

Miskolci Egyetem

Egészségügyi Kar

Egészségturizmus szervező szakirány

A lovasterápia hatásai az autista gyerekekre

Konzulens: Mató - Juhász Annamária

Készítette: Kiss Dorottya

2016

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés	2
2. Szakirodalmi feldolgozás	4
3. Az állatasszisztált terápia.....	6
3.1. Az állatasszisztált terápiáról általánosan	6
3.2. Az állatasszisztált terápia hatásai	8
4. A lovasterápia	9
4.1. Története	9
4.2. Követelmények	10
4.3. A terápiás lovaglás hatásai	13
4.4. Gyógyítás és/vagy megelőzés:	16
4.5. A terápia folyamata	17
4.6. Igénybevevők köre	18
4.7. Autista gyerekek terápiája:	19
5. Kínálati oldal.....	23
6. Keresleti oldal felmérése	24
7. Eredmények bemutatása	25
8. Megbeszélés és következtetés.....	29
9. Összefoglalás	31
10. Irodalom jegyzék:	32
Melléklet:	33

„Bölcs embernek ló való, mert lóvá tesz az ember, s emberré a ló!”

/Jókai Mór/

1. Bevezetés

Az általam választott és bemutatni kívánt téma az állatasszisztált terápia, azon belül is a lovasterápia. Dolgozatom célja bemutatni ezt a sportágat mind prevenció, mind gyógyító oldalról. Ezen belül pedig népszerűsíteni az autista gyerekek szülei körében. Hipotézisem, hogy a szülők lovaktól való félelme az egyik akadály. Hogy sokszor a költségek miatt nem választják/folytatják ezt a fajta terápiát. És nem megfelelő az információáramlás, tájékoztatás.

Ezt a témát nagyon fontosnak tartom, mivel az emberek egyre kevesebb időt fordítanak kikapcsolódásra, felfrissülésre, sportra. A mai rohanó világban alig szakítanak időt a sportra, egészséges életmódra. Az esetek nagy részében ez egészségtelen étkezéssel is társul mindezek pedig elhízáshoz, fáradékonysághoz, betegségekhez vezetnek, amik nem kívánt szövődményeket is eredményezhetnek, mint például a cukorbetegség vagy ízületi túlterhelés, kopás. Ezek könnyen elkerülhetők rendszeres testmozgással. Egy remek lehetőség erre a lovaglás akár az egész család számára. Teljesen átmozgatja, kikapcsolja az embert, közben nem agondokra fókuszálunk, vagy a munkára, így teljes felfrissülést okoz testileg és lelkileg is.

Magyarországon sajnos még nagyon gyerekcipőben jár a lovasterápia, pedig a magyar nemzet ősidőktől fogva lovas nemzet. „A magyarok nyilaitól mentsd meg, Uram” szól a régi mondás is. A nomád pásztorélet és a honfoglalás utáni lovas életmód általánossá tette a ló használatát. Lovaskultúránk hatalmas, hiszen rengetegféle lehetőség van, például lovasíjászat, díjlovaglás, díjugratás, military stb. és ez még csak pár típus, ami közül választhatunk. Hazánk természeti adottságai lehetővé tennék, hogy a lovasturizmus felvirágozzon. A tájegységeink, hegyek, völgyek, folyók, patakok remek túralovaglási lehetőségeket biztosítanak. Az időjárás is ideális a lovassport szerelmeseinek, mivel a Kárpát-medence mentes a szélsőséges időjárási viszonyoktól.

Ma már inkább nosztalgiának tűnik a lovas nemzet fogalom, bár a külföldiek számára szóló túraajánlatokban még mindig hangsúlyos a lovas turizmus, a túralovaglás vagy a ménésbemutató. A magyarok ma már közel sem ilyen lelkesek,

a lovagolás egy időre letűnt. A nagy állami ménesek szétzilálása után egy nemzedék kimaradt, mondják. A mostani gyerekek közül viszont egyre többen ülnek nyeregbe – ha anyagi körülményeik lehetővé teszik –, és hódolnak a lovassport valamelyik ágának.

Kormányzándék

„A kormány célja, hogy az ország ismét lovas nemzetté váljon, mivel ehhez az adottságok és lehetőségek is megvannak. A nemzeti lovasprogram a most készülő tízéves agrárstratégia egyik fontos eleme lehet – hangsúlyozta Ángyán József, a Vidékfejlesztési Minisztérium államtitkára, aki jelezte, hogy a minőségi vidékfejlesztés részévé kell tenni a megújított lótenyésztést, a lovas turizmust, valamint a lovassportot. Az államtitkár szerint a lóágazatnak vidéken szerepet kell kapnia az élhető környezet fenntartásában és a megélhetés biztosításában. Ehhez infrastrukturális fejlesztésekre van szükség, a lovaglás tanítását be kell emelni az oktatásba és képzésbe, s meg kell változtatni azokat a jogszabályokat, amelyek ma akadályozzák például a lovas turizmus fejlesztését. Ilyennek tartja az országgyűlés sport- és turisztikai bizottságának elnöke, Bánki Erik például az erdőtörvényt.”
(Sebők Orsolya, 2016, 1.o.)

2. Szakirodalmi feldolgozás

Meghatározás

A lovasterápia vagy más néven gyógylovaglás egy gyűjtőfogalom, mely szakember által, speciálisan képzett ló közreműködésével végzett gyógyító – fejlesztő eljárások összességét jelenti. A gyógylovaglás tehát nem lovaglást jelöl a szó sport, vagy hétköznapi értelmében, de pontosabb elnevezés híján ez a szóhasználatos.

(Rétháti, Kalina, 2016)

Szakemberek

A kompetencia kérdése feltétlenül tisztázandó, mert a szakszerűtlenül végzett kezelések súlyosan veszélyeztetik a pácienseket. A hazai és nemzetközi irányelvek alapján le kell szögeznünk, hogy beteggel, fogyatékos személlyel kizárólag az foglalkozhat lovon, aki alapdiplomája folytán ló nélküli kezelésre is jogosult lenne az adott sérült esetében.

Ez a szakmai színvonalat és a betegek érdekeit is védi, engedni belőle nem szabad.

(Rétháti, Kalina, 2016)

Irányzatok

A gyakorlatban a lovasterápia két nagy irányzatra különül el: hippoterápiára és gyógypedagógiai lovastornára / lovaglásra. A beteganyag, a terapeuta végzettsége és a kezelés típusa, célja határozza meg, hogy konkrét esetben melyikről beszélünk. A fogyatékosok sportlovaglása már nem a rehabilitáció, hanem a rekreáció ill. parasport tárgykörébe tartozik.

(Rétháti, Kalina, 2016)

A **hippoterápia** orvosi javaslat alapján, lóháton végzett, neurofiziológiai gyógytorna kezelés. Ennek értelmében csak olyan gyógytornász végezheti, aki alapos elméleti és gyakorlati lovas ismeretekkel rendelkezik, elsősorban a ló mozgásáról. A heti 1-2 alkalommal végzett, 15-20 perces kezelés során kihasználjuk a lépésben menő ló hátának egyenletes, ritmusos, ciklusosan ismétlődő

3 dimenziós lengéseit, melyek a beteg felsőtestére áttevődnek és azt a normál járásra jellemző mintában készítetik mozgásra. A hippoterápia indikációi elsősorban neurológiai illetve neuro-traumatológiai kórképek, tünetek, mint pl. a központi idegrendszeri eredetű bénulások, mozgászavarok, izomtónus zavarok, koordinációs- és egyensúly problémák. A foglalkozás szigorúan egyénre szabott, így nem beszélhetünk általános hippoterápiás gyakorlatokról, kezelési sémákról. A kezeléseket minden esetben precízen dokumentálni kell. A hippoterápia eredményességét – a többi neurológiai gyógytorna kezeléshez hasonlóan – funkcionális tesztek és skálák segítségével mérjük. Ezek konkrét számadatokkal is képesek igazolni munkánk sikerét.

(Rétháti, Kalina, 2016)

A (gyógy)pedagógiai lovastorna és lovaglás célja az általános vagy egy-egy részterületre korlátozódó fejlesztés, nevelés, szocializáció. Elsősorban értelmi, érzékszervi fogyatékosok, vagy viselkedési, tanulási zavarokkal küzdő gyermekek alkotják a tanítványok körét. A (gyógy)pedagógiai lovaglás döntő motívuma a ló partnerként, társként való elfogadása, a lóért és a többi lovasért való felelősségvállalás, a fegyelmezett, kitartó munka. A többnyire csoportos foglalkozás fejlesztő lovastorna-gyakorlatokat vagy könnyített követelményrendszerű lovaglást jelent. Magától értetődően a gyógypedagógiai lovaglást is szükséges dokumentálni, a szakma szabályai szerint.

(Rétháti, Kalina, 2016)

3. Az állatasszisztált terápia

3.1. Az állatasszisztált terápiáról általánosan

Az 1960-as években egy amerikai pszichológus B. Levison dolgozta ki az állat asszisztált terápiát, mint módszert. Először árva és érzelmileg sérült gyerekeknél alkalmazta. Ez után terjesztette ki súlyos, gyógyíthatatlan betegségben szenvedők segítségére, hogy enyhítse a depressziót. Majd idősekre és az egyedüllét, magány miatt szenvedőkre, hogy szellemi és fizikai leépülésüket lassítsa, gátolja. Legfontosabb célja, hogy mindenki jól érezze magát, ennek érdekében a terapeuta a programot és az időtartamot a betegekhez igazítja.

„Az állatasszisztált terápia a foglalkozások azon csoportját jelöli, amikor egy betegcsoporttal előre rögzített feltételekkel és időtartamig dolgozunk úgy, hogy az állattal való gyakorlatok szerves részét képezik az adott betegcsoport terapeutája által kidolgozott terápiás tervnek.” Ilyen lehet például egy logopédiai óra, ahol az állat a gyerekek szorongását enyhíti és motiválja őket.

(Juharos, 2016)

Általános célok:

- résztvevők szorongásának csökkentése
- pozitív kapcsolat kialakítása állat és ember között
- a feladatokban való részvétel igényének növelése
- kapcsolatteremtés és szociális képességek fejlesztése
- az állat viselkedésének megértése, emberi viselkedéssel való összehasonlítása
- egyes résztvevők állattól való félelme, ellenérzése csökkentése
- stressz csökkentése, empátia fejlesztése
- kommunikáció fejlesztése

Törekedni kell, hogy a közösen eltöltött idő hasznos legyen, a feladatok megoldásában legyen sikerélmény. A beteg megismerje az állat életmódját,

gondozását és viselkedését. Mindeközben pedig fejlődjön a személyisége, az önértékelése és az „én” képe.

(Juharos, 2016)

Az állat asszisztált terápiának 2 csoportja van.

- Az AAT (animalassistedtherapy):

Állat asszisztált terápia, amely során már meghatározott a fejlesztendő terület, a terápiás keret, a cél és a célcsoport. Itt az állat, mint motivációs társ van jelen és a fő hangsúly az ő munkáján van.

Feladatok:

- A megelőzés, gyógyítás, képességfejlesztés, valamint az életminőség javítása
- A fogyatékból eredő hátrányok csökkentése, kompenzációja
- Pszichés funkciók fejlesztése: érzékelés, észlelés, emlékezet, figyelem, gondolkodás
- Motoros funkciók fejlesztése: nagy mozgások, finommozgások koordinációja, helytelen mozgások korrekciója, adekvát mozgások kialakítása, tartási hibák csökkentése, egyensúlyérzék, ütem- ritmusérzék fejlesztése
- Az érzelmi élet, a viselkedés, a magatartás, a cselekvés pozitív irányú befolyásolása
- Önállóságra tanítás
- Kötelességtudat kialakítása

(Juharos, 2016)

- AAT (animalassistededucation)

Az állat asszisztált pedagógiában túlnyomórészt kutyákat alkalmaznak, mert óvodában, iskolában kell dolgoznia, mint motivációs társ. A kutyákat a legkönnyebb megtanítani a különböző feladatokat, így bevonva őket a foglalkozásba, ezzel is megkedveltetve a különböző foglalkozásokat, órákat. Magyarországon több alapítvány is foglalkozik ilyen programokkal.

(Dr. Juharos Ágota, 2016)

3.2. Az állatasszisztált terápia hatásai

Fizikai hatásai:

- számos tanulmányban vizsgálták, hogy az embernek milyen a légzésszáma, pulzusszáma, szívverése állatok jelenlétében
- az állatok simogatásának hatására csökken a stressz, a vérnyomás
- „Friedmann és munkatársai (1988) 36 gyerek vérnyomását vizsgálták teljesítményhelyzetben (könyvből kellett hangosan felolvasniuk). Minden gyereknek percenként mérték a vérnyomását és minden gyereket vizsgáltak egyszer kutya nélküli helyzetben, egyszer pedig kutyával. A gyerekek pulzusszáma és vérnyomása alacsonyabb volt a kutya jelenlétében.”

(Babos Edit, 2013, 60.o.)

Emocionális hatások:

- az állatok felismerik az emberi érzelmeket és ennek megfelelően viselkednek
- mindig örül az ember jelenlétének
- a résztvevők megoszthatják velük bánatukat, örömeiket
- „Folse és munkatársai (2000) vizsgálatukban depressziós egyetemistákat részesítettek állatasszisztált csoportterápiában. A résztvevők 7 héten keresztül hetente egyszeri terápiás foglalkozásban részesültek, majd ezt követően mérve szignifikánsan nagyobb változást mutattak depressziós tüneteik csökkenése szempontjából, mint a kontrollcsoport. Ezzel szemben a kutya jelenlétében (de nem a kutya bevonásával) zajló csoportterápián részt vett diákok nem mutattak ilyen jelentős depressziócsökkenést.”

(Babos Edit, 2013, 61.o.)

4. A lovasterápia

4.1. Története

Magyarországon először a Hortobágyon rendezték meg az első lovasterápiával foglalkozó tanfolyamot 1997-ben. Ekkor alakult meg a Magyar Lovasterápia Szövetség. 1999-ben már 4 szekcióban zajlott az oktatás. Innentől a hippoterapeuta munkacsoport és a gyógypedagógusok is létrehozták saját csoportjukat. A szövetség legfontosabb célja, hogy egész Magyarországon, lehetőleg minden nagyvárosba legyen elérhető a lovasterápia. Jelenleg még csak Pesten, Pákozdon és Szombathely mellett van kiemelt jelentőségű lovarda. Ezen kívül 10 éves terv még, hogy TB által támogatott legyen ez a kezelési módszer, mint például Németországban, ahol az egészségügyi pénztár már el is különített egy önálló összeget erre a területre.

(Erdei-Nagy Ibolya, 2016)

Lovasterápia Magyarországon:

Többnyire sem a házi orvosok, sem a neurológusok, sem a szülők, sem az érintettek nincsenek teljesen tisztába a lovasterápia lényegével, mégis nagy igény mutatkozik rá. A lovasiskolák csupán 1-2%-a foglalkozik ilyesfajta tevékenységgel. Habár előfordul, hogy valaki megfelelő képzettség nélkül is belevág hippoterápia végzésébe. Lovasterápiás munkát csak komoly felkészültséggel kellene csak folytatni, ám ezt sajnos most még senki nem kéri számon az önjelölt terapeutáktól. Hatékony és biztonságos munkát csak megfelelően kiképzett lóval és terapeutával lehet végezni. A terápiás lovak kiképzése az Unicornis Egészségforrás Alapítvány központjában zajlik. A másik fontos pillére a terápiának a pénz, amit többnyire a szülőknek kell fedezniük, kivéve, ha az intézmény valamilyen forrásból tudja finanszírozni a betegek kezelését.

(Szódy Judit, 2002)

4.2.Követelmények

Terapeuta:

„Lovas felvételi vizsga nincs, mivel a sportoktatói vagy sportedzői végzettség jogosít a felvételre. A végzettséget egyben a Bázis és DRA IV. szintű vizsgának elismeri a Német Lovas Szövetség és Magyar Lovasterápia Szövetség. A képzés során teljesíteni kell a DRA III szintű lovas vizsgát, a képzés végén a tanúsítvány kiadásának feltétele a DRA II szintű lovas vizsga teljesítése. Vizsgázni évente egy alkalommal lehet, a vizsgaszabályzat szerint a DRA III. és DRA II. vizsga letétele között egy évnek kell eltelnie. Erre lehetőség van hazánkban, német bírók előtt a Német Lovas Szövetség vizsgarendszere és követelményei alapján. A sikeres vizsgákról a Magyar Lovasterápia Szövetség és a Német Lovas Szövetség egyaránt kiállítja az igazolást. A vizsgák időpontja minden évben október közepe, pontosan az MLTSZ éves rendezvény naptárának összeállítása után kerül meghatározásra. Részei: Bár a kimenő vizsga a DRA II. szintű vizsga, a DRA III. szint letétele kötelező, mivel ez feltétele a DRA II. vizsga megkezdésének. A lovas vizsgák három részvizsgából - díjlovaglás, díjugratás gyakorlat valamint elmélet- állnak DRA III. szint Díjlovaglás: A osztályú díjlovagló program lovaglása. Díjugrás: 100-110 cm ugrópálya kb. 7 akadállyal (oxer, meredek, kombináció) Elmélet: idomító skála részletesen, díjlovaglás-, ugrás elméleti kérdések, a vizsgához kapcsolódó szint feladataival kapcsolatosan, verseny szabályok ismerete. Értékelés: 10 fokozatú skálán, 5,0 pontot kell minden részvizsgán teljesítenie a lovasnak A vizsga akkor tekinthető sikeresnek, ha minden egyes részvizsga sikeres. Egy részvizsga sikertelensége esetén, csak az adott részvizsgát kell egy év múlva megismételni a lovasnak, a sikeres részvizsgák nem veszítik el érvényességüket. Kimenő vizsga: DRA II. szint Díjlovaglás: L osztályos díjlovagló program lovaglása nagykantáron (20x40m-es négyszögben) Díjugrás: 125 cm 7-8 akadályból álló pálya teljesítése Elmélet: idomító skála részletesen, díjlovaglás-, ugrás elméleti kérdések a vizsgához kapcsolódó szint feladataival kapcsolatosan, verseny szabályok ismerete Értékelés: 10 fokozatú skálán, 6,5 pontot kell minden részvizsgán teljesítenie a lovasnak.”

(Dr. Wagner Kinga, 2011, 1.o.)

Terápiás ló:

1. Általános elvárások a lovasterápiában és a fogyatékos személyek lovagoltatásban dolgozó lovakkal szemben

- ló egyedi azonosítóval ellátva
- oltások, féregtelenítések igazolása (ló útlevél)
- min. 5 éves kor • ivara: herélt, vagy kanca
- mindhárom jármódban ép mozgás
- a lovas méretének és problémájának megfelelő méret és testfelépítés
- nyugodt vérmeleglet, megfelelő munkakedv

(Bozori, 2013)

2. Viselkedésbíráló

a) viselkedés lóápolás és lábfelvétel közben az istállóban 0-10 pont*

b) viselkedés kantározás alatt az istállóban 0-10 pont*

c) viselkedés nyergelés/felszerelés közben 0-10 pont*

d) viselkedés felvezetés alatt 0-10 pont*

e) viselkedés megfigyelése munka közben 0-10 pont

f) viselkedés megfigyelése más lovak társaságában 0-10 pont

**Értékelési pontok:

- 10 kiváló 4 kifogásolható
- 9 igen jó 3 meglehetősen gyenge
- 8 jó 2 gyenge
- 7 elég jó 1 nagyon gyenge
- 6 kielégítő 0 elfogadhatatlan
- 5 megfelelő

(Abban az esetben, ha a ló nyilvánvaló képzetlenséget mutat vagy viselkedésével önmagára vagy környezetére veszélyt jelent, a vizsgabizottság a vizsgát felfüggesztheti, és a lovat a vizsga további részéről kizárja. A döntés ellen fellebbezésnek helye nincs.)

*(Ló teljesítményvizsgáló kódex Mezőgazdasági Szakigazgatási Hivatal központ 2006) (Bozori, 2013)

3. Kondíció vizsga: felvezetés lépésben és ügetésben kemény talajon

- kondíció Értékelés: 0-10-es skálán történik**
- mozgás bírálat Értékelés: 0-10-es skálán történik**

(Bozori, 2013)

4. Futószáras munka

(A Német Lovas Szövetség DLA IV-es futószáras vizsgájának követelményei alapján)

A feladat értékelése 0-10-es skálán történik**

Gyakorlati követelmény:

- mindhárom jármódban futószárazni, a bírók utasításai alapján 0-10 pont
- átmeneteket bemutatni a kör meghatározott pontjain 0-10 pont
- a lovat megállítani a körön 0-10 pont • szabályos kézváltás bemutatása (eleje körüli fordulattal) 0-10 pont Értékelési szempontok:
- a ló ismeri és megfelelően reagál a futószárazás során adott segítségekre (futószár, ostor, hang, testtartás)
- a ló mindhárom jármódban az futószárazó utasításainak megfelelően dolgozik
- a ló jelzésre megáll a körön • szabályos kézváltás (eleje körüli fordulat)

(Bozori, 2013)

5. Gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna:

- lovastorna elemek ismerete: min. 10 gyakorlat (malom, zászló, térdelés, sarokülés, törökülés, nyakra ülés, hasonfekvés, hanyattfekvés, keresztbe hasalás, pad)

A feladat értékelése 0-10-es skálán történik**

- az Engedelmességi vizsga minden feladata kötelező

A feladat értékelése 0-10-es skálán történik**

(Bozori Gabriella, 2013, 22-29.o.)

4.3.A terápiás lovaglás hatásai

Négy csoportba sorolhatjuk a hatásokat:

- fizikai
- pszichológiai
- szociális
- és nevelés, oktatás elősegítése.

Fizikai:

- Egyensúly javítása:

Ahogy mozog a ló a lovasnak meg kell tartania egyensúlyát, alkalmazkodnia kell a mozgásához. Használnia kell olyan izmokat, amik más terápiával elérhetetlenek. A ló megállítása, elindítása, irányváltoztatása mind javítja az egyensúlyt és figyelemre készíti az embert.

- Megerősödő izmok:

Terhelés hatására elkezdenek erősödni az izmok, ami egy pozitív visszajelzés, mind a beteg, mind a terapeuta számára.

- Figyelem növelése, gyorsabb reflexek, koordináció

Nagy figyelmet és koordinációt követel a lovas részéről, hogy a ló is megértse őt mit szeretne. Az állat minden jelzésére azonnal reagálni kell, hogy ha szükséges azonnali „segítséget” nyújthassunk. A ló irányítása javítja a cselekvés megtervezésének folyamatát, gyorsítja a reflexeket.

- Izületek mozgatási lehetőségei:

Lehet a mozdulatokat variálni, a le- és felszállástól egészen a lovon való gyakorlatokig ezzel tornáztatva az ízületeket.

- Rendellenes mozgások csökkentése:

Amennyiben a görcsösség mérséklődik, megszűnik meg lehet próbálni lépésenként csökkenteni az abnormális mozgásokat.

- Görcsös izmok feloldása:

A lovaglós ülés segít a lábak ellazításában, a kantárszár fogása pedig a felső végtagok nyugalomba helyezésében. A lovas előbb – utóbb ráérez mennyit kell

szorítani a lábával, mert ha nagyon görcsös hamar elfárad. Megérzi, hogy mozogjon együtt kényelmesen a lóval.

- Légzés és keringés javítása:

Az ügetés és a vágta nagyon jótékony hatással van a keringési rendszer javítására.

- Jobb étvágy és emésztés:

Mint minden testmozgás a lovaglás is fokozza az éhségérzetet, elősegíti az emésztést.

- Szenzoros integráció:

A lovas külső ingerekre való reakciója is fejleszthető a szaglással, tapintással és hallással. A külső ingerek a lovaglás során egyszerre lépnek fel s ezzel elősegítik a proprioceptorok (azon receptorok, melyek információt juttatnak el izmaink, ínszalagjaink, ízületeink részére) működését.

(Bartók, 2008)

Pszichológiai:

- Jó közérzet:

A szabad levegőn végzett gyakorlatok elősegítik a jó közérzetet. Az ember távol van a bezártságtól, a kórházaktól, a problémáktól

- Önbizalom javulása:

A beteg önbizalma növelhető azáltal, ha ő irányítja a lovat, ha olyat csinálhat, mint minden más egészséges ember.

- Saját környezete és a külvilág iránti érdeklődés:

A betegségük miatt bezárkózott embereknek segít a terápia nyitni a világ felé, hisz ez nem végezhető egy szobában, 4 fal között bezárva, eleve arra készíti az embert, hogy mindenjen a levegőre és másokkal is találkozzon. Felbátorítja, hogy másokkal is megossza élményeit.

- Kockázatvállalás, felelősségérzet:

A lovaglás nem egy veszélytelen sport, megtanítja a lovast a félelemre, kockázatvállalásra, bizalomra és persze a felelősségérzetre.

- Türelem tanulása:

Nem sikerülhet minden elsőre, megtanulja a lovas, hogy türelmesnek kell lenni nem szabad kapkodni, ha egy állattal dolgozik. Főleg ha egy olyan állattal, aminek saját gondolatai vannak. Meg kell tanulni észrevenni a jeleket és úgy cselekedni, hogy az mindkettőjük számára jó legyen.

- Önfegyelem, érzelmek kontrolálása:

Ha „rendezetlen” a lovas „rendezetlen” a ló is. Az érzelmi kitörések (sírás, kiabálás) felzaklatja a lovakat, átérzik és ők is idegesen fognak viselkedni. A lovasnak meg kell tanulni kontrolálni az érzelmeit, hogy mindketten a kitűzött célra tudjanak összpontosítani.

- „Egészséges ember” érzése:

A különböző nehézségű feladatok megoldása a teljesen „ép” ember érzését keltik a betegekben, hogy ők is meg tudják csinálni azt, amit más.

(Bartók, 2008)

Szociális:

- Barátság:

Bár ez egy önállóan végzett tevékenység, mégis a lovasok általában kisebb csoportokba verődnek, megosztják egymás tapasztalataikat, élményeiket. Betegek esetébe a terapeutával való kapcsolat nagyon fontos, hogy neki megnyíljon a beteg.

- Tisztelet és szeretet az állatok iránt:

A lovak nagy törődést igényelnek, társas lények, akár az ember. A betegben érdeklődés alakul ki irántuk, majd törődés.

- Élvezet:

Ez egy örömteli sport, amit mindig izgalommal és boldogan várnak a lovasok.

(Bartók, 2008)

Nevelés, oktatás elősegítése:

- „Gyógyító” olvasás

Mielőtt megismerkedünk a betűkkel fontos, hogy felismerjük a formákat, méreteket, színeket. Akiknek ez nehezen megy, lóháton könnyebb, különböző feladatok segítségével. A beteg szívesebben csinálja, ha mindez a lovaglás része.

- „Gyógyító” matematika:

A számolás tanítása is könnyebb így pár játékos feladattal. Például: Hány fa van az istálló körül? Mennyit lépett a ló?

- Vizuális és térbeli érzékelés:

A formák megismerése, vizuális és sorozat emlékezés (Pl. egy formára, hogy hol helyezkedett el a lovardában). Az irányok megkülönböztetése (jobb, bal). Térlátás, tér érzékelés javítása.

- Megkülönböztetés:

A lovas megtanulja megkülönböztetni az ingereket, a reakciókat, melyek a fontosabbak, melyek nem.

(Bartók Erika, 2008)

4.4. Gyógyítás és/vagy megelőzés:

A lovaglás/lovasterápia nem csak gyógyításra szolgál, de prevenciónak is kiváló. Egy egészséges ember is eljárhat ilyen foglalkozásokra, hisz kikapcsolja egy kicsit, nem a hétköznapi gondjain, problémáin fog merengeni, hanem ellazul, elengedi a gondokat egy kis időre. Teljes felfrissülést nyújt bárkinek. Egy óra alatt az embernek 100%-ban a lóra és magára kell figyelnie, hogy teljesítse a feladatokat, összhangba kerüljenek, mert ha máson jár az esze, gyorsan gondok történhetnek. Ugyanakkor gyógyításra is kiváló használni, többféle betegségre jó, mint például a figyelemzavarra, depresszióra, mozgássérülteknél és autista gyerekeknél.

4.5. A terápia folyamata

Először az a legfontosabb feladat, hogy a gyerekek megismerkedjenek és megbarátkozzanak a lóval. Megtanulják, hogy kell viselkedni a közelükben, megtanulják a ló jelzéseit, hozzászokjanak az egész környezethez. Majd megismerjék a lóápolást, ló körüli tennivalókat, gondozási feladatok megismerése és végzése. A ló felszerszámozásának elsajátítása, sorrendiség betartása, kapcsolatteremtő képesség fejlesztése.

A lóval való helyes viselkedés és beszéd fejleszti a szociális készséget, csökkennek a magatartási problémák, erősödnek a helyes személyiségi jegyek, mint a felelősségtudat, önfegyelem, más munkájának megbecsülése. Fejlődnek a pszichés és a testi készségek is, mint a testtartás, egyensúlyérzék, türelem, problémamegoldó készség.

Ezután következi a lovaglás. A lóra való felszállás, leszállás, az ülésbiztonság kialakítása, egyensúlyt fejlesztő gyakorlatok, minden izmot megmozgató fejlesztő gyakorlatok, amit különböző eszközökkel is segíthet a terapeuta. A voltizsheveder ebben segítséget nyújt, mert nem veszi el a lovas lóval való kapcsolatát, hogy érezze a mozgását, de nagy kapaszkodók vannak rajta, amik segítenek a kezdetekben, ha a lovas még félénk, és bizonytalan.

Egy oktatás során a következő feladatokat igyekeznek megvalósítani a gyerekekkel:

- biztonságérzet kialakítása a ló álló és lépő helyzetébe, izmok ellazulása
- ülésbiztonság kialakítása, helyes ülés, tartás megtanulása
- lépésben haladó lovon különböző izomlazító, izomerősítő gyakorlatok végzése a karra, lábra és törzsre, amit lehet eszközökkel vagy anélkül is végezni
- a környezet bemutatása, megismertetése, ami által fejlődik a gyerek téri tájékozódása
- a szimmetria megéreztetése, a helyes testséma, az önmagukról kialakított testkép fejlesztése
- problémáktól, félelmektől való elszakadás, a figyelem elvonását ezekről elérhetjük játékos feladatokkal például kislabdával, bójákkal, karikákkal

- gyakori tartáshibák prevenciója, vagy korrigálása (pl.: gerincferdülés) különböző izomerősítő gyakorlatokkal
 - önfegyelem, önuralom fejlesztése, felelősségérzet növelése, hogy a cselekedeteik másra is hatással vannak, egymás figyelése, segítése
 - kitartás, ügyesség fejlesztése, ebben sokszor az ügöző jármód nyújt nagy segítséget
 - a terápia során az érzékszervek, mind a külsők, mind a belsők folyamatos ingereket kapnak, ami segíti a fejlődésüket
 - a lóval való folyamatos mozgásra figyelés segíti a pszichés és kognitív funkciók fejlődését, a gyerekek figyelme tartósabbá válik.
- (Gál Ildikó, 2016)

4.6. Igénybevevők köre

Több változata is létezik a lovasterápiának, mind más és más betegségekben segít.

- Hippoterápiás lovaglás

A hippoterápia javallatát egészségügyi szakemberek állítják fel, leginkább fizioterápiás, rehabilitációs céllal. Neurofiziológiai gyógytornás kezelésnek tekinthető, mely elsősorban (de nem kizárólag) a gerinc és a függesztőövek különböző kórállapotaiban jelenthetnek nagy segítségek, elsősorban testtartási problémák korrekációjában. A terápia rendszerint egyéni, tehát a terapeuta (vagy terapeuták) csak egy beteggel foglalkozik, a lovas alatt a ló lassan, lépésben halad.

(Dr. Kónya, 2016)

- Gyógypedagógiai lovaglás

A gyógypedagógiai lovaglás pszichés problémák esetén jelent kimagaslóan jó segítséget. A terápia a lóval való foglalkozásból, annak gondozásából, lovaglásból és lóháton történő különböző tornagyakorlatok végrehajtásából áll. Így a felelősség és a bizalom érzése, az élmény, amit egy nagy állat irányítása és a vele való együttműködés jelent, az önbizalom növekedése és a viselkedésbeli problémák javulásának irányába hat. A lovaglás és a tornagyakorlatok pedig a fizikális képességeket fejlesztik. A gyógypedagógiai lovaglást képzett gyógypedagógus-

lovasterapeuta vezeti, mely lehet egyéni vagy csoportos is. A terápia lépésben vagy más úgynevezett jármódban (ügetés vagy vágta) is történhet. Kifejezetten jó hatású értelmileg visszamaradott, tanulási problémákkal küzdő, autista, hiperaktív, vagy más magatartászavaros betegeknél. Jó hatású az érzékszervi képességek sérülése (látás- vagy hallásproblémák, esetleg teljes vakság vagy sükettség) esetén is.

(Dr. Kónya, 2016)

- Lovas pszichoterápia

A lovas pszichoterápiával kapcsolatok tapasztalatok még kevésbé kikristályosodtak, mint a többi ág esetében, hiszen a lovasterápia legfiatalabb típusáról van szó. Lényege, hogy a ló a pszichoterápia hatásának erősítésében tölt be fontos szerepet, emellett- mint minden pszichoterápia esetén- itt is nagyon fontos a beteg és a terapeuta kapcsolata. A legtöbb pszichiátriai kórkép kezelésében eredményesen alkalmazható.

(Dr. Kónya Judit, 2016)

4.7. Autista gyerekek terápiája:

A. „Közösségi normák megismerése, tanítása. Együttműködés íratlan szabályait tanítjuk, alkalmazásukat gyakoroljuk lovardai környezetben, a ló segítségével. Lóraszállás előtt kiscsoportos foglalkozás keretein belül egyszerű, szociális helyzetet ismertető történetet dolgoznak fel az érintett gyermekek gyógypedagógus segítségével. Ezek a történetek szolgálják: a társas viselkedés (köszönés, helyet kérés, elkérés),

- segítségkérés kortárstól, felnőttől (kobak, eszköz elkérése, lóraszállás)

- várakozás

- veszélyes helyzetek

- önkiszolgálás területén a helyes viselkedés begyakorlását, majd lovardai helyzetekre való átfordítását, és alkalmazását, de alkalmasak konfliktushelyzetek, viselkedésproblémák kezelésére, megelőzésére is.

A lovardában, ahol a terápiás foglalkozásaink zajlanak, ép gyermekek és felnőttek egyaránt járnak lovagolni. Ez a szintén integrált környezet ad teret az iskolában tanultak alkalmazásának gyakorlására.

(Sipos, 2012)

B. Mentális állapotok felismerése, értelmezése

A mentális állapotok felismerését, tanulását az iskolai egyéni és/vagy kiscsoportos foglalkozásokon Patricia Howlin, Simon Baron-Cohen, Julie Hadwin által szerkesztett „Miként tanítsuk az elme olvasását autizmussal élő gyerekeknek?” című gyakorlati kalauz alapján végezzük. Az általuk felállított érzelmek megértésének öt szintjét ismerhetik meg a gyermekek.

Ezek a szintek a következők:

1. szint: Arc kifejezések felismerése fénykép alapján
2. szint: Az érzelmek felismerése sematikus rajzokról
3. szint: A szituációs alapú érzelmek azonosítása
4. szint: Vágy alapú érzelmek
5. szint: Vélekedés alapú érzelmek

Lóháton is ugyanezek a szinteken haladva sok játékkal, feladattal gyakorolják az iskolában elsajátított ismereteket.

Ezekből mutatok be párat: Általuk jól és kevésbé ismert emberek fényképeit keresik meg a lovardában. A fényképekről fel kell ismerniük a megjelenített érzelmi állapotot. Csoportosan, játék közben már nem csak a képek és ábrák alapján kell az érzelmeket felismerni, hanem társaik arcán is. A lovon ülő elhalad mellettük a lóval, és annál a társánál kell megállnia, aki mosolyog rá. E feladatok közben az ügyesebbek szívat vehetnek a kezükbe és azzal irányíthatják a lovat, a többiek szóban mondják, hogy a segítő felnőtt merre irányítsa a vezetett négylábút. A lovardában, a ló közelségében átélt, felismert érzések segítségével alkotott képsorok az iskolában történő autizmus specifikus fejlesztéseken is fontos szerepet játszanak.

(Sipos, 2012)

C. Lovak mentális állapotainak megismerése

A foglalkozásokon segítő lónak és társainak non verbális kommunikációját is megismerik a lovasok. A lovak érzelmeinek felismerését hasonlóan tanulják, mint embertársaikét. A gyerekek által jól ismert terápiás lóról készített fényképekről kell felismerniük annak érzelmi állapotát. Ezen ismeretek után sematikus ábrákkal hajtják végre az előző feladatot. A lovak mentális állapotait természetesen magukon a lovakon is meg kell figyelniük. Ezen a területen fontos feladat, hogy megtanulják az érintett gyermekek, adott viselkedésük miként hat a lóra, milyen érzelmi reakciót válthatnak ki belőle.

(Sipos, 2012)

D. Ló és lovas kapcsolata, kommunikációja

A lovaglás ló és lovas közötti non verbális kommunikáció. Amely eredményes és kellemes csak a kölcsönös egymásra figyeléssel lehet. Akadálypályákon, képkereső feladatoknál gyakran van lehetősége a gyermekeknek arra, hogy maguk irányítsák a lovat. A ló és a lovasa között kialakuló kapcsolat a gyermekekre pozitív hatást gyakorol. Megismerik a lovak kommunikációját, a lovas segítségeinek lóra gyakorolt hatását. Fogékonyá válnak a ló különféle jelzéseikre, reakcióikra. Ennek gyakorlása hozzásegíti őket, hogy a mindennapokban más emberekkel való kapcsolatuk javuljon, a kommunikációt tudatosan, funkcionálisan használják. A gyermek és a ló között kialakuló kapcsolat elősegíti az autizmussal élők érzelmeinek spontán kimutatását is.

(Sipos, 2012)

E. Rugalmasabbá válás, a szabadidő eltöltése

Az autizmussal élő gyermekek állapotukból kifolyólag rugalmas viselkedésszervezésük károsult, ezért a strukturálatlan idő eltöltésének megszervezésében segítségre szorulnak. A lovasterápiás fejlesztés során a gyermekek egyrésztől lehetőséget kapnak szabadidejük hasznos eltöltésére, másrésztől javítja szervezési gyakorlatukat, és elősegíti a különféle szituációk rugalmasabban történő kezelését, önállóságuk fejlesztését. (Sipos, 2012)

F. Nem mindennapi gyermekek nem mindennapjai

A csoportba járó gyerekek több lovardai rendezvényen, versenyeken, bemutatókon aktívan vesznek részt. Sokat készülnek rá, várják az elismerést, ami nem feltétlen az érem, hanem a számukra fontos emberek figyelme, dicsérete. Az állapotuknak megfelelő előkészítés segítségével ugyanúgy élvezik ezeket a nem mindennapi helyzeteket, mint mások. Egy autizmussal élő gyermek számára a funkcionális, kölcsönös kommunikáció és a szociális interakciók tanulására minden helyzetet, lehetőséget meg kell ragadni. Minél több élethelyzetet megismernek, és megtanulnak a társadalmi normáknak megfelelően kezelni, annál nagyobb lehetőségük lesz egy teljesebb életre.”

(Sipos Stella, 2012, 1-3.o.)

5. Kínálati oldal

21 intézményt/ lovardát találtam Magyarországon, ahol lovasterápiára lehetőség van (Lásd 1. számú melléklet). A 21 helyből 10-nél foglalkoznak autista gyerekek lovasterápiájával. A többi helyen általánosan hiperaktív, figyelemzavaros, tanulásban akadályozott, viselkedés problémás gyerekekkel foglalkoznak. Mindössze 2 olyan hely van ahol Down szindrómás fiatalokkal és csupán 1 olyan hely, ahol látássérült (–csatlakozó sérülések) gyerekekkel foglalkoznak. A fenntartásukat, mindegyik másként próbálja megoldani, 3 szülők által, 4 alapítvány támogatásával, 5 pályázat alapján, 3 úgy, hogy a lovaglás önköltséges alapon megy, a többi lovasterapeuta központ. Sajnos az állam még mindig nem támogatja kellőképp a lovasterápiát, így van pár hely, ami azóta be is zárt. Érdeemes még megfigyelni, hogy 1 hely kivételével mindenhol csak 1 terapeuta van, ami igen sajnálatos, mert így az az 1 van túlterhelve minden munkával, ideálisabb lenne, ha legalább 2 terapeuta lenne. Egyenként rákérve az intézményekre azt lehet elmondani, hogy könnyű megtalálni őket, szépen karbantartott honlapjuk van, ahol lehet találni egy bemutatást a helyről, illetve arról, hogy milyen szolgáltatásokat lehet igénybe venni. A legtöbbször fel vannak tüntetve a munkatársak is, fő tudnivalók róluk, illetve a végzettségük is. Mindnél van megadva elérhetőség és a honlapok felénél még galéria is van, hogy az érdeklődő még pontosabb képet kapjon az ott folyó munkáról. Néhány helyen már a jövő nyári programok, táborok is meg vannak hirdetve, illetve az, hogyan lehet rájuk jelentkezni.

6. Keresleti oldal felmérése

Kutatásom során azt kívántam felmérni, mennyire ismert a lovasterápia Magyarországon, hogyan/hol lehetne népszerűsíteni és milyen eredményeket lehet elérni vele az autista gyerekeknél. Illetve milyen akadályok miatt nem választják többen ezt a terápiás módszert. Ennek érdekében interjút készítettem lovasterapeutákkal és autista gyermekek szüleivel. Az interjúkat 2016 októberében végeztem, mely idő alatt 8 emberrel volt alkalmam beszélgetni.

A félig strukturált interjút választottam, melyben az ember szubjektív tapasztalatait és az azokhoz fűződő élményeit, érzéseit mondhatta el. Az ilyen interjú légköre nyitott és manipulációmentes. Nem objektív, számszerűsíthető, hanem bizonyos emberek saját tapasztalataira, véleményére vagyunk kíváncsiak kutatási kérdéseink megválaszolásához. Én egyéni interjúkat készítettem, egyszerre csak 1 emberrel beszélgettem. Az alanyok válaszait jegyzeteléssel rögzítettem.

A kutatásomhoz 2 kérdőívet használtam, 1-et a terapeutákkal folytatott beszélgetéshez, mely 9 darab kérdésből áll, 3 zárt és 6 nyitott kérdés. A másik kérdőív a szülőkkel való interjúhoz volt szükséges, ez 6 darab nyitott kérdésből áll. Ezek segítségével kaptam választ az általam felállított hipotézisekre.

Az interjúkérdések megtekinthetők a mellékletben.

(2. számú melléklet)

7. Eredmények bemutatása

Terapeuták:

	Bozori Gabriella/ Fót	Kissné Hatvani Erika/ Hódmezővásárhely	Györgypál Zoltánné/ Balogunyom
1.Járnak Önhöz autista gyerekek lovagolni?	Igen	Igen	Igen
2.Körülbelül mennyien?	5	14	15
3.Átlagosan milyen korúak?	Óvodás-iskolás	Óvodás-iskolás	5-15 éves korig
4.Mennyi ideig tart 1-1 ember terápiája, mitől függ?	Gyerektől és betegségtől függ	Kicsiknek 15-20 perc, nagyoknak 45 perc (csoportosan) A terápia időtartama gyerek függő	Attól függ, hogy egyéni vagy csoportos és a gyerek állapotától
5.Végig szokták csinálni?	Igen	Igen	Igen
6.Tapasztalta már, hogy a szülő lótól való félelme miatt akadályozza gyermekét a terápiában?	Nem	Nem	Nem
7.Milyen változásokat észlel a gyerekeknél?	Magatartás, szocializáció, minden gyereknél más, nem lehet összehasonlítani a fejlődésüket, de mindenképpen pozitív	Kognitív funkciók javulása, magatartás változás, kommunikáció javulása	Lovaglás alatt pozitív változásokat lehet megfigyelni, de a cél, hogy otthon, és a társadalomban is így viselkedjenek majd. Ezt a változást a szülők tudják felmérni.
8.Ön szerint kellőképpen vannak tájékoztatva az emberek erről a terápiás módszerről?	Igen, az intézményen belül	Igen, intézményen belül	Nem, mivel sajnos sok az olyan hely ahol nem megfelelően képzett terapeuta van, így nem

			olyan pozitív a végkifejlet sem, és a szülők nem bíznak benne. Magyarországon sajnos kevés olyan ember van, aki tényleg érti és tudja mire jó a lovasterápia.
9.Ha tehetné, vezetne be változásokat a magyar lovasterápiába? Ha igen, mit?	Nem	Nem, sok a továbbképzés külföldi előadókkal, van fejlődési lehetőség, megfelel az igényeknek	Nem, mindig fejlődik, mindig változik

Három terapeutával beszélgettem ebből ketten a Magyar Lovasterápia Szövetség elnökségének tagjai, illetve egy a Szövetség tagja.

A válaszok alapján összegezzük, hogy már egész kicsi kortól, óvodás kortól igénybe veszik ezt a terápiás módszert. A terápia típusát és hosszát hozzáigazítják a gyerekekhez, a betegség súlyosságához, ehhez mérten lehet egyéni vagy csoportos foglalkozás, a kisebbek külön vannak a nagyoktól. Időtartamban is különböznek a terápiák, mind 1-1 foglalkozás, mind pedig az egész terápia hossza. Megfigyelésük szerint mindig végig szokták csinálni az egész terápiát. Szerintük még nem fordult elő, hogy a szülő lótól való félelme miatt nem engedte gyermekét. A megfigyelt változásokra több fajta válasz jött, ám azt el lehet mondani, hogy mindhármuk szerint pozitív hatású a gyerekekre, de nem lehet 1-1 gyermek fejlődését összehasonlítani, mindnél mások ezek a változások. Általában javul a magatartás, a kognitív funkciók és a kommunikáció, de a legfontosabb, hogy ezt átvigyék a mindennapokba is ne csak a lovardába. Kettejük szerint jól vannak tájékoztatva a szülők, ám ők egy intézményhez tartoznak, ahonnan járnak a gyerekek lovagolni, így pontosan úgy fejezték ki magukat, hogy az intézményen belül vannak jól tájékoztatva a szülők. A harmadik terapeuta szerint nincsenek jól tájékoztatva kevés ember érti mi is ennek igazán a lényege és sajnos sok az olyan oktató, aki megfelelő

tudás nélkül végez terápiás oktatást és ez nagy baj, mivel nem biztos, hogy ennek pozitív hatása lesz, és ezért nem bíznak az emberek jobban ebben a terápiában. Mivel mindhárman benne vannak a Magyar Lovasterápia Szövetségben nagyon jól átlátják a Magyar a helyzetet, szerintük nincs mit változtatni Magyarországon, mert aki képzett terapeuta jól végzi a munkáját, mindig van lehetőség fejlődésre a különböző továbbképzéseken, ahova külföldieket is hívnak tapasztalatsere céljából.

Szülők:

	1. szülő	2. szülő	3. szülő	4. szülő	5. szülő
1. Milyen nemű a gyereke?	fiú	fiú	fiú	lány	lány
2. Mennyi idős?	17	15	10	13	14
3. Milyen típusú autizmusa van?	klasszikus	klasszikus	klasszikus	klasszikus	klasszikus
4. Hallott már a lovasterápiáról? Ha igen honnan?	Az autista iskolában	Az autista iskolában	Egy másik szülőtől	Az autista iskolában	Az autista iskolában
Próbálták már?					
IGEN:	X	X		X	X
Ki ajánlotta?	Gyógy-pedagógusok	Gyógy-pedagógus		Gyógy-pedagógus	Gyógy-pedagógusok
Hol próbálták?	Szirmabesenyei Lovarda	Több helyen rövid ideig		Több helyen	Balogh Liget Lovasklub
Mik a tapasztalatai?	A gyerek állatoktól való félelme miatt 1-2 próbálkozás után abbahagytuk	Úgy gondolom minden állatokkal kapcsolatos terápia jó/hasznos, de az elérhetősége megfizethetősége nem		Nagyon hasznos módszernek tartom	
Változtatna valamit ezen a terápiás módszeren?	Semmit	A költségeit		Sajnos nem mindenki teheti meg anyagilag, hogy hosszabb ideig végezze ezt gyermeke	Kevés helyen van lehetőségre
NEM:			X		

Miért?/Milyen okból?			Gyermekek állatoktól való félelme miatt		
Orvosi javaslatra megtenné?			Úgy gondolom, igen		
6. Ön szerint hol/hogyan kéne reklámozni, hogy népszerűbb legyen ez a terápiás módszer?	A médiában	Elsősorban óvodákban, iskolákban, nappali ellátásban, mint pl az úszás. De a média, tv, újság stb. is sokat segítene	Fogyatékos emberekkel foglalkozó helyeken	Óvodákban, iskolákban, orvosi rendelőkben	Orvosi rendelőkben, médiában

Sajnos mivel elég szűk volt az a csoport, ahol interjút készíthettem, így csupán 5 szülővel tudtam beszélni.

3 szülőnek van fiú gyermeke és 2-nek lány, akik 10, 13, 14, 15 és 17 évesek. Mindnyájuknak klasszikus autizmusa van. Az összes szülő hallott már a lovasterápiáról, egyikük kivételével mind az autista iskolától, az az egy pedig egy másik szülőtől. Csak egy olyan volt, akivel nem próbálták ezt a fajta terápiát mivel a kisfiú fél az állatoktól, viszont édesapja azt mondta, orvosi javaslatra valószínűleg kipróbálnák. A többi gyermek próbálta, ők a gyógypedagógusok ajánlására tették. Egyikőjük a Szirmabesenyei Lovardában, ő sajnos állatoktól való félelme miatt inkább nem folytatta, egyikük a Balogh Liget Lovasklubban, a többiek több helyen is próbálták rövid ideig. Az ő szülei pozitív eredményeket tapasztaltak és nagyon hasznosnak és jónak tartják az állat asszisztált terápiát. Magán a terápiás módszeren egyikük sem változtatna semmit, viszont hátránynak tartják, hogy kevés helyen érhető el Magyarországon a lovasterápia, illetve nem minden szülő tudja megfizetni ezt a terápiás módszert. Reklámozásra, népszerűsítésre, elsőre mindenki a médiát mondta, TV, rádió, újság stb. Aztán említették még az óvodákat, iskolákat, orvosi rendelőket, illetve olyan ötlet is felmerült, hogy iskolákban lehetne nappali ellátásban, mint például az úszás vagy korcsolyázás.

8. Megbeszélés és következtetés

Ahogy egyre jobban belemélyedtem ebbe a témakörbe, azt láttam, hogy Magyarországon lehetne még népszerűsíteni a lovasterápiát. Hiába tartják az emberek egy jó, és hasznos terápiás módszernek, ha hosszútávon mégse emellett döntenek. Ennek oka, hogy kevés helyen elérhető és sokat kell utazni, másik oka pedig a megfizethetőség. Ez egy drága sportág, amit nem mindenki tud megfizetni és ezért fordulnak inkább másik terápia felé. Sokat segítene, ha OEP által támogatva lenne, amiért jelenleg is folynak a küzdelmek. Az is jó lenne, ha be lehetne építeni az órarendbe, mint testnevelés óra. Hipotézisem volt még, hogy a szülők lovaktól való félelme az egyik akadály. Pozitívan tapasztaltam, hogy erre mindegyik általam megkérdezett szülő, illetve terapeuta rácafol.

„Súlyos gondolatok cikáznak az agyamban, a hogyan tovább gondolatai. Egy újfajta terápiát honosítottunk meg Magyarországon, a lovasterápiát. 1997 óta, amióta megalakultunk, kialakítottunk egy oktatási rendszert. Az oktatási rendszert mind a 4 szakágban államilag akkreditáltattuk. Törvény szabályozza a lovasterápiát. Az elért eredményeinknek csodájára jár a világ. A Gyermekmentő és mások segítségével lassan kiépül Fót, mint a szakma magyarországi központja és oktatási bázisa. Mégis, a hogyan tovább egyre nyugtalanítóbb. Látni, hogy kevés a terápiára alkalmas helyszín, és hogy a terápiából nem lehet megélni. Szomorúan veszem tudomásul, hogy az általunk képzett szakemberek közül sokan nem csinálnak terápiát, mert nem engedhetik meg maguknak, vagy aki mégis ezen a területen dolgozik, az kínlódik, mint a ló. (Ide igazán passzol.) Oda jutottunk, hogy ha valaki ebben a szakmában akar elhelyezkedni, akkor szüksége van egy gazdag apukára vagy gazdag rokonra, és ez így nem maradhat tovább. Másodszor kezdeményezem az OEP-nél a lovasterápia befogadását, elég reménytelenül. Az EMMI kézzel-lábbal tiltakozik ellene. Az egészségügyi államtitkárság mindenhol keresztbe tesz. Dr. Ónodi-Szűcs Zoltán és Dr. Beneda Attila államtitkár, illetve helyettes államtitkár urak egy fillért sem akarnak adni a lovasterápia céljaira. Most puhítom őket. Szükségem van segítségre. Szakértői véleményekre. Kedves hangú, de szakmailag

megalapozott levelekre Balog Zoltán miniszter úrhoz, hogy milyen eredményes és hasznos a lovasterápia minden ága. Hogy milyen sok gyereknek segítünk vele. Néhány kórház már mellénk állt a befogadással kapcsolatban, és többen ígérték, hogy csatlakoznak. Mozduljatok meg Ti is, Önök is, a szakma érdekében. Kívánok mindenkinek egy eredményes és mozgalmas 2016-ot, és 2017-re megnyíló finanszírozási lehetőségeket.”

(Dr. Edvi Péter, 2016, 1.o.)

1. Összefoglalás

Összegezve a kutatásomat, véleményem szerint a lovasterápia egy nagyon hasznos módszer, amit tovább kell népszerűsíteni a Magyar lakosság körében. Ennek az országnak minden adottsága megvan, ki kellene aknázni ezeket, hogy tovább bővüljön ez a sportág. Sajnos sok az olyan oktató, aki megfelelő képzettség nélkül végzi, ezért kevésbé bíznak benne az emberek.

Jobban kéne tájékoztatni, az igénybevevők körét, mivel jelenleg ha nem tartozik egy intézményhez/iskolához nem tud eleget erről a módszerről. Ehhez a médiát, óvodákat, iskolákat, orvosi rendelőket is fel lehetne használni.

Az autista gyermekeknél nagyon pozitív a hatása, mind fizikálisan, mind mentálisan. Javul a magatartásuk, a kognitív funkciók és a szociális képességeik.

Remélem a lovasterápia jövője felfelé fog ívelni Magyarországon.

10. Irodalom jegyzék:

- http://www.eletforma.hu/test-es-lelek/lovas_nemzet/Sebők Orsolya, 2010. december 25. (2016.10.11. 14:33)
- www.lovasok.hu, Rétháti Györgyi, gyógytornász –hippoterapeuta, Kalina Katalin gyógytornász – hippoterapeuta, Magyar Gyógytornászok Társasága Hippoterápiás Munkacsoport, Budapest (2016.10.22. 10:15)
- <http://www.juharos.hu/juharos/kutyaterapia.html>, Dr Juharos Ágota (2016.09.20.18:00)
- ALKALMAZOTT PSZICHOLÓGIA 2013, 13(3):59–81., Babos Edit
- Erdei-Nagy Ibolya: Gyógyulni lólépésben, zoldujsag.hu (2016. 10.11. 14:45)
- www.origo.hu/Lovak a gyógyulás szolgálatában, Szódy Judit, 2002. november 6. (2016.11.02. 12:00)
- Dr. Wagner Kinga: Paraspont képzéshez szükséges lovas vizsga követelmények ismertetése, 2011, MLTSZ konferencia
- Bozori Gabriella: A lovas szolgáltatásokról szóló rendelet módosítása, valamint a lovasterápia és a fogyatékos személyek lovagoltása szolgáltatásban résztvevő lovak tervezett alkalmassági vizsgája (MLTSZ konferencia, 2013)
- <http://fejlesztok.hu/segedletek/pedagogiai-segedletek/160-a-lovasterapia-jotekonyhasasai.html>, Bartók Erika, 2008 (2016.11.02. 16:30)
- www.lovasterapia.iweb.hu, Terápiás lovaglás a gyakorlatban, Gál Ildikó, (2016. 10.29. 16:25)
- <http://www.webbeteg.hu/cikkek/psziches/1665/lovasterapia-kiknek-es-miert-lehet-hasznos>, Dr. Kónya Judit, (2016.10.29. 16:40)
- Sipos Stella: Lovardai életképek „autizmus-szemüvegen” keresztül (MLTSZ szakmai konferencia 2012)
- MLTSZ hírlevél, Dr. Edvi Péter, 2016

Melléklet:

1. számú melléklet

GYÓGYPEDAGÓGIAI LOVAGLÁS ÉS LOVASTORNA		
Intézmény neve	Cím Telefon Weblap, email	Támogató
Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat, Lovasterápiás Központ	2153 Fót, Vörösmarty tér 1. 06-27-539-375	Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat
	Bozori Gabriella , gyógypedagógus-lovasterapeuta 29 gyermek (autista, figyelemproblémás, értelmi fogyatékos), 3-15 éves, heti 1x	
Ádám Zoltán Díjlovagló és Kiképző Központ	9231 Máriakálnok, Ádám Zoltán u. 4. www.dressurzentrum.com	pályázatok
	Mészáros Ágnes , gyógypedagógus lovasterapeuta (96) 212 - 910 13 gyermek (autista, dislexiás, magatartászavaros, halmozottan sérült), 4-14 éves, heti 2x	
Baranya Megyei Önkormányzat Fogyatékos Személyek Otthona	7754 Bóly, Hősök tere 5. Csemete Lovasiskola: 7754 Bóly, Töttösi útmellék csemete@dravanet.hu	a lovasok
	Török Beáta gyógytornász-hippoterapeuta Szántó Sarolta gyógypedagógus-lovasterapeuta Pátkai János - terápiás segítő, terápiás lóképző Pátkai Jánosné - fizioterápiás szakasszisztens, terapiás lovas oktató, terapiassegítő Marosi András - terápiás segítő, folyamatban a parasport edzői képesítés megszerzése Kb. 80 középsúlyos, súlyos és halmozottan sérült ember, 7 évestől 57 évesig, havi 2 alkalom.	
Bellandor Lovasterápiás Központ	Bellandor Lovasközpont INFO 2071 Páty, Jenei Dűlő 020/54- HRSZ www.lovasterapia.eu INFO	-
	Majoross Kinga klinikai szakpszichológus, családterapeuta, lovas pszichoterapeuta (1) 466 - 5055, majorossk@hotmail.com A Bellandor Lovasterápiás Egyesület azzal a céllal alakult, hogy a lovakkal való kapcsolat által segítsen a lelki gondokkal vagy magatartási problémákkal küzdőknek, a hátrányos helyzetűeknek, és a fogyatékkal élőknek, legyenek akár gyermekek vagy felnőttek.	
Down Egyesület	4400 Nyíregyháza, Közép u. 17. (42) 410-678	az Egyesület, a szülők

	http://downegyvesulet.hu	
	Siska Erika gyógypedagógus, lovasterapeuta 6 Down szindrómás fiatal, 5-24 évesek, hetente 1x	
Érd Megyei Jogú Város Egységes Pedagógiai Szakszolgálat	2030 Érd, Fő u.42. (23) 365-049, (23) 523-700 (23) 364-019 nevtan.erd@hawk.hu	szülők
	Ferenczi Éva , gyógypedagógus-lovasterapeuta 19 gyermek (autista, mozgásproblémás, megkésett beszédfejlődésű), 3-8 éves, heti 1x	
Hódmezővásárhely Önkormányzat Aranyossy Ágoston Óvoda, Általános Iskola, Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény és Nevelési Tanácsadó	6800 Hódmezővásárhely, Szék utca 5. (62) 245 - 193 aranyossy@aranyossyaagoston.hodta.v.hu	Aranyossy Ágoston Általános Iskola Alapítványa, Hódmezővásárhely Megyei Jogú Város Önkormányzat
	Kissné Hatvani Erika , gyógypedagógus-lovasterapeuta 30/224-11-84 hatvaniera@freemail.hu , hatvaniera@gmail.com 34 fiatal (autista, értelmileg akadályozott, tanulásban akadályozott), 5-16 éves, heti 1x	
Immanuel Lovasterápia Közhasznú Tevékenységű Alapítvány	9231 Máriakálnok, Rákóczi út 52.	Éltes Mátyás Nevelési-Oktatási Központ
	Faragó György , gyp.tanár-lovasterapeuta 06 70 / 387 4813 king-george@freemail.hu 35 fő (autista, tanulásban akadályozott), 6-17 éves, heti 1 alkalom	
Josa András Kórház	4400 Nyíregyháza, Szent I. út 68. (42) 599-700, 599-800 (42) 461-174 www.josa.hu , josa@josa.hu	a szülők
	Siska Erika gyógypedagógus, lovasterapeuta 06-30/375-1201 9 gyermek (autista, halmozottan sérült, tanulásban akadályozott, figyelem problémával küzdő), 5-14 évesek, heti 1x	
Jó Úton- Lóháton Alapítvány INFO	6600 Szentés, Nadas sétány 3. INFO www.jouton-lohaton.hu	pályázatok, helyi vállalkozók
	Kézmárkiné Piti Irén , gyógypedagógus, lovasterapeuta (30) 544 - 5777 , lohaton@tvnetwork.hu 19 különböző fogyatékkal, tanulási ill. magatartási problémával küzdő fiatal 3-22 éves korig, hetente 1x	
Kapcsolat Lovasterápia Központ	Pilisszántó, Légrádi Tanya (30)554-3774 www.lovasterapia.com	-
	Kardos Edina , pszichológus, lovas pszichoterapeuta (30)554-3774 edikardos@gmail.com Különböző pszichés problémával küzdő gyermekek és felnőttek terápiája lovas pszichoterápia módszerével. Autista, hiperaktív, magatartás zavarral élő, szorongó gyerekek egyéni és csoportos terápiája, továbbá szorongásos és depresszív problémával küzdő, valamint szenvedélybeteg felnőttek terápiája. Ló mediált önismereti, személyiség fejlesztő tréningek. Válás utáni sérült szülő-gyerekek kapcsolat	

	rehabilitációja lovas kapcsolatügyelet módszerével.	
KE-EC Pannon Lovasakadémia	7400 Kaposvár, Guba S. u. 40.	Lovasakadémia, pályázatok
	Iváncsik Réka gyógypedagógus-lovasterapeuta (20) 580-3506 iv_reka@yahoo.com 42 gyerek (hiperaktív, részképesség problémás, magatartás és viselkedés problémás, autista, ortopédiai sérülésű, tanulásban akadályozott, pszichés sérülésű) 4 és 12 év közöttiek heti egy alkalommal	
Montágh Imre Ált. Iskola, Óvoda és Készségfejlesztő Szakiskola	1119 Budapest, Fogócska utca 4. (1) 208-5814 (1) 464-3321 montaghimre.iskola@chello.hu	pályázatok
	Ferenczi Éva , gyógypedagógus-lovasterapeuta 15 fő értelmileg akadályozott, 7-14 éves, heti 1x	
Odu Fejlesztő Központ	6723 Szeged, Gáspár Z. u. (62) 555-615	
	Hevesi Tímea Mária , gyógypedagógus-lovasterapeuta (30) 603 - 9899 hevesijohanna@gmail.com 16 gyermek (autista, Down-szindrómás) 4-12 éves, heti 1x	
Patás Paitás Közhasznú Egyesület INFO	9081 Győrújbarát, Külterület 013/5 Schubkégel Krisztina (70)605 - 3922 cercerus@gmail.com www.pataspaitas.hu	tagdíj, adományok, támogatások, pályázatok, szülők
	-	
Pátyi Lovascentrum és Terápiás Park	2071 Páty, Töki út 011/47 hrsz (20) 498 - 9755 (20) 261 - 1400 www.terapiaspark.hu info@terapiaspark.hu terapiaspark.paty@gmail.com INFO	
	-	
PszichoFészek Pszichológiai Magánrendelő INFO	1035 Budapest, Vörösvári út 23. A terápia helyszíne: 2071 Páty, Bellandor Lovasközpont , Jenei Dűlő 020/54-HRSZ (20) 454-9682 www.pszichofeszkek.hu INFO	A terápiaik önköltségesek.
	Majoross Kinga , klinikai szakpszichológus, családterapeuta, lovas pszichoterapeuta (1) 466 - 5055, majorossk@hotmail.com Nemrég nyitottuk pszichológiai magánrendelőnket a III. kerületben Óbudán, klinikai szakpszichológusunk egyben lovasterapeuta is. Terápiára bejelentkezni a rendelőben lehet. A lovas pszichoterápiás foglalkozások most indulnak, ezeken pszichológiai és magatartási problémákkal rendelkező gyerekek és szüleik vehetnek részt heti rendszerességgel.	
Pszichológiai és Pedagógiai	Válaszutak Lovasklub 8105 Pétfürdő-külterület	A terápiaik önköltségesek.

Intézet	(70) 312 - 6533 www.piptrening.hu	
	-	
Szivárvány Autista Alapítvány	6724 Szeged, Csongrádi sgt. 114. IV/20.	az Egyesület
	Hevesi Tímea Mária , gyógypedagógus, lovasterapeuta (30) 603 - 9899 hevesijohanna@gmail.com 8 fiatal autista, 16-20 éves, heti 1x	
UNICORNIS Lovasterápia és Lovas Központ 	9771 Balogunyom, Arany János u. 21. +36 94 356-081; +36 30 413-5803 www.unicornis97.hu és gyorgypal@t-online.hu 72300224-10013027 18886250-1-18	UNICORNIS Egészségforrás alapítvány; ill. a szülők hozzájárulást fizetnek
	Györgypál Zoltánné , gyógytornász, hippoterapeuta, (30) 413-5803 gyorgypal@t-online.hu 109 fő mozgássérült, értelmi fogyatékos, pszichés problémával küzdő, 4-62 évesek. Tevékenységeink: lovasterápia (hippoterápia, gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna) parasport, lovaglás oktatás, ló kiképzés, szakmai gyakorlóhely (terapeuták szakmai és lovas vizsgára felkészítése) Szakembereink: lovasterapeuták, lovas edző, lovasoktatók, lovasterápiás segítők.	
Vakok Óvodája, Általános Iskolája, Speciális Szakiskolája, Egységes Gyógypedagógiai Intézménye, Diákotthona és Gyermekotthona	1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 39. (36-1) 363-3343, 363-4144 (36-1) 363-1906 www.vakisk.hu titkarsag@vakisk.hu	Intézményünk, Nemzetközi Gyermekekmentő Szolgálat, MOL-Új Európa Alapítvány, FSZK (Fogyatékos Személyekért Közalapítvány)
	Szüle Eszter , gyógypedagógus-lovasterapeuta 40-45 fő látássérült - csatlakozó sérülések, 4-12 éves	

(Az összeállítást készítette a **Jó Úton-Lóháton Alapítvány** az Európai Bizottság által támogatott az **Állatterápiák a fogyatékosokért projekt** keretein belül. (www.lovasok.hu))

2. számú melléklet

Szakdolgozati interjú kérdések:

Szülők:

1. Milyen nemű a gyermeke?
2. Mennyi idős?
3. Milyen típusú autizmusa van?
4. Hallott már a lovasterápiáról? Ha igen honnan?
5. Próbálták már?

Igen:

Ki ajánlotta?

Hol próbálták?

Mik a tapasztalatai?

Változtatna valamit ezen a terápiás módszeren?

Nem:

Miért?/ Milyen okból?

Orvosi javaslatra megtenné?

6. Ön szerint hol/hogyan kellene reklámozni, hogy népszerűbb legyen ez a terápiás módszer?

Terapeuták:

1. Járnak Önhöz autista gyerekek lovagolni?
2. Körülbelül mennyien?
3. Átlagosan milyen korúak?
4. Mennyi ideig tart 1-1 ember terápiaja, mitől függ?
5. Végig szokták csinálni?
6. Tapasztalta már, hogy a szülő lótól való félelme miatt akadályozza gyermekét a terápiában?
7. Milyen változásokat észlel a gyerekeknél?
8. Ön szerint kellőképpen vannak tájékoztatva az emberek erről a terápiás módszerről?
9. Ha tehetné, vezetne be változásokat a Magyar lovasterápiába? Ha igen, mit?

3. számú melléklet

BEMUTAKOZÁS:

Alternatív Képességfejlesztő Lovasterapeuta Akkreditált Képzés indul



Az alternatív képességfejlesztő lovasterapeuta akkreditált képzés egy hatalmas önismereti útra invitál Téged: a tanfolyam során a hallgatók saját magukon tapasztalhatják meg e terápia jótékony hatásait!

A képességfejlesztés lóháton megoldást jelenthet tanulási nehézségek, önbizalomhiány, beilleszkedési probléma, konfliktus helyzetek kezelésében, és önmegevalósítás esetén.

A képzés célja a különböző képességek és készségek területén hiányosságokat mutató kliens kezelése, fejlesztése, olyan eszközrendszer használatával, mely problémafeltáró, problémaelemző és -kezelő feladatokat lát el és old meg a kliens, adott esetben a szülő és a foglalkozást vezető személy szoros együttműködésével.

Ez a módszer **gyermekeknél és felnőtteknél egyaránt jól alkalmazható**. Fogyatékkal élőkkel és pszichiátriai kezelésre szorultakkal e képzés során nem kompetenciánk foglalkozni.

- **Képzési idő:** 168 óra (2 félév, 12x2 nap)
- **A képzés moduljai:**
 1. Lóismeret és gyakorlat 70 óra
 2. Képességfejlesztés 70 óra
 3. Kommunikációs tréning 28 óra
- **Csoportlétszám:** max. 12 fő

A képzésbe való bekapcsolódás feltételei:

- Végzettség: legalább **középfokú végzettség**
- Egészségügyi alkalmasság: Általános egészségügyi alkalmasság, amelyről a jelentkező nyilatkozik.

Tanúsítványt a teljes képzés végén, a sikeres záróvizsga után kapnak a résztvevők. A képzésre jelentkezni önéletrajz, [jelentkezési lap](#) és 50.000 Ft regisztrációs díj befizetésével lehet.

A képzés díja:

- 50.000 Ft regisztrációs díj* + 25.000 Ft/hó (egy éven keresztül)
- Jegyzet ára: 5.000 Ft/félév

Képzés helyszíne: 6120 Kiskunmajsa, Kőkút dűlő 11.

Képzés időpontjai:

- **2017. márciusában induló csoport:**

I. félév:

2017. március 18-19., április 8-9.; május 13-14., június 17-18.,
július 15-16., augusztus 19-20.

Elérhetőség:

Kiss Tímea Tel.: 0630/847-3202

Lópofa Egészségmegőrző és Oktató Kft.

6120 Kiskunmajsza, Kőkút dűlő 11.

FHB: 18203088-06013551-40010019

www.lopofa.hu; lovasterapeuta@gmail.com

Felnőttképzési nyilvántartási szám: 00148-2009,

Programakkreditációs lajstromszám: PL-6403