

Terapija s pomočjo konja – izkušnje in doživljanje oseb s posebnimi potrebami

Prejeto 20. 5. 2021 / Sprejeto 27. 11. 2021

Znanstveni članek

UDK 615.825:798.2-056.26

KLJUČNE BESEDE: osebe s posebnimi potrebami, terapija s pomočjo konja, vsakodnevne aktivnosti, delovna terapija

POVZETEK – Terapija s pomočjo konja je namenjena izboljšanju zdravja in splošnega počutja oseb s prirojeno ali pridobljeno telesno ali duševno motnjo. Želeli smo ugotoviti, kako jo doživljajo uporabniki - osebe s posebnimi potrebami. V kvalitativni raziskavi smo izvedli pet polstrukturiranih intervjujev z udeleženci terapij s pomočjo konja v Konjeniškem klubu Strmol. S kvalitativno analizo podatkov smo določili 48 kod, 13 podkategorij ter 4 kategorije. Ugotovili smo, da se uporabniki pri terapijah s pomočjo konja prijetno počutijo in zaznavajo ugodne učinke, kar pozitivno vpliva na njihovo opravljanje vsakodnevnih aktivnosti. V Sloveniji bi bilo potrebno vključevanje konja v delovnoterapevtsko obravnavo bolj raziskati in nuditi strokovna izobraževanja ter prenesti znanje v prakso. Tako bi bila tovrstna obravnava dostopna več uporabnikom.

Received 20. 5. 2021 / Accepted 27. 11. 2021

Scientific article

UDC 615.825:798.2-056.26

KEYWORDS: people with special needs, equine-assisted therapy, daily activities, occupational therapy

ABSTRACT – Equine-assisted therapy is intended to improve the health and general well-being of people with a congenital or acquired physical or mental disorder. We wanted to find out how it is experienced by clients, i.e., people with special needs. As part of our qualitative research, we conducted five semi-structured interviews with clients who regularly attend equine-assisted therapies at Strmol Equestrian Club. During the qualitative data analysis, we identified 48 codes, 13 subcategories, and 4 categories. Participants in equine-assisted therapies feel comfortable and perceive positive effects, and they also experience improvement in performing their daily activities. In Slovenia, equine-assisted occupational therapy should be better researched and additional professional training should be provided to put the acquired knowledge into practice. That would make this type of treatment accessible to more clients.

1 Uvod

Živali imajo pomembno vlogo v posameznikovem življenju oz. današnji družbi, saj dajejo občutek ugodja, varnosti in zadovoljstva (Risley - Curtiss idr., 2011). Študije dokazujejo, da so lastniki živali sposobnejši in učinkovitejši pri opravljanju vsakodnevnih aktivnosti. Interakcija človek – žival je svojevrstna, globoka in vzajemno koristna, saj pozitivno vpliva na zdravje ter dobro počutje posameznika in živali ter odnose med ljudmi (Sterman in Bussert, 2020).

Na svetu se okoli 15 % populacije spopada z določeno motnjo, zato se zanje uveljavljajo različne oblike pomoči (WHO, 2020). Vedno pogosteje se uporabljajo terapije s pomočjo živali, ki predstavljajo terapevtsko uporabo živali v dopolnilni obliki rehabilitacije uporabnikov z akutnimi ali kroničnimi boleznimi za doseganje terapev-

tskih ciljev, in aktivnosti s pomočjo živali, ki so manj formalne, bolj spontane in pri katerih cilji niso ovrednoteni ali opredeljeni (Calcaterra idr., 2015).

Terapevtsko jahanje oz. terapija s pomočjo konja (TPK) je med drugim namenjena izboljšanju zdravja in splošnega počutja oseb s posebnimi potrebami (OPP) (White - Lewis, 2019) s poudarkom na njihovih sposobnostih, prednostih in močnih področjih (Martin idr., 2019). Konj je socialna žival, ki odlično zaznava uporabnikovo razpoloženje in govorico telesa ter daje občutek varnosti. TPK predpostavlja profesionalne okoliščine (Marinšek in Tušak, 2007), zato je učinkovita, varna in priljubljena tako v tujini (White - Lewis, 2019) kot tudi v Sloveniji, kjer se čedalje pogosteje uporablja v rehabilitaciji in habilitaciji OPP (Kovačič in Žnidarčič, 2015). Običajno v TPK sodelujejo vodič konja in eden ali dva strokovno usposobljena terapevta z ustrezno izobrazbo, ki hodita vsak na eni strani konja, da uporabniku zagotovita varnost (Latella in Abrams, 2015).

