besede se zahvaljujema učitelju Vitu Lavrenčiču, za tehnično pomoč pri oblikovanju naloge pa učitelju Klemnu Prebilu. Da smo lahko izvedli vse intervjuje, pa bi se radi prav tako zahvalili gospe Ajdi Čampa iz Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna in gospe Nini Korošec Mladenović iz Konjeniškega kluba Celje.

TERAPIJA S KONJI KOT POMOČ MLADOSTNIKOM

Osnovna šola Nove Fužine

Raziskovalci: Graciela Đurđić 7.r.;

Ana Šum 7.r.

Mentorica: Eva Gašperšič

Somentorica: Barbara Čampa

Ključne besede: konj, mladostništvo, terapija s konji, čustvene in vedenjske motnje

POVZETEK:

Konji so že od nekdaj igrali pomembno vlogo v človekovem življenju. Lajšali so mu vsakdan in omogočali preživetje. Kako pa so konji postali terapevti ljudem s težavami in kako uspešno, smo želeli izvedeti z našo raziskovalno nalogo.

V prvem delu smo razložili pojem mladostništvo, predstavili čustveno-vedenjske motnje mladostnikov in se dotaknili različnih vrst pomoči, med katere sodi tudi terapija s konji. V nadaljevanju predstavimo zgodovino konj, strokovno razdelitev jahanja in opis terapevtskega konja.

V drugem delu nas je zanimalo mnenje strokovnjakinj na področju terapije s konji. Intervju z njima nam je postregel z uporabnimi informacijami, ki smo jih uporabili v nadaljevanju raziskovalnega dela. Opis primera dečka z diagnozo ADHD, ki obiskuje našo šolo, smo predstavili kot primer dobre prakse pozitivnih učinkov terapije s konji. Naše začetne hipoteze smo želeli podkrepiti s pomočjo ankete, ki smo jo izvedli na naši šoli. Zanimalo nas je, koliko najstnikov se sooča s čustvenimi in/ali vedenjskimi motnjami. Zanimalo nas je še, ali poznajo terapijo s konji kot vrsto pomoči in/ali bi se v primeru težav poslužili tovrstne pomoči.

V zaključnem delu naše naloge smo povzeli rezultate ankete in jih podkrepili z odgovori naših intervjuvank. Skozi raziskovalno nalogo nam je uspelo spoznati raznolike, pomembne, pozitivne vplive konjev in učinke terapije z njimi na mladostnike s čustveno-vedenjskimi težavami.

KAZALO VSEBINE

1. UVOD.....	7
1.1. OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA	7
1.2 HIPOTEZE	8
2. TEORETIČNI DEL	9
2.1 MLADOSTNIŠTVO.....	9
2.2 MLADOSTNIKI IN ČUSTVENO - VEDENJSKE MOTNJE.....	9
2.3 NAJBOLJ RAZŠIRJENE OBLIKE MOTENJ	10
2.4 POMOČ MLADOSTNIKOM S TEŽAVAMI.....	12
2.5 KONJI SKOZI ZGODOVINO	12
2.6 TERAPEVTSKI KONJ	12
2.7 STROKOVNA RAZDELITEV TERAPEVTSKEGA JAHANJA.....	13
3. EMPIRIČNI DEL.....	15
3.1 METODE DE LA.....	15
3.2 INTERVJU Z IZVAJALKAMA TERAPIJE S KONJI	15
3.3 OPIS PRIMERA UČENCA NAŠE ŠOLE	21
3.4 ANKETIRANJE OSNOVNOŠOLCEV	23
3.5 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA.....	23
3.6 DISKUSIJA.....	30
4. ZAKLJUČEK	32
5. VIRI IN LITERATURA	33
6. PRILOGA	34

KAZALO SLIK

Slika 1: Kolaž slik	21
---------------------------	----

KAZALO TABEL

Tabela 1: Spol anketirancev	23
Tabela 2: Se trenutno soočaš s kakšnimi težavami na čustveni ali vedenjski ravni? ...	24
Tabela 3: Če si na prejšnje vprašanje odgovoril z DA, kakšne težave imaš?	25
Tabela 4: Kakšen je tvoj odnos do živali?	26
Tabela 5: Si že slišal za terapijo, ki jo izvajajo s pomočjo konj?	27
Tabela 6: Bi se v primeru težav obrnil/a na tako vrsto pomoči?	28

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Spol anketirancev	23
Graf 2: Se trenutno soočaš s kakšnimi težavami na čustveni ali vedenjski ravni?	24
Graf 3: Če si na prejšnje vprašanje odgovoril z DA, kakšne težave imaš?	25
Graf 4: Kakšen je tvoj odnos do živali?	26
Graf 5: Si že slišal za terapijo, ki jo izvajajo s pomočjo konj ?	27
Graf 6: Bi se v primeru težav obrnil/a na tako vrsto pomoči?	28

1. UVOD

1.1. OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

Z raziskovalno nalogo smo želeli predstaviti več pozitivnih učinkov terapije s konji. Ta vrsta terapij je že dokaj uveljavljena pri otrocih s posebnimi potrebami, saj imajo nekatere šole s posebnim programom ure terapije s konji vključene v šolski program. Sami pa smo hoteli raziskati, kako terapija s konji poteka in kako lahko vpliva na mladostnike s čustvenimi in vedenjskimi težavami.

Za to temo raziskovalne naloge smo se odločili, ker je tema zelo aktualna, ker je težav mladostnikov vedno več in ker je premagovanje težav s pomočjo živali lažje. Mnoge raziskave kažejo na pozitiven vpliv živali na otrokov razvoj in se odražajo na otrokov socialno-emocionalni razvoj, njegov kognitivni razvoj, na odnose in tudi počutje (Tušak in Tušak, 2002).

Raziskave kažejo, da se skoraj petina Evropskih mladostnikov sooča z razvojnimi, čustvenimi ali vedenjskimi težavami (Bajt, 2011). In ker je na naši šoli vsako leto več mladostnikov, ki potrebujejo dodatno strokovno pomoč prav iz teh razlogov, je to še dodaten razlog, ki spodbudi k raziskovanju tega problema.

Kot odrasli tudi mladostniki velikokrat za reševanje težav potrebujejo več kot le univerzalni pogovor s strokovnjaki. Potrebujejo aktivnost in nove dražljaje, skozi katere se veliko naučijo (Novak, 2017). Zato se zdi terapija s pomočjo konj kot možna alternativa, s katero bi se lahko mladostnikom s čustvenimi in vedenjskimi težavami bolj približali in pozitivno vplivali na njihovo psihofizično stanje. Pri vsem tem pa je zelo pomemben pravilen odnos do konja in poznavanje njegove narave (Bužan, 2010).

V naši raziskovalni nalogi si zastavljamo raziskovalno vprašanje, kako in če terapija s konji vpliva na mladostnike s težavami ter ali se le-ti sploh zanimajo za tovrstno terapijo. Raziskali bomo, kako prepoznana je terapija s konji med najstniki na naši šoli in če bi se v primeru težav za njo sploh odločili. Ker terapija vključuje delo z živalmi, naju je zanimal odnos naših učencev do njih. Z nalogo bi želeli učence opomniti tudi na druge vrste terapij, kot so jih morda poznali do sedaj, in jih opomniti na globlji pomen odnosa človeka in živali.

1.2 HIPOTEZE

Na osnovi lastnega razmišljanja in poznavanja obravnavane teme, smo na začetku raziskovanja postavili naslednje hipoteze:

H1: Terapija s konji spodbudi pomembne spremembe v vedenju in osebnostnem razvoju mladostnikov s čustveno-vedenjskimi težavami.

H2: Obstaja pomembna razlika v kvaliteti razpoloženja mladostnikov s težavami pred in po terapiji s konji.

H3: Veliko mladostnikov na Osnovni šoli Nove Fužine se srečuje s težavami/motnjami čustvovanja in vedenja.

H4: Mladostnike na Osnovni šoli Nove Fužine s čustveno-vedenjskimi težavami/motnjami zanimajo tovrstne terapije.

2. TEORETIČNI DEL

2.1 MLADOSTNIŠTVO

Ker naša raziskovalna naloga proučuje temo pomoči mladostnikom, je prav, da raziščemo, kdo mladostniki pravzaprav so oziroma kaj predstavlja mladostništvo. Vir Wikipedia navaja, da je mladostništvo »razvojno obdobje pri človeku med otroštvom in odraslostjo«. Začne se z nastopom pubertete in konča z vstopom v odraslost, torej približno med 11. (za dečke 13.) in 20. oz. 24. letom starosti« (Wikipedia). Vse se začne s puberteto, ki pomeni začetek telesnih sprememb iz otroka v dekle ali fanta. Sočasno pa se začne tudi duševno dozorevanje, t. i. »adolescenca«, ko se duševnost otroka spreminja v duševnost mladostnika (Žmuc Tomori, 1983). Za doraščajoče je to precej burno obdobje, čas, ki je poln sprememb in izzivov. Razne težave in krizna obdobja mladih v odnosu do staršev, vrstnikov, v šoli – prej ali slej minejo, saj so normalen del procesa odraščanja. Opora in razumevanje staršev in učiteljev pri iskanju sebe in svojega mesta v svetu je pri tem zelo pomembna. V nasprotnem primeru pa lahko dalj časa trajajoče čustvene in vedenjske težave postanejo motnje ali bolezenska stanja (Žmuc Tomori, 1983).

2.2 MLADOSTNIKI IN ČUSTVENO - VEDENJSKE MOTNJE

Motnje se izražajo v treh osnovnih skupinah:

- čustvene motnje (se kažejo navznoter: npr. tesnoba, depresija),
- vedenjske motnje (se odražajo navzven npr. kot agresivnost, uničevanje lastnine, uporništvu, laganje, kraje itd.),
- kombinacija obeh – kot čustvene in vedenjske motnje (v nadaljevanju ČVM).

Posledice vidimo v težavah pri vključevanju mladostnikov med ljudi oziroma v okolje. Praviloma se ČVM pojavljajo skupaj s primanjkljaji/motnjami na drugih področjih npr.:

- učne težave,
- motnje pozornosti in hiperaktivnosti (ADHD),
- avtizem idr.

Vzroki za različne oblike odstopanja v čustvovanju in vedenju mladostnikov, so praviloma mešanica bioloških, psiholoških in socialnih dejavnikov (Zavod RS za šolstvo, 2015).

2.3 NAJBOLJ RAZŠIRJENE OBLIKE MOTENJ

TESNOBA

Tesnoba je oblika strahu, neugodnega počutja, ki ga ustvarja neko nedoločeno pričakovanje. To se pogosto zgodi otrokom, ki niso dovolj samozavestni in trdni v sebi. Te obremenitve so si lahko zelo različne: negotovost, zaskrbljenost, strah, pričakovanje agresije iz strani očeta alkoholika, zahteva po uspehu otroka itd. Otroci tesnobo lahko kaže tudi preko vedenjskih motenj, ki mu začasno prinesejo olajšanje in ravnotežje v čustvenem doživljanju (Žmuc Tomori, 1983).

DEPRESIJA

Mladostniki so večkrat žalostni, potrti. Včasih tudi brez razloga. Vsako tako stanje še ni bolezenska žalost. Kadar pa obdobja potrtosti trajajo dolgo, se odražajo v mladostnikovih dejavnostih in vedenju, vplivajo na odnose z drugimi in ga v splošnem hromijo, takrat pa gre za depresivne motnje. Taka stanja pogosto spremlja samokaznovalno in samouničevalno vedenje (samopoškodbe, zastrupitve z zdravili idr.). Depresivni mladostnik nujno potrebuje ustrezno terapevtsko obravnavo (Žmuc Tomori, 1983).

VEDENJSKE MOTNJE

Nasprotovanje in kljubovanje v vedenju sta do neke mere normalna pojava v odraščanju mladostnikov. Problem nastane, ko se tako vedenje stopnjuje, postane razdiralno, se pojavlja v različnih okoljih (šola, dom) in vztraja dalj časa. Gre za vedenjske in čustvene težave, ki se kažejo v težavah pri sledenju pravilom, spoštovanju pravic drugih in izražanju sočutja. Vedenjske motnje se lahko kažejo kot agresivnost (do ljudi, živali), uničevanje lastnine, laganje, kraja idr. Mnogi otroci z vedenjskimi motnjami imajo lahko pridružene motnje (anksioznost, ADHD, učne težave). V mladostništvu in odrasli dobi lahko vodijo v kriminalna vedenja in težave v duševnem zdravju (brošura Rakitna, 2020).

UČNE TEŽAVE

Učne težave se pojavljajo v različnih oblikah, ni jih mogoče v celoti odpraviti in so lahko doživljenjske. Vplivajo na zmožnost pridobivanja spretnosti na področjih govora, jezika, branja, matematike ... Poznamo različne oblike učnih težav, kot so: disleksija (motnja branja), disgrafija (motnja pisanja), diskalkulija (motnja računanja). Poleg težav v šoli se pojavljajo še težave pri povezovanju z vrstniki. Zelo pomembna je zgodnja prepoznavna in ustrezna obravnava teh težav. Ni oblike zdravljenja niti zdravila, ki bi v celoti odpravila učne težave. Ustrezna in pravočasna strokovna pomoč lahko bistveno olajša težave in pomaga mladostniku naprej (brošura Rakitna, 2020).

ADHD – motnja pozornosti s hiperaktivnostjo (ang. Attention Deficit Hyperactivity Disorder).

Otroci z raznolikimi intelektualnimi sposobnostmi imajo lahko ADHD, ki pa pomembno otežuje izkazovanje njihovih sposobnosti v vsakodnevem življenju. Za osebe z ADHD so značilne težave s pozornostjo in koncentracijo, impulzivno vedenje in hiperaktivnost. Takšni otroci postanejo samostojni nekoliko kasneje kot vrstniki in se vedejo manj zrelo. Težje nadzorujejo svoja čustva in imajo pogosta nihanja in izbruhe. Ogroženi so za morebitne težave v mladostništvu in odraslosti (brošura Rakitna, 2020).

SPEKTROAVTISTIČNA MOTNJA

Težavo opazimo v interakciji in komunikaciji z drugimi, npr. ne uporabljajo očesnega stika, težko prepoznajo čustva drugih ljudi ... Imajo ozko polje interesov in izkazujejo zavzetost in zanimanje samo za specifično temo, področje ali vrsto predmetov, npr. pri igri uporabljajo samo avtomobilčke, lahko zbirajo kamne, jih zelo zanima vesolje, so nadarjeni za nekatere predmete, ki jih sploh nimajo še v učnem programu itd. Producirajo lahko ponavljajoče zvoke, npr. cviljenje, brundanje, čiščenje grla itd. Za svoje čustveno obdobje potrebujejo ponavljajočo se rutino, ker jih lahko zmoti že najmanjša sprememba te rutine. Velikokrat lahko imajo tudi pridružene težave (kot npr. ADHD) (brošura Rakitna, 2020).

2.4 POMOČ MLADOSTNIKOM S TEŽAVAMI

Mladostniki lahko najdejo pomoč za svoje težave pri starših, prijateljih, učiteljih ... Če gre za resnejše težave ali motnje pa so lahko v pomoč tudi zdravniki in strokovnjaki v ustreznih ustanovah (psihologi idr.) Zanimive oblike pomoči mladostnikom so tudi različne terapije z živalmi. Največkrat slišimo, da se pri tovrstnih oblikah pomoči uporabljajo psi in konji, a ne običajni, temveč posebej izurjeni oz. terapevtski. Ker je terapija s konji pritegnila našo posebno pozornost, smo se odločili, da jo podrobneje raziščemo.

2.5 KONJI SKOZI ZGODOVINO

Konji so že od nekdaj sopotniki ljudi in imajo od vseh živali po vsej verjetnosti največji vpliv na človeško zgodovino. To med drugim dokazuje tudi jamska risba iz Francije. S konji so lažje obdelovali polja, omogočili so hiter dostop do območij, ki so jih ljudje s hojo težje dosegli. Tako so spoznavali nova ljudstva in nove kulture (Willmer, 2022).

Več kot dva tisoč let so bili v času vojn in v miru konji najpomembnejši pomočniki ljudi. Kasneje so konje v večini zamenjali stroji. Danes konje uporabljajo za razne hobije, tekmovanja, pomočnike, v nekaterih poklicih in tudi v psiho-medicinske namene, kot je terapija s konji.

2.6 TERAPEVTSKI KONJ

Konj, ki ga uporabljajo za terapevtske namene, mora biti sodelovalen, pripravljen na delo in dojemljiv (White-Lewis, 2019). Ker so konji zelo socialne živali (Marinšek in Tušak, 2007), je pomembno, da spoznajo uporabnika in njegovo drugačnost oziroma težavo. Za terapijo s konji mora biti izbran konj, ki ima določene lastnosti. Primerni konji so tisti, ki so umirjeni, vodljivi in potrpežljivi. Tak konj pozitivno vpliva na energijo uporabnika in posledično na rezultat terapije. Agresivni, leni, otopeli, živčni ali temperamentni konji za terapije niso primerni (Marinšek in Tušak, 2007). Terapija s pomočjo konja je namenjena tako posameznikom kot skupinam. Njeno bistvo ni v tem, da bi se učili dela s konjem ali jahanja. Pri terapiji sodeluje konj kot posrednik med terapevtom in klientom. Terapevt opazuje vedenje konja saj je konj zrcalo klientovega

vedenja in počutja med opravljanjem različnih aktivnosti. Ob konju se udeleženci spontano učijo graditi odnose, sodelovati in ustvarjalno reševati težave. Konj je izvrsten član terapevtskega tima pri premagovanju strahov, pa tudi pri krepitvi občutka samozavesti, in zaupanja v lastne sposobnosti, gradnji občutka odgovornosti, prepoznavanju in upoštevanju skupno postavljenih pravil (Pušavec, 2016).

2.7 STROKOVNA RAZDELITEV TERAPEVTSKEGA JAHANJA

Terapevtsko jahanje se deli na štiri osnovna področja: medicino, psihologijo, pedagogiko in konjeniški šport (Bužan, 2010).

HIPOTERAPIJA

Je fizioterapevtska metoda in izhaja iz grške besede »hippos«, ki pomeni konj. Pri njej se ne uporablja sedlo ali stremena, otrok aktivno sedi na konju in ne vpliva na konjevo gibanje. Otrok se mora prilagoditi gibanju konja, zato konjevo gibanje omogoči avtomatske reakcije. Konjeva hoja odda v otrokovo telo 110 večdimenzionalnih impulzov na minuto, kar pri otroku povzroči reakcijo, kakršne ne moremo izvabiti z drugimi nevrološkimi metodami (Heine, 1997).

Konji imajo edinstvene značilnosti, zaradi katerih so v pomoč pri terapiji. Zrcalijo naša vedenja, naše misli in počutje, ki se jih sami ne zavedamo. Učijo nas biti prisotni v sedanjem trenutku, postaviti jasna pravila in meje ter se jih tudi držati, imeti pristno samozavesten nastop in notranjo držo ter se spraševati, če je to, kar čutimo, res skladno s tem, kar sporočamo.

Predpiše se bolnikom z nevrološkimi gibalnimi motnjami. Metoda se uporablja, ko s konvencionalnimi metodami zdravljenja ni mogoče doseči popolnega uspeha. Sem spada tudi ergoterapija, ki jo izvaja delovni terapevt. Ergoterapija je oblika terapije, ki se ukvarja s telesno aktivnostjo in procesom zdravljenja človeka (Bužan, 2010).

PSIHOTERAPIJA S KONJI

Psihoterapija s pomočjo konja temelji na odnosu in nebesedni komunikaciji med konjem in človekom. Terapevt opazuje razvoj odnosa in medsebojne odzive, na podlagi tega pa posreduje in usmerja proces. To počne tako, da pacient začne prepoznavati in razumeti svoje in konjeve odzive (Bužan, 2010).

PEDAGOŠKO JAHANJE

Konj z zdravilnim pedagoškim jahanjem doseže pozitivne spremembe človekovega obnašanja. S tem se jahalno pedagoška vsebina in ravnanje s konjem prepletata s celotnim človeškim telesom (Bužan, 2010).

KONJENIŠKI ŠPORT – PARAKONJENIŠTVO

Športno jahanje omogoča ljudem z različnimi okvarami, da zavzamejo določeno mesto v jahalnem športu. Nekateri imajo možnost udeležbe v normalni športni ekipi, drugim jahalno igro oz. zapolnitev prostega časa (Bužan, 2010).

3. EMPIRIČNI DEL

3.1 METODE DELA

Da bi pridobili podatke o vplivu terapije s konji na težave, s katerimi se srečujejo mladostniki, smo pripravili anketni vprašalnik in intervju. Vzorec anketiranih so bili učenci Osnovne šole Nove Fužine od 7. do 9. razreda. Poleg teh dveh metod smo kot praktični prikaz pozitivnega delovanja te vrste terapije vzeli primer dečka, ki se je udeležil terapije in povzeli njegovo izkušnjo ter rezultate terapije. Povzeli smo jih z dovoljenjem staršev.

3.2 INTERVJU Z IZVAJALKAMA TERAPIJE S KONJI

Nekaj vprašanj smo kot del raziskovanja zastavili strokovnjakinjama na tem področju in izvajalkama terapij s konji. Prva, ki smo ji postavili nekaj vprašanj je Ajda Čampa, psihosocialna svetovalka in terapevtka s pomočjo konj, ki dela v Mladinskem klimatskem zdravilišču Rakitna.

Druga intervjuvanka je Nina Korošec Mladenović, prof. biologije in kemije, mag. inkluzivne pedagogike, v konjeniškem svetu pa sem tudi inštruktorica jahanja in terapevtka za TPK (terapije s pomočjo konja).

Za koga je primerna terapija s konji?

Ga. Čampa: Terapija s konji je primerna za vse – za mlajše otroke, mladostnike in starejše. Za težko bolne osebe, za osebe z razvojnimi primanjkljaji ali kot podpora pri duševnem zdravju.

Ga. Korošec Mladenović: Terapija s pomočjo konja (v nadaljevanju jo bom navajala s kratico TPK), poteka različno glede individualnih posebnosti njenega uporabnika. Načeloma pa poteka tako, da z uporabnikom prideva v jahališče do konja, kjer konja pozdravi, se ga, če želi, dotakne, ga poboža. Po pozdravu tudi ostalih članov ekipe TPK konja pelje/vodi na povodcu dva kroga, da se oba spoznata in malo ogrejeta. Nato z uporabnikom pogledava (če uporabnik govori in je sposoben razumeti) in pregledava načrt dela za ta dan. Konja nato zajaha in v sedlu izvaja razne naloge,

vaje, štejeva, računava, se pogovarjava, žogava, mečeva na koš, se igrava igro vlog ... Po končanem jahanju konja ponovno pelje kakšen krog in ga preda naslednjemu jahaču oz. odpelje konja v hlev, kjer pomaga pospraviti jahalno opremo in da konju priboljšek.

Ali so terapije različne glede na težave, ki jih ima oseba?

Ga. Čampa: Res je, vrste terapij s konji se razlikujejo glede na težave posameznika in strokovno usposobljenostjo terapevta. Ločimo štiri glave vrste terapij s pomočjo konj:

- HIPOTERAPIJA je namenjena gibalno oviranim osebam, izvaja jo strokovno usposobljen fizioterapevt ali delovni terapevt;
- PEDAGOŠKO JAHANJE je namenjeno osebam z motnjo v duševnem razvoju in jo izvaja usposobljen specialni pedagog ali defektolog;
- PSIHOTERAPIJA S KONJI je namenjena posameznikom s težavami v duševnem zdravju, razvojnimi ali psihosocialnimi težavami, izvaja jo strokovno usposobljen psihoterapevt;
- PARAKONJENIŠTVO je namenjeno invalidnim osebam, ki bi si želele pridobiti športna znanja s področja konjenišтва, izvaja ga strokovno usposobljen inštruktor jahanja.

Ga. Korošec Mladenović: TPK je primerna in je uspešna za slepe in slabovidne, za osebe z MAS (motnjo avtističnega spektra), osebe z motnjo v duševnem razvoju, za gibalno ovirane osebe, osebe z psihičnimi motnjami, vedenjskimi motnjami, za osebe z motnjami čustvovanja, motnjami komunikacije, za osebe s pomanjkanjem pozornosti in hiperaktivnostjo – ADHD, pri osebah z nizko samopodobo, z motnjo hranjenja, za osebe, z motnjo senzorne integracije, osebah z depresijo, po spolnih zlorabah ...

Se za terapijo s konji odločijo tudi najstniki, ki imajo težave v odraščanju?

Ga. Čampa: V Mladinskem klimatskem zdravilišču Rakitna izvajamo predvsem psihoterapevtsko, psihosocialno obliko terapije s konji, ki je namenjena predvsem otrokom in mladostnikom, ki imajo težave v odraščanju in druge psihosocialne stiske. Pri delu se srečujemo predvsem z najstniki, ki potrebujejo podporo pri zdravem odraščanju in učenju reševanja težav.

Ga. Korošec Mladenović: Najstniki sami niti ne izražajo samoiniciativno želje in potrebe po tovrstnih terapijah. Večinoma se name obrnejo njihovi starši, ki želijo svojemu otroku pomagati še s to obliko terapije.

Katere so najpogostejše težave najstnikov, ki pridejo na to vrstno terapijo?

Ga. Čampa: Najpogostejše težave so predvsem na področju duševnega zdravja. Na terapijo prihajajo otroci in mladostniki, ki imajo težave s slabo samopodobo, težavami pri šolskem delu, strahom pred šolo ali vrstniki. So nemirni, imajo težave z zbranostjo, vedenjskimi, govornimi težavami, se soočajo s stresom, anksioznostjo, depresijo in se spoprijemajo s čustvenimi stiskami.

Ga. Korošec Mladenović: Osebe s pomanjkanjem pozornosti in hiperaktivnostjo – ADHD, osebe z nizko samopodobo, z motnjo hranjenja, osebe z motnjo senzorne integracije, osebe z depresijo, po spolnih zlorabah ...

Kako terapije s konji vplivajo na mladostnike in njihove težave?

Ga. Čampa: Konji so odlični učitelji, vzgojitelji in terapevtski partnerji v procesu, ki ne sodijo, odpuščajo in puščajo možnosti za nove poizkuse, poti. So velika, umirjena bitja, ki nas lahko nesejo in nam nudijo občutek varnega zavetja. Ob njih se mladostniki učijo sodelovanja, potrpežljivosti, upoštevanja navodil in reševanja težav. To vpliva na njihove težave in preko dela z njimi lahko doživijo popravilno izkušnjo, ki jo lahko prenesejo v vsakdanje življenje.

Ga. Korošec Mladenović: Konj deluje tu kot odličen motivator, bodisi za lažji pogovor o njihovi težavi bodisi za doseganje svojih zastavljenih ciljev, ki sem si jih zadala za delo z njimi. Žival namreč veliko bolj pritegne pozornost kot drugi dražljaji. Ker TPK izhaja iz različnih pedagoških, psiholoških, socialno integrativnih in psihoterapevtskih pristopov, lahko z njo posegamo na vsa človekova področja in tako poiščemo tisto "nekaj", kar bo za našega uporabnika primerno.

Ali se Vam zdi, da bi moralo tudi v teh primerih to kriti zdravstveno zavarovanje?

Ga. Čampa: Da bi terapijo s pomočjo konj krilo zdravstveno zavarovanje oz. bi jo lahko osebni zdravnik predpisal kot priporočljivo obliko zdravljenja, bi bilo zelo dobro. Žal pa

trenutno še ni v veljavi zakon, ki bi to omogočal. Za to si prizadeva veliko delovnih skupin, saj je vse več študij in dokazov, kako živali blagodejno vplivajo na ljudi.

Ga. Korošec Mladenović: Vsekakor. Ampak smo še zelo daleč od tega, da bo katerakoli oblika terapevtskega jahanja postala toliko priznana, da jo bomo lahko dobili na recept. Žal.

Kolikšna je povprečna starost najstnikov s težavami, ki pridejo na terapijo s konji?

Ga. Čampa: Starost najstnikov, ki prihajajo na terapijo s konji je med 12 in 20 let. V povprečju je največ mladostnikov, ki zaključujejo osnovno šolo in so na prehodu v srednjo šolo.

Ga. Korošec Mladenović: Od 11 do 15 let.

Ali se Vam zdijo te terapije pomembne za mladostnike, ki imajo težave v psihosocialnem razvoju?

Ga. Čampa: Seveda, terapija s konji je neke vrste podporna terapija, kjer lahko na spontan način učinkuje in pomaga pri razreševanju težavah ali osebnih stik. Delo poteka zelo nedirektivno, kar pomeni, da mladostniki pogosto nimajo občutka, da so na terapiji in pogovor in doseganje ciljev poteka spontano preko dela s konji.

Ga. Korošec Mladenović: Gledano s stališča terapevte, vsekakor. Gledano z drugega zornega kota oz. če imam v mislih tudi to, da TPK sploh še ni poznana pri nas, pa mladostnikom ni tako pomembna, prej njihovim staršem.

Kako opazite razliko v razpoloženju/obnašanju/odnosu najstnikov pred obiskom in po končani terapiji?

Ga. Čampa: Razlika v razpoloženju je očitna. Pred začetkom so najstniki pogosto zadržani in preplavljeni z lastnimi občutki in mislimi. Izkušveno delo s konji jih spodbuja, da so ves čas prisotni »tukaj in zdaj«, pozornost se preusmeri na žival in lastno doživljanje. Ob tem jih spodbujajo, da raziskujejo lastno doživljanje in čutenje. Po srečanju veliko posameznikov poroča o umirjenosti, povezanosti in sreči, ki so jo dobili po stiku s konjem.

Ga. Korošec Mladenović: Opažam, da se na koncu terapevtske obravnave sprostijo in lažje navežejo stik z mano in mojo ekipo, pokažejo svoja čustva, se "odprejo". Se pa seveda nekateri posamezniki res ne najdejo v tovrstnih terapijah in jih včasih celo odklonijo. Nismo vsi za vse.

Ali se otroci in mladostniki v stiku z konji sprostijo in ali se jih na začetku bojijo?

Ga. Čampa: Pogosto se zgodi, da se posamezniki konj zaradi svoje velikosti tudi bojijo. Zato vse udeležence pred začetkom dela seznanimo z značilno konjsko telesno govorico, da znajo prepoznavati njihove odzive in se pri tem počutijo varnejše. Delo je prilagojeno vsakemu posamezniku posebej in njegovemu tempu želje po stiku s konjem. Nobenega ne silimo v stik s konji – aktivnosti prilagodimo tako, da jih lahko tudi le opazuje iz varnega prostora. Ob vzpostavitvi varnega odnosa s konjem pa se otroci in mladostniki sprostijo.

Ga. Korošec Mladenović: Strah do tako velikih živali je vedno prisoten in, gledano z varnostnega vidika, prav je, da nas je ob prvem stiku s konji malo strah. Lahko pa povem, da se velika večina uporabnikov tekom terapije sprosti in ta strah počasi izzveni.

Ali imate tudi kakšnega mladostnika, ki je bil žrtev spolnih zlorab ali nasilja?

Ga. Čampa: Pri našem delu se srečujemo tudi z mladostniki, ki so bili žrtve spolnih zlorab ali nasilja. Tem posameznikom pri terapiji s konji omogočimo še posebno varen in udoben prostor, v katerem se bodo lahko sprostili zaupali lastne stiske. Pri svojem delu sem opazila, da mladostniki stiske veliko lažje zaupajo konju in jih podelijo v drugačnem terapevtskem okolju.

Ga. Korošec Mladenović: Žal tudi.

Po vašem mnenju, je ta vrsta terapij bolj zanimiva za mladostnike od klasične s pogovorom?

Ga. Čampa: Zagotovo, saj poteka v aktivnem naravnem okolju, ob prisotnosti živali. To delo nam preko pogovora nudi še čutno izkušnjo, ki si jo po navadi podrobneje zapomnimo. Konji imajo velik motivacijski faktor, ki otroke in mladostnike pritegnejo k

delu. Pri psihoterapevtskem delu pa lahko uporabimo še posebno značilnost konj, da nam lahko zrcalijo naša vedenja, misli in počutje, preko katerega lažje ozavestimo lastne občutke in zaznave.

Ga. Korošec Mladenović: Ja. Kot sem omenila že prej.

Koliko mladostnikov s psihosocialnimi težavami na letni ravni pride k vam na terapijo?

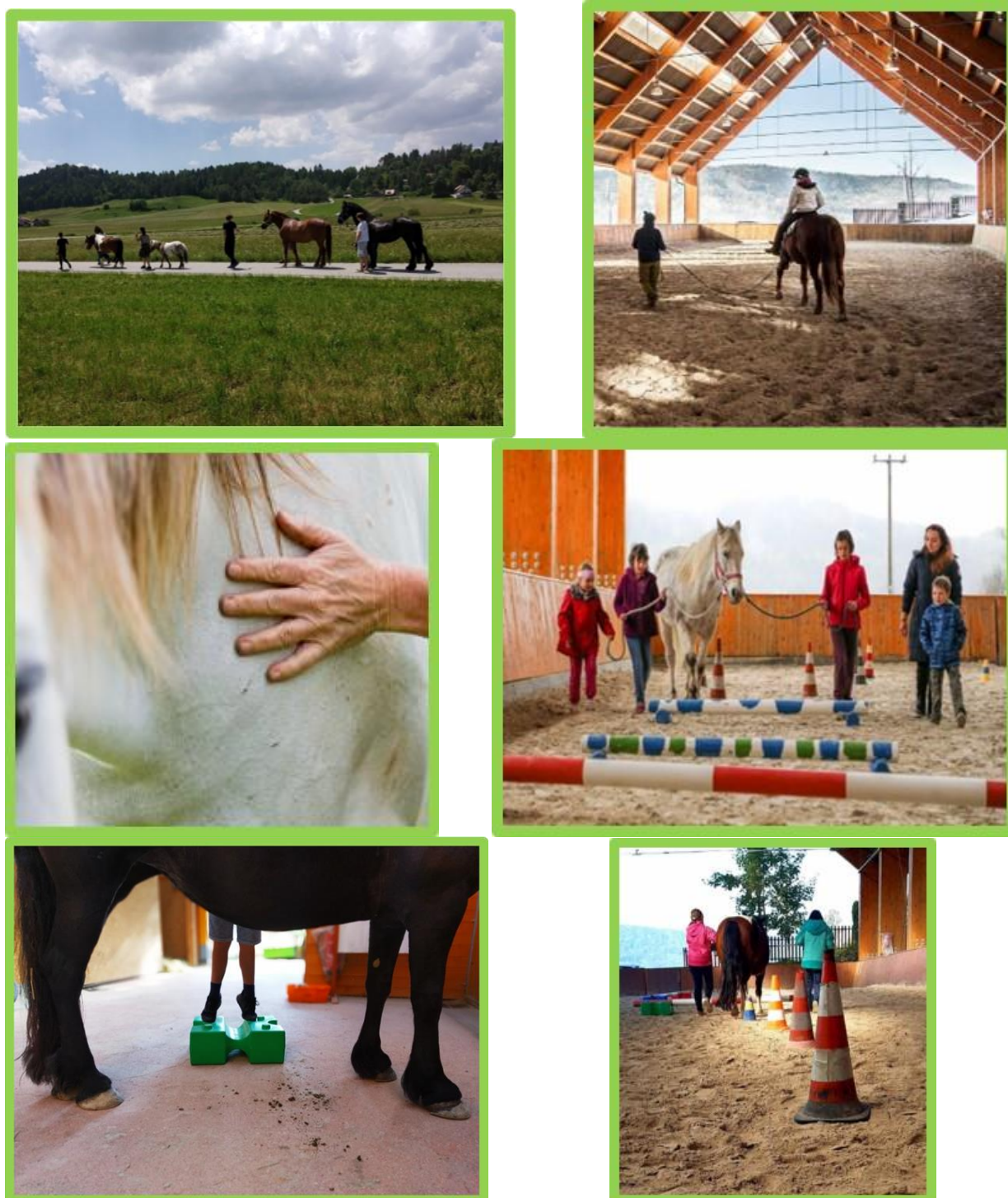
Ga. Čampa: V zdravilišču Rakitna se letno zvrsti okoli 300 otrok in mladostnikov s psihosocialnimi težavami, ki so vključeni v programa šole zdravega odraščanja in reintegracije.

Ga. Korošec Mladenović: Ker sodelujem s šolo za otroke s posebnimi potrebami, kjer je tudi nekaj takih uporabnikov, bi ocenila da okoli 10.

Je zanimanja več, kolikor ga lahko izvedete?

Ga. Čampa: Trenutno je zanimanje toliko, kot ga lahko sproti izvedemo. Čakalne dobe so približno mesec dni. Ob tem se zavedamo, da veliko otrok in mladostnikov, njihovih staršev ali strokovnih delavcev ne pozna načinov zdravljenja in možnosti vključitve v programe Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna. Več informacij o naših programih in slikovnega gradiva lahko najdete na naši spletni strani Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna (<https://www.mkz-rakitna.si/>) ali se obrnete na osebnega zdravnika, ki lahko izda napotnico za brezplačno zdravljenje in sprostitev v naravnem okolju zdravilišča Rakitna.

Ga. Korošec Mladenović: Res je, da v zadnjem času opažam, da je zanimanje za TPK v porastu. Zaenkrat še vse lahko izvedem.



Slika 1: Kolaž slik (vir: arhiv Mladinsko klimatskega zdravilišča Rakitna)

3.3 OPIS PRIMERA UČENCA NAŠE ŠOLE (z izkušnjo terapije s konjem)¹

Gašper², 10 let, diagnoza: težja oblika ADHD in pridružena disleksija.

Gašper ima zelo izrazite motnje pozornosti in hiperaktivnosti. Je izstopajoče nemiren, potrebuje veliko gibanja, da potem lažje opravlja mirnejše in zahtevnejše miselne dejavnosti. Vse to zelo vpliva na šolsko delo in uspešnost, še toliko bolj, ker ima deček tudi težave disleksične narave (motnje branja in pisanja). Običajne so hitre in nepremišljene reakcije in povečan gibalni nemir. Spremljajo ga tudi čustvene težave (obvladovanje lastnih čustev in prepoznavanje čustev drugih ljudi). Posledično se nemalokrat sooča tudi z vedenjskimi izzivi v odnosih z vrstniki (izbruhi jeze). V decembru 2022 je bil sprejet v program Šole zdravega odraščanja na Rakitni z namenom uravnavanje vedenja in čustvovanja ter krepitev samouravnavanja*.

V okviru programa je bil vključen v vse terapevtske in podporne prostoročne dejavnosti: poleg podporne individualne in skupinske psihoterapije tudi aktivnosti s konji in malimi živalmi, športne in kreativne delavnice. To je bil njegov drugi poskus bivanja tu. Prvega je namreč (v marcu 2021 kot 8-letnik) zaradi domotožja in neupoštevanja pravil zaključil že po štirih dneh (uporniško vedenje, nesodelovanje, trma, izbruhi jeze). Pri aktivnosti v jahalnici se je na prvem srečanju sprva navezoval na sovarovanja, ki ni hotel sodelovati. Občasno je na negativen način vzbujal pozornost in bil nasilen do sovarovancev (metanje mivke v obraz). Do konja je čutil strahospoštovanje. V drugem poskusu bivanja na Rakitni pa je vztrajal do konca programa. *Kljub svojim težavam (izstopajoč nemir) se je uspešno vključil v vrstniško skupino, ni bil konflikten, v skupini je bil priljubljen, ubogljiv in spoštljiv. Terapij s konji se je rad udeleževal in je bil pri delu izredno radoživ. Na opozorila se je odzival in se je uspešno zadržal. Povedal je, da ga konji zanimajo. S konjem se je lepo povezal in bil pozoren na njegove odzive in reakcije. Na konju je bil zelo pogumen in se ustrezno gibal (dober občutek za simetrijo). Med jahanjem je imel veliko idej, ki jih je želel preizkusiti*. Njegova učiteljica dodatne strokovne pomoči na šoli nam je v razgovoru potrdila, da se je deček vrnil z Rakitne zelo dobro razpoložen, lepih spominov, med katerimi je druženje s konji več kot očitno našlo pri njemu posebno mesto. Ob spodbudi je npr. podrobno opisal posamezne posebnosti v vedenju konja in ob tem vidno žarel.

¹ povzetki iz odpustnega pisma Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna - poročilo psihološke službe ter razgovor s socialno pedagoginjo OŠ Nove Fužine

² ime učenca je izmišljeno

3.4 ANKETIRANJE OSNOVNOŠOLCEV

V anketiranje je bilo vključenih 115 učencev Osnovne šole Nove Fužine iz 7., 8. in 9. razreda. Starost anketirancev se je gibala med 11 in 16 let. V vsakem razredu smo razdelili kratko anketo s šestimi vprašanji.

Z anketo smo hoteli izvedeti, če imajo oziroma se zavedajo svojih težav, s kakšnimi težavami se srečujejo in kasneje še, če bi se v primeru resnejših težav, s katerimi se srečujejo kot najstniki, zatekli k terapiji s pomočjo konj. Z anketo smo hoteli izvedeti, če so najstniki na naši šoli sploh seznanjeni s to vrsto terapije kot eno izmed možnosti pomoči pri čustveno-vedenjskih težavah.

3.5 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

Za boljšo preglednost smo grafe ponazorili v tortnem ali grafičnem prikazu.

Graf 1: Spol anketirancev

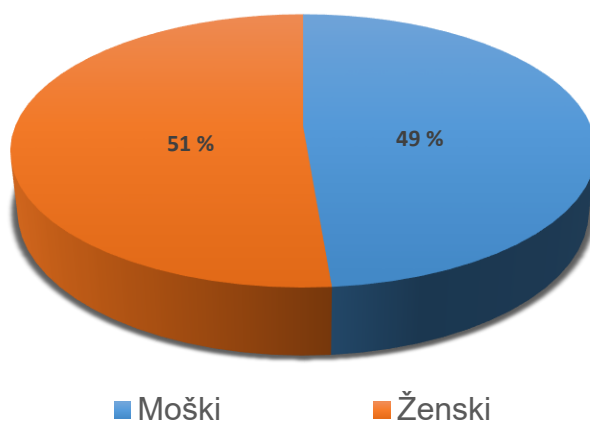


Tabela 1: Spol anketirancev

Spol	Št. učencev	Odstotek (%)
Moški	56	49
Ženski	59	51

V anketi je sodelovalo 59 osnovnošolk, kar predstavlja 51 odstotkov vseh anketirancev, in 56 osnovnošolcev, kar predstavlja 49 odstotkov vseh anketirancev.

Graf 2: Se trenutno soočaš s kakšnimi težavami na čustveni ali vedenjski ravni?

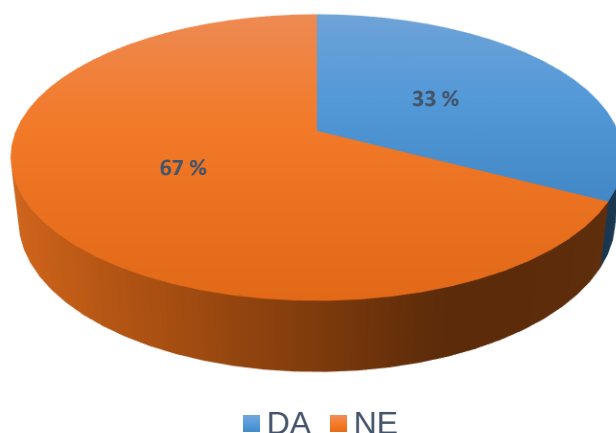


Tabela 2: Se trenutno soočaš s kakšnimi težavami na čustveni ali vedenjski ravni?

Odgovor	Št. učencev	Odstotki (%)
Da	37	33
Ne	76	67

Anketirancem sta bila ponujena odgovora DA in NE. Z grafa 2 je razvidno, da se 33 odstotkov učencev sooča s čustvenimi ali vedenjskimi težavami. Na prvi pogled se zdi, da je navedeni odstotek precej manjši od odstotka učencev, ki so odgovorili z NE, a če pomislimo, da to pomeni, da ima vsak tretji učenec čustvene ali vedenjske težave, ta delež postane kar pomembno velik. Analiza odgovorov na to vprašanje nam hkrati potrjuje tretjo hipotezo naše raziskovalne naloge, ki pravi, da se veliko mladostnikov srečuje s težavami/motnjami v čustvovanju in vedenju.

Graf 3: Če si na prejšnje vprašanje odgovoril z DA, kakšne težave imaš?

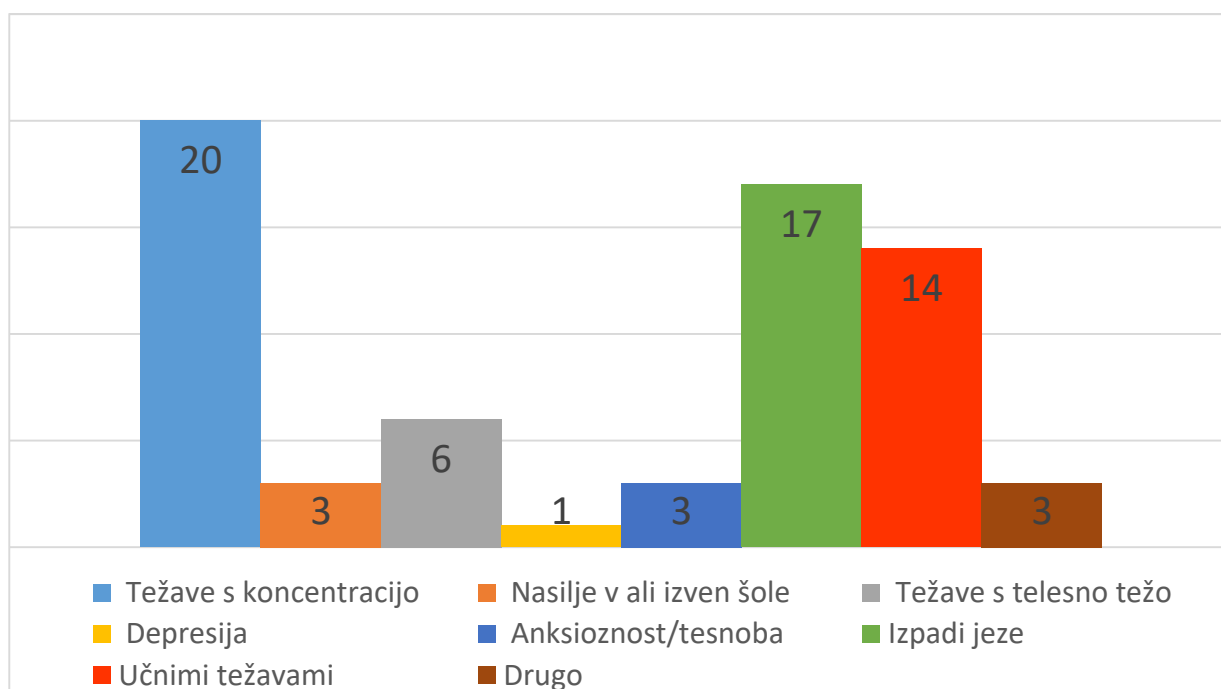


Tabela 3: Če si na prejšnje vprašanje odgovoril z DA, kakšne težave imaš?

Odgovor	Št. odgovorov
Težave s koncentracijo	20
Nasilje v šoli ali izven nje	3
Težave s telesno težo	6
Depresija	1
Anksioznost / tesnoba	3
Izpadi jeze	17
Učnimi težavami	14
Drugo	3

Učenci, ki so na vprašanje, če se soočajo s težavami odgovorili z DA, so pri drugem vprašanju lahko izbirali med osmimi različnimi možnimi odgovori in tako opredelili vrsto svojih težav. Imeli so možnost, da obkrožijo več odgovorov, saj se lahko soočajo z več čustvenimi ali vedenjskimi motnjami hkrati. Zato rezultati niso podani v odstotkih, ampak po številu posameznih odgovorov. Med odgovori smo ponudili nekaj najpogostejših pojavnih oblik čustveno vedenjskih težav/motenj. Navedli smo

pravzaprav tiste motnje, ki so najpogostejše zastopane pri mladih koristnikih terapij s pomočjo konj (kot smo jih lahko razbrali v odgovorih naših intervjujev s terapevtkami). Z grafa 3 je razvidno, da sta najbolj zastopani težavi najstnikov na naši šoli težava s koncentracijo in izpadi jeze. Na tretjem mestu sledijo učne težave, posamezni učenci pa se spopadajo še s težavami s telesno težo, nasiljem v ali izven šole, anksioznostjo/tesnobo, depresijo.

Graf 4: Kakšen je tvoj odnos do živali?

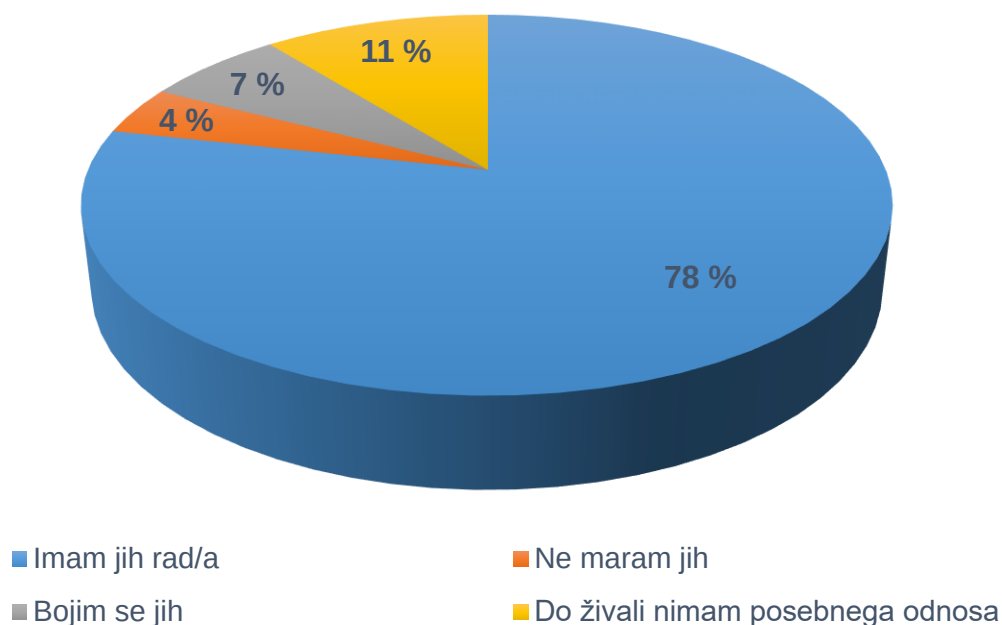


Tabela 4: Kakšen je tvoj odnos do živali?

Odgovor	Št. odgovorov	Odstotki (%)
Imam jih rad/a	95	78
Ne maram jih	5	4
Bojim se jih	8	7
Do živali nimam posebnega odnosa	13	11

Z rezultati tega vprašanja smo želeli izvedeti, kakšen je odnos mladostnikov do živali, saj je pri terapiji s pomočjo konj pomembno, da subjekt, ki nudi pomoči (v našem primeru konj) ni nekaj, kar že v osnovi ne maramo. Drugače je, če se živali bojimo. Kot je bilo rečeno že v intervjuju, je veliko mladostnikov, ki se konj že zaradi same velikosti na začetku bojijo, a s časoma ta strah izzveni. Rezultati naše ankete kažejo, da je kar 78 odstotkov anketirancev obkrožilo, da imajo živali radi. Predvideva se lahko, da bi pri njih v primeru, da bi se po potrebi udeležili terapije s konji, le-ta potekala uspešneje v primerjavi z mladostniki, ki so odgovorili, da do živali nimajo posebnega odnosa, da se jih bojijo ali pa celo ne marajo.

Graf 5: Si že slišal za terapijo, ki jo izvajajo s pomočjo konj ?

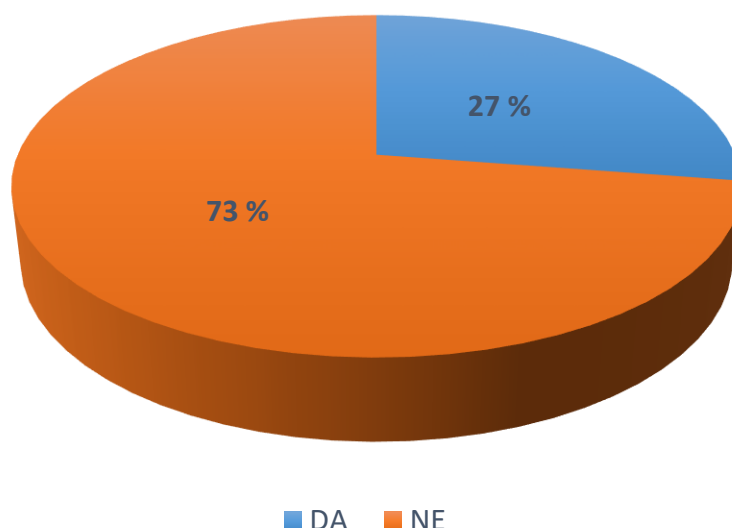


Tabela 5: Si že slišal za terapijo, ki jo izvajajo s pomočjo konj?

Odgovor	Št. učencev	Odstotki (%)
Da	31	27
Ne	82	73

Glede na to, da je terapija s pomočjo konj kot terapija pomoči še dokaj neznana, nas je zanimalo, če so učenci naše šole seznanjeni, da obstaja tudi taka vrsta pomoči. Ponujena sta bila odgovora DA in NE. Glede na to, da kar 73 odstotkov učencev še nikoli ni slišalo za to vrsto pomoči, je na tem področju v smislu večje »promocije« t. j. obveščanja javnosti in širjenja poznavanja tovrstne pomoči, zlasti med mladimi, še ogromno maneverskega prostora.

Graf 6: Bi se v primeru težav obrnil/a na tako vrsto pomoči?

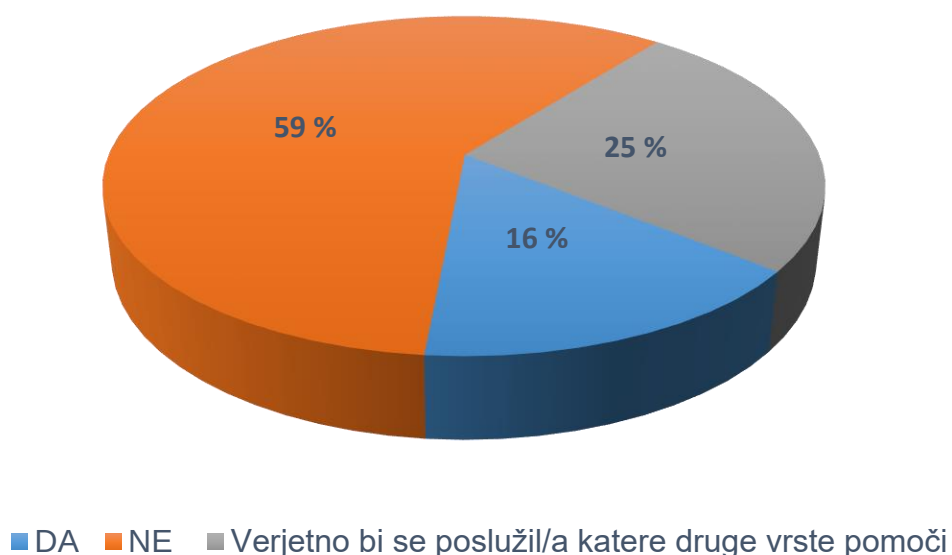


Tabela 6: Bi se v primeru težav obrnil/a na tako vrsto pomoči?

Odgovor	Št. učencev	Odstotki (%)
Da	18	16
Ne	68	59
Verjetno bi se poslužil/a katere druge vrste pomoči	29	25

Peto vprašanje naše ankete je raziskovalo, ali bi učenci v primeru težav koristili terapijo s pomočjo konj. Na voljo so bili odgovori DA, NE in »verjetno bi se poslužil/a

katere druge vrste pomoči«. Kot je razvidno iz grafa 6, se anketirani učenci naše šole v večini ne bi odločili za to vrsto pomoči. Samo 16 odstotkov učencev je namreč odgovorilo, da bi se poslužili te vrste terapije. Večina se zanjo bodisi ne bi odločila bodisi bi izbrala drugo vrsto pomoči. Zakaj je temu tako, ne vemo, bi pa bilo zanimivo raziskati, zakaj se za to vrsto terapije v večini ne bi odločili, čeprav ima večina anketirancev, kot so pokazali odgovori na tretje vprašanje naše ankete, sicer rada živali. So pa rezultati analize petega vprašanja naše ankete tudi ovrgli našo hipotezo št. 4, ki pravi, da mladostnike s čustveno-vedenjskimi težavami/motnjami zanimajo tovrstne terapije.

3.6 DISKUSIJA

Rezultati naše raziskave so v določenih točkah precej predvidljivi. Tako intervju kot anketa potrjujeta večino zastavljenih hipotez. Nekatero hipotezo smo lahko ovrgli ali potrdili na podlagi intervjuja obeh izvajalk terapije s konji, dve hipotezi pa smo raziskovali glede na rezultate ankete najstnikov na naši šoli.

Rezultati intervjuja in ankete nam povedo, da v večini postavljene hipoteze držijo. Intervjuji kažejo, da terapija s konji zelo dobro vpliva na mladostnike, da se odprejo, sprostito ... Anketa pa je pokazala, da na naši šoli terapija s konji še ni poznana, mogoče zato, ker je premalo prepoznavna in jo je vredno predstaviti širši javnosti, predvsem mladostnikom.

Rezultati naše raziskave hipotezo 1 potrjujejo. Iz intervjuja kot tudi iz opisa primera dečka lahko razberemo, da konji res pomagajo mladostnikom s čustvenimi in vedenjskimi težavami. Da pri mladostnikih spodbudijo pomembne spremembe v vedenju in osebnostnem razvoju. Intervjuvanki sta povedali, da preko dela s konji doživijo popravilno izkušnjo, ki jo lahko prenesejo v vsakdanje življenje. Mladostniki postanejo bolj potrpežljivi, pogumni, sodelujoči, vodljivejši, uspešnejši pri reševanju težav in izražanju čustev ter se lažje vključujejo med vrstnike. Po terapiji bolj zaupajo vase in izboljšajo samopodobo.

Tudi hipotezo 2 potrjujemo. Mladostniki so pred terapijo zadržani, ujeti v lastnih občutkih ter mislih, nemirni oz. vznemirjeni. Ob stiku z živaljo pa to pozornost preusmerijo na žival in lastno doživljanje. Ta vrsta terapije se zdi še posebej učinkovita, ker živali veliko bolj pritegnejo pozornost z vzbuditvijo več dražljajev. Ob stiku s konjem se sprostito in umirijo. Intervjuvanki po končani terapiji opazita pri mladostnikih umirjenost, srečo, obe pa poudarita, da se najstniki bolj »odprejo« in povežejo. Podoben rezultat je opisan tudi pri opisu primera učenca naše šole, saj se je iz Šole zdravega odraščanja na Rakitni, kjer je ena od dejavnosti tudi terapija s konji, vrnil dobro razpoložen, bolj umirjen in uravnotežen v čustvovanju.

Pri hipotezi 3 smo predvidevali, da se veliko mladostnikov srečuje s težavami pri čustvovanju oziroma vedenju, kar delno potrjujemo. Kljub temu da anketa ni pokazala, da se več kot polovica učencev srečuje s čustveno-vedenjskimi motnjami, se nam zdi

še vedno veliko, da ima vsak tretji učenec naše šole čustvene in/ali vedenjske težave. Nekaj je zagotovo tudi takih, ki si težav ne priznajo.

Hipotezo 4 naša raziskovalna naloga zavrača. V anketi se je skoraj 60 odstotkov učencev opredelilo, da se za to vrsto terapije ne bi odločili. Rezultat nas je presenetil glede na to, da intervjuvanki povesta, kako učinkovite učinke ima ta vrsta terapije. Je pa ena od intervjuvank omenila, da v večini najstnike prijavijo njihovi starši, ki hočejo svojemu otroku pomagati še kako drugače.

4. ZAKLJUČEK

V naši raziskovalni nalogi smo si zastavili raziskovalno vprašanje, kako in če terapija s konji vpliva na mladostnike s težavami ter ali se le-ti sploh zanimajo za tovrstno terapijo.

Iz rezultatov naših anket lahko sklepamo, da ima vsak tretji mladostnik na naši šoli težave pa se vseeno ne bi poslužil terapij s pomočjo konj, saj večina mladostnikov še ni slišala za tako vrsto terapije. V anketi bi lahko sicer ponudili dodatno vprašanje odprtega tipa: »Zakaj se za njo ne bi odločili?«, a ker smo predvidevali, da bi bil ta način terapije zanimiv in všečen večini, se zanj nismo odločili. Predvidevamo, da je rezultat tega vprašanja tak, ker se za vrsto terapij navadno ne odločajo mladostniki sami, ampak starši po posvetu s strokovnjaki. Morda tudi zato, ker je ta vrsta terapije med mladostniki dokaj neznana ali pa imajo strah do tako velikih živali kot je konj. Rezultat je lahko tak tudi zato, ker je splošno znano, da je jahalni šport in vse v povezavi s konji drago ter da si, v finančnem smislu, to vrsto terapij težje privoščimo brez zdravniške napotnice, ki omogoča brezplačno zdravljenje.

Iz rezultatov naših intervjujev (kot tudi informacij, pridobljenih v opisu primera dečka), lahko povzamemo, da terapije s konji pozitivno vplivajo na mladostnike in njihove težave, saj sta strokovnjakinji, ki sta odgovarjali na naša vprašanja, te blagodejne učinke potrdili. Prav tako sta potrdili, da je zadnje čase zanimanje za terapijo večje ter da je v porastu. Vprašanju, zakaj je temu tako, pa bi lahko v prihodnosti namenili naše novo raziskovanje.

Zaključne misli raziskovalk ...

Pisanje te raziskovalne naloge nama je razširilo obzorja in naju opremilo z mnogimi informacijami. Omenili sva že, da naju konji zanimajo in so nama všeč. Od raziskovalne izkušnje dalje pa sva jih zagledali še v drugačni luči. Ker je mladostništvo obdobje z mnogimi izzivi si želiva, da bi bilo druženje s konji lahko dostopno širši množici, tudi iz finančnega vidika. Ne samo kot terapija, ampak tudi kot pristočasna dejavnost, ki bi nas trgala stran od tipkovnic in ekranov. Sporočilo najine raziskovalne naloge pa je lepo povzeto v misli neznanega avtorja, ki pravi:

"Konji nam posodijo krila, ki jih ljudje nimamo".

5. VIRI IN LITERATURA

- Bajt, M. (2011). Spremembe v vedenji, povezanih z zdravjem mladostnikov v Sloveniji.
- Bužan, V., Adamič Turk, M., Bajde, S., Bernard, M., Japelj, A., Korošec, N. idr. (2010). Konj, s konjem – na konju. Ljubljana: CUDV Draga.
- Marinšek, M. in Tušak, M. (2007). Človek – žival: zdrava naveza. Maribor: Založba Pivec.
- Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna. 2020. ADHD. Publikacija.
- Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna. 2020. Spektroavtistična motnja. Publikacija.
- Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna. 2020. Učne težave. Publikacija.
- Novak, L. (2016). Socialno pedagoško delo s pomočjo konja pri otrocih in mladostnikih s čustvenimi in vedenjskimi težavami. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, oddelek za Socialno pedagogiko.
- Pušavec, P. (2016). Vpliv aktivnosti in terapije s pomočjo konja na odrasle osebe z motnjo v duševnem razvoju (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo.
- Tušak, M., Tušak, M. (2002). Psihologija konja. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete
- Willmer, G. (2022). Quest to uncover the origins of horses taming is rewriting our picture of the past. Horizon The EU Research & Innovation Magazine
- White-Lewis, S. (2019). Equine-assisted therapies using horses as healers: A concept analysis. Nursing Open 7(1), 58–67.
- Wikipedija – mladostništvo, dostop: <https://sl.wikipedia.org/wiki/Mladostni%C5%A1tvo> (pridobljeno dne 14. 12. 2022)
- Zavod Republike Slovenije za šolstvo. (2015). Kriterij za opredelitev vrste in stopnje primanjkljajev, ovir oz. motenj otrok s posebnimi potrebami. Publikacija. Ljubljana
- Žmuc Tomori, M. (1989). Pot k odraslosti: Kaj je in kaj ni motnja v otrokovem duševnem razvoju. Ljubljana: Cankarjeva založba.

6. PRILOGA

ANKETNI VPRAŠALNIK – Težave v odraščanju mladostnikov in terapija s konji

Sva učenki 7. razreda in delava raziskovalno nalogo na temo »Terapija s konji v povezavi z najstniškimi težavami osnovnošolcev«. Prosiva te, če odgovoriš na spodnja vprašanja. Vprašalnik je anonimen, zato odgovarjaj iskreno. Podatki, ki so zajeti, bodo uporabljeni izključno v raziskovalne namene te naloge. Hvala!

Spol (obkroži): M Ž

Starost: _____ let

Razred (obkroži): 7. r 8. r 9. r

1. Se trenutno soočaš s kakšnimi težavami na čustveni ali vedenjski ravni?
 - a. Da
 - b. Ne

2. Če si na prejšnje vprašanje odgovoril/a z DA, kakšne težave imaš?
 - a. Težave s koncentracijo
 - b. Nasilje v šoli ali izven nje
 - c. Težave s telesno težo
 - d. Depresija
 - e. Anksioznost / tesnoba
 - f. Izpadi jeze
 - g. Učnimi težavami
 - h. Drugo: _____

2. Si se oziroma bi se v primeru resnejših težav zatekel/a k ...
 - a. Prijateljem
 - b. Sorodnikom
 - c. Staršem
 - d. Svetovalni delavki oziroma drugim strokovnjakom
 - e. Tom telefon oziroma podobno
 - f. Nikomur

3. Kakšen je tvoj odnos do živali?
 - a. Imam jih rad/a
 - b. Ne maram jih
 - c. Bojim se jih
 - d. Do živali nimam posebnega odnosa

4. Si že slišal/a za terapijo, ki jo izvajajo s pomočjo konj (Terapija s pomočjo konj)?
 - a. Da
 - b. Ne

5. Bi se v primeru težav obrnil/a na tako vrsto pomoči?
 - a. Da, zelo mi je všeč
 - b. Ne
 - c. Verjetno bi se poslužil/a katere druge vrste pomoči

6. Se ti zdi, da je v naši državi na voljo dovolj različnih oblik pomoči za mladostnike s težavami?
 - a. Veliko premalo
 - b. Dovolj
 - c. Nimam mnenja o tem