Številne študije opisujejo širok nabor fizičnih (npr. izboljšanje ravnotežja, fine motorike, koordinacije, mišične moči, znižanje zvišanega mišičnega tonusa) (White - Lewis, 2019; Zadnikar in Kastrin, 2011), psiholoških (npr. povečanje samozavesti, izboljšanje razpoloženja, koncentracije) (Traiser in Huot, 2015) in socialnih učinkov TPK (npr. izboljšanje socialne komunikacije, družbene interakcije) (Martin idr., 2019; Govender idr., 2016). Doseže se jih s tipičnim sedenjem, ležanjem oz. sprostitvenim položajem na konju (fleksija in esktenzija trupa, roki prosto visita), s sedenjem, tako da je uporabnik obrnjen s hrbtom proti konjevi glavi, z jahanjem s sedlom ali brez sedla, z raztezanjem, seganjem, komuniciranjem, vodenjem, opazovanjem in božanjem konja (White - Lewis, 2019), z različnimi aktivnostmi za prečkanje medialne linije in prenos teže (Traiser in Huot, 2015), z oskrbo oz. negovanjem konja ipd. (Andreasen idr., 2017). Prednost TPK je tudi izvajanje v naravnem okolju oz. na prostem, kjer je, v primerjavi s terapijami v institucijah, bolj sproščeno vzdušje, spodbudnejša socialna klima in edinstvena učna situacija (Tan in Simmonds, 2017; Govender idr., 2016), ki izboljša telesno kondicijo, krepi imunski sistem in prispeva k bolj zdravemu življenjskemu slogu (Rotheram idr., 2017). Uporabniki TPK oblikujejo nove vloge, in sicer vlogo jahača, člana konjeniškega kluba (KK), skrbnika konja ipd. (Martin idr., 2019). Navedeno omogoča vključevanje v vsa področja delovanja ter posledično večjo kakovost življenja in zdravja posameznika (Risley - Curtiss idr., 2011).

Ena izmed oblik TPK je tudi ergoterapija oz. delovnoterapevtska obravnava s pomočjo konja, ki jo izvajajo in vodijo strokovno usposobljeni delovni terapevti z znanjem s področja konjeništvaja in dodatnim znanjem za izvajanje TPK (Andreasen idr., 2017). Namenjena je predvsem osebam z motnjo v senzorično-motorični integraciji (DKThR, 2020), ob upoštevanju posameznika in ustreznih prilagoditev pa tudi OPP. Tekom TPK OPP z vključevanjem v smiselne aktivnosti na konju, ob konju ali v hlevu izkusi konja preko vseh svojih čutil (taktilno, proprioceptivno, vestibularno, vizualno, avditorno, vohalno, okušalno), se zave svojega telesa, izboljša motorične, procesne in socialno-interakcijske spretnosti, sposobnosti senzorne integracije ter se lažje prilagaja dražljajem iz okolja (CIRIUS Kamnik, 2020; Llambias idr., 2016). Iz izkušenj ob izvajanju aktivnosti skrbi za konja v okviru TPK, npr. čiščenje konja, skrb

za vodo, hrano, pospravljanje konjske in svoje opreme, se OPP uči o skrbi zase, strukturi dneva in opravil, izboljša časovno organizacijo in prostorsko orientacijo (Burr in Wittman, 2019). Tako aktivnosti in pridobljene spretnosti prenese na ostala področja človekovega delovanja (Traiser in Huot, 2015). Namen delovnoterapevtske obravnave s pomočjo konja je prepoznati uporabnikove cilje, potrebe in močna področja ter izboljšati izvajanje vsakodnevnih aktivnosti in kakovost njegovega življenja (Andreasen idr., 2017).

Z raziskavo smo želeli ugotoviti, kako TPK doživljajo OPP, kaj menijo o tovrstni terapiji, pri čem jim pomaga, kako učinkuje na njihovo fizično, psihološko in socialno delovanje ter kako se učinki odražajo v izvajanju vsakodnevnih aktivnosti in kaj jih pri TPK podpira oz. ovira. Zastavili smo si raziskovalno vprašanje: »Kako OPP doživljajo TPK?«

2 Metode

2.1 Raziskovalna metoda in tehnika zbiranja podatkov

Uporabili smo fenomenološki kvalitativni raziskovalni pristop, v katerem smo podatke zbirali s polstrukturiranim intervjujem. Sekundarne podatke smo pridobili s pregledom domače in tuje literature, ki smo jo iskali z uporabo bibliografskih baz COBISS, PubMed, Web of Science in CHINAL.

2.2 Opis instrumenta

Na osnovi pregleda literature in raziskovalnega vprašanja smo pripravili vodilo za polstrukturirani intervju. Sedem vprašanj se je nanašalo na razloge za vključitev v TPK, potek TPK, občutke, pomen, pridobitve in doprinos TPK za OPP ter na podporo in ovire pri TPK.

2.3 Opis vzorca

V vzorec smo vključili pet OPP (motnja v duševnem razvoju, gibalna oviranost, Downov sindrom ipd.) različne starosti (22–37 let), ki se udeležujejo TPK v KK Strmol. Tri OPP so ženskega in dve moškega spola.

2.4 Opis zbiranja in obdelave podatkov

Za izvedbo raziskave smo pridobili soglasje kluba, ki je OPP tudi povabil k sodelovanju v intervjuju. Sodelujoči (poimenovani INT. 1-INT. 5) so bili seznanjeni z namenom raziskave, podpisali so soglasje o prostovoljnem sodelovanju ter objavi rezultatov. Intervjuje, ki smo jih izvedli v juliju 2020 in so potekali povprečno 60 minut, smo z dovoljenjem uporabnikov posneli in dobesedno prepisali. Pridobljene podatke smo nato kvalitativno vsebinsko analizirali na osnovi kodiranja. Pri kodiranju smo posamezne dele besedila kategorizirali z namenom pojasnitve proučevanega pojava. Besedilu vsakega intervjuja so pripisani koda, kategorija in podkategorija (Kordeš in Smrdu, 2015).

V raziskavi smo dosledno upoštevali Zakon o varstvu osebnih podatkov in etična načela Kodeksa etike delovnih terapevtov Slovenije (ZDTS, 2018), zagotovili smo anonimnost in zaupnost podatkov ter skrbno varovali pravice intervjuvancev.

3 Rezultati

S kvalitativno analizo podatkov smo oblikovali 48 kod, ki smo jih povezali v 13 podkategorij ter 4 kategorije (tabela 1).

Tabela 1: Kategorije, podkategorije, kode

Kategorija	Podkategorija	Kode
Vključitev v TPK	Razlogi za vključitev v TPK	konj najljubša žival želja po učenju jahanja zanimanje za konje dodatna terapija
	Pridobitev informacij o TPK	telefonski klic uporabnika/staršev v KK preko spleta pri osebnem zdravniku
	Prvo srečanje s konjem	pozitiven občutek zaupanje vodiču konja, terapevtu strah pomisleki staršev glede varnosti
	Potek TPK	negovanje in sedlanje konja jahanje, izvajanje različnih aktivnosti na konju božanje in priboljški
Doživljanje TPK	Občutki med TPK	občutek ugodja, letenja sproščenost, smeh izguba občutka za čas odmisliti vsakodnevne skrbi, pomiritev občutek stabilnosti
	Občutki po TPK	veselje, zadovoljstvo napolnitev z energijo, motiviranost sprejemljiva bolečina v mišicah rok in nog utrujenost
Pomen, pridobitve in doprinos TPK za OPP	Pomen TPK	konj – prijatelj konj najboljši učitelj, terapevt in motivator sprostitvev fizična aktivnost – rekreacija okupacija

Pomen, pridobitve in doprinos TPK za OPP	Izboljšanje na telesnem področju	izboljšanje motoričnih spretnosti povečanje, pridobivanje mišične moči, telesne vzdržljivosti izboljšanje drže in ravnotežja znižanje povišanega mišičnega tonusa izboljšanje senzibilitete
	Izboljšanje na duševnem področju	samosprejemanje, zaupanje v svoje sposobnosti pridobitev samozavesti izboljšanje razpoloženja izboljšanje pozornosti in pomnjenja
	Izboljšanje na socialnem področju	pogostejša komunikacija večja sprejetost v družbi
	Doprinos TPK k vsakodnevnim aktivnostim	samostojnejše, učinkovitejše izvajanje ODA in ŠDA motiviranost za izvajanje vsakodnevnih aktivnosti vključevanje v več aktivnosti
Podpore in ovire pri TPK	Podpore	družina KK, zaposleni pri TPK, uporabniki TPK zaposleni in prijatelji iz VDC
	Ovire	pomanjkanje časa vsakodnevne obveznosti staršev

Vir: Lastni vir, 2021.

4 Razprava

V nadaljevanju predstavljamo nekatere najpomembnejše ugotovitve raziskave, podprte s citati in literaturo.

Vključitev v TPK

Burr in Wittman (2019) omenjata, da ima mnogo OPP interes po sodelovanju v aktivnostih, ki vključujejo interakcijo z živalmi. INT. 5 so najljubše živali konji, zato se je želel vključiti v TPK in se naučiti jahanja: »Hotla sem se neki naučiti sama, sej več, jezdenje.« Demšar Goljevšček (2010) pravi, da se uporabniki med jahanjem učijo pravilne drže, sedenja, aktivnosti na konju in spoznavajo konja. INT. 1 pa je kot razlog za vključitev v TPK navedel dodatno terapijo: »Odkar sem 18 let stara, mi ne pripada več nobena druga terapija, razen samoplačniško, a ne. In potem sem rekla pač, da je boljše, da združim strast pa terapije.« TPK je opredeljena kot dopolnilna (alternativna) oblika rehabilitacije, ki uporabnikom predstavlja svojevrstno terapijo (Naste idr., 2018).

Rotheram idr. (2017) so ugotovili, da skrb za živali prispeva k boljšemu duševnemu zdravju ter dobremu počutju OPP. S smiselnimi aktivnostmi, kot so čiščenje hleva in maneže ter hranjenje, negovanje in čiščenje živali, se razvijajo uporabnikove spretnosti na različnih področjih, odgovornost do živali in posledično odgovornost na področju skrbi zase (Burr in Wittman, 2019; Rotheram idr., 2017). INT. 1 o tem pove: »Tut to, da si konja sam pripraviš do določene mere, kolko ti motorika in to dopušča, ma svoj čar. In mi je ful všeč.«

Doživljanje TPK

Udeleženci v raziskavi doživljajo TPK kot ugodje, kjer odmislijo vsakodnevne skrbi in se umirijo: »V redu se počutim, ne, odlično se počutim. Tu je najboljše.« (INT. 3). O občutkih pomirjenosti zaradi jahanja pa poroča INT. 4: »Beli Cody [...]. Tak gre umirjeno, pa me ta ritem tudi pomiri.« INT. 1, ki od rojstva uporablja invalidski voziček, ima med jahanjem občutek letenja in pove: »Joj, ko sedim na konju, bi pa to jst najlažje opisala, ko da letim.« Tudi Lemke idr. (2014) so predstavili podoben občutek uporabnice TPK, ki prav tako vsakodnevno uporablja invalidski voziček. Zanj je jahanje nekaj izjemnega, saj ima na konju občutek, da pridobiva izkušnjo hoje.

Intervjuvanci v raziskavi so navajali tudi izgubo občutka za čas med TPK. INT. 2 pravi: »Meni je to tak fajn, da kr pozabim, hitro je konec. Ni mi dolgčas.« Csikszentmihalyi (2008) opiše občutek zanosa oz. flowa kot stanje popolnega zlitja posameznika z aktivnostjo, ki v njem vzbudi občutek užitka, sreče in zmanjša občutek za čas.

Llambias idr. (2016) so opazili, da so otroci z motnjo avtističnega spektra po delovnoterapevtski obravnavi s pomočjo konja izražali veselje s smejanjem, vriskanjem in petjem. Tudi intervjuvanci v naši raziskavi izkazujejo veselje in zadovoljstvo po TPK. INT. 4 svoje občutke pojasni tako: »Krasno, fajni je občutek. Tak se mi zdi, da sem velik naredu [...]. Sem zadovoljen pa vedno sem nasmejan.« Tudi delovna terapevtka Heffernanova (2016) je ugotovila zadovoljstvo oz. navdušenost otrok nad TPK. Starši so povedali, da je TPK v otrocih spodbudila nova zanimanja, saj se doma pogosto pogovarjajo o konjih. Podobno ugotavljajo Rupnik Mihelčič in Robida (2018), ki opisujeta, da je uporaba živali v terapevtski obravnavi motivacijski dejavnik, ter Llambias idr. (2016), ki pravijo, da je motivator za razvoj osebnih potencialov. INT. 1 opiše: »Po terapijah sem polna energije [...], polna motivacije in zato še grem neki delat, me motivira.«

Pomen, pridobitve in doprinos TPK za uporabnike

Obstaja vrsta študij, ki pričajo o vsestranskih učinkih TPK pri težavah OPP, ki so posledica cerebralne paralize, Downovega sindroma, multiple skleroze, motenj avtističnega spektra, motenj senzorne integracije, učnih težav, motenj hranjenja, sindroma odvisnosti od alkohola/drog ipd. (White - Lewis, 2019; Andreasen idr., 2017; Rotheram idr., 2017).

Konj sodelujočim pomeni sprostitev in fizično aktivnost ter jim predstavlja prijatelja, učitelja, terapevta in motivatorja, kar pojasni INT. 1: »Vedno bom mela enega prijatla na štirih nogah [...]. Tudi če ne zna govorit, on je najboljši terapevt sam po sebi [...]. Bistvo je konj moja najboljša motivacija.« INT. 1 je še povedal, da mu konji predstavljajo okupacijo: »Konji so res moja okupacija in ugotovila sem, kolko mi lahko dajo.« Reed idr. (2011) navajajo, da vključevanje v okupacijo obogati in osmišlja življenje uporabnika ter pripomore k višji kakovosti življenja.

Berg in Causey (2014) omenjata izboljšanje ravnotežja pri uporabnikih po možganski kapi in z multiplo sklerozo, ki so sodelovali v TPK. Tudi Zadnikar in Kastrin (2011) sta ugotovila, da se že po krajšem času sedenja na konju v koraku izboljšata drža in ravnotežje uporabnikov s cerebralno paralizo. Vsi intervjuvanci, sodelujoči v

naši raziskavi, so omenili izboljšanje drže: »Ja, za držo mi pomaga, se bol ravno držim.« (INT. 3). Izboljšale so se jim tudi motorične spretnosti, fina motorika, mišična moč, telesna vzdržljivost in senzibiliteta, znižal se je povišan mišični tonus. »Pa bolj močen sem, mam mišice. Mam pa tudi več kondicije, ko včasih.« (INT. 2). Podobno sta Kovačič in Žnidarčič (2015) v raziskavi pri otrocih s PP, ki so obiskovali intenzivno razvojno-nevrološko obravnavo v kombinaciji s TPK, ugotovila izboljšanje mišične moči, telesne zmogljivosti, ravnotežja, koordinacije oko-roka in gibljivosti. White-Lewis (2019) je ugotovil, da konjeva toplota pri jahanju brez sedla oz. neposreden stik med konjem in uporabnikom omogoča znižanje povišanega mišičnega tonusa (spastičnosti) in izboljšanje mobilnosti. Navedeno pojasni INT. 1: »Mam pa povišani mišični tonus in mi to konj ful zniža.«

Intervjuvanci v naši raziskavi so z vključevanjem v TPK izboljšali razpoloženje, pozornost in pomnjenje ter pridobili tudi samozavest, zaupanje v svoje sposobnosti. INT. 2: »Ja, bol samozavesten sem.« O boljšem razpoloženju poroča INT. 5: »Ko pridem sem, sem ful srečna, ful nasmejana, skoz se smejim, tak sem ful drgačna, če pa ne bi prišla sem, pol bi bla pa žalostna, slabe volje.« INT. 1 o sprejemanju sebe, zavedanju svojih sposobnosti in zaupanju vanje pove: »Nisem poznala svojih sposobnosti, ki zdej vem, da jih mam in sem jih mogoče spoznala s pomočjo konjev. Dali so mi moč, da se borim naprej, da sprejemem sebe in peljem to naprej tako, kot je.«

Llambias idr. (2016) kot učinek delovnoterapevtske obravnave s pomočjo konja opisujejo večjo osredotočenost na aktivnost in pripravljenost za sodelovanje. Tan in Simmonds (2017) poudarjata, da prisotnost konja izboljša sprejetost posameznika v družbi in znižuje stigma. Tudi udeleženci v naši raziskavi sedaj pogosteje komunicirajo in občutijo večjo sprejetost v družbi. O pridobitvah TPK nas je prepričal INT. 3: »Pa pol lahk velik govorim s konji in z ostalimi tukaj.« INT. 1 doda: »Tut predsodki sama do sebe, ki sem jih mela, se je to s konji mogoče popravlo.«

Predhodno opisane pridobitve TPK vplivajo na samostojnejše in učinkovitejše izvajanje osnovnih ter širših dnevnih aktivnosti intervjuvancev, na motiviranost za izvajanje vsakodnevnih aktivnosti in na vključevanje v več aktivnosti. Tudi Hefferman (2016) zatrjuje, da TPK izboljša izvedbo osnovnih dnevnih aktivnosti (oblačenje, hranjenje), prav tako širših dnevnih aktivnosti, izboljšave so vidne na področju dela, prostega časa in sodelovanja v družbi. INT. 1 razloži: »Doma po stanovanju sem precej samostojna, zahvaljujoč moji volji in konjem. Predno sem začela hodit na konje, nisem mogla sama na wc v študenta, zdej lahka grem. Fajn je, ko sm dobla moč od terapij, npr. v študentu se prestavim sama, tut v posteljo [...]. Moj velik napredek je zdej to, da stopim na nogo in nardim par korakov, a ne, je to v velki meri od samih terapij s konjem.« INT. 2 se zaradi pridobitev TPK vključuje v več aktivnosti: »Lahko pomagam doma, bratu zunej, kosiva skup, grabim, mi pusti, ko sem močen. Pa mami v kuhni. Včasih mizo pripravim, včasih pomagam tudi sekati kaki krompir, ga olupim.«

Podpore in ovire pri TPK

Intervjuvance pri TPK podpira družina, zaposleni pri TPK in v KK ter zaposleni in prijatelji iz varstveno-delovnega centra. INT. 5 pove: »Pa tu so vsi tak fajn, vedno

me pohvalijo.« Jaarsma idr. (2014) so v svoji raziskavi ugotovili, da OPP pri izvajanju aktivnosti najbolj spodbujajo družina, partner ali otrok, ki predvsem nudijo emocionalno podporo. Družina zagotavlja tudi ekonomsko podporo. INT. 4 podpirajo ostali uporabniki TPK v KK Strmol, kar pomeni, da s TPK širi socialno mrežo. TPK se lahko izvaja tudi v skupini, kar zahteva sodelovanje in komunikacijo med uporabniki ter omogoča širjenje socialne mreže in krepitev socialno-interakcijskih spretnosti (Hauge idr., 2014). Kot podporni dejavnik INT. 1 in INT. 4 omenjata še dostop do KK, ki je omogočen tudi osebam z invalidskim vozičkom. »Do kluba se lahko pripeljem do maneže, majo dovoz [...]. In potem je čisto dostopno, tudi na konja.« (INT. 1).

Intervjuvanci večjih ovir pri TPK ne navajajo, omenijo le pomanjkanje časa in vsakodnevne obveznosti staršev, kar pojasni INT. 1: »Časovna stiska, seveda.« Podobno Jaarsma idr. (2014) ugotavljajo, da več kot tretjina parašportnikov ne zazna ovir pri športnem udejstvovanju. V naši raziskavi INT. 2 ni navedel nobene ovire.

Omejitve raziskave

V prihodnje bi lahko v raziskavo vključili tudi uporabnike TPK iz drugih KK, centrov ali zavodov ter pridobljene rezultate med seboj združili. Z večjim vzorcem v raziskavi bi zagotovili večjo objektivnost in veljavnost. Pomanjkljivost je tudi, da je ena od avtoric raziskave hkrati članica KK Strmol, kar je lahko prispevalo k raziskovalčevi (ne)pristranskosti pri izvedbi raziskave, predvsem intervjujev.

Prednosti raziskave

V Sloveniji je zelo malo raziskav o TPK, zato menimo, da je naša raziskava lahko v pomoč strokovnemu osebju, vodjem in terapevtom TPK, med katerimi so tudi delovni terapevti, vodičem konja ter KK in ostalim ponudnikom TPK.

5 Zaključek

Ugotovili smo, da se OPP pri TPK počutijo prijetno, zaznavajo pozitivne učinke na fizičnem (izboljšanje mišične moči, vzdržljivosti, ravnotežja), psihološkem (pridobitev samozavesti) in socialnem (sprejetost v družbi) področju, izboljša se tudi njihovo izvajanje vsakodnevnih aktivnosti. Konja opisujejo kot prijatelja, učitelja, terapevta in motivatorja ter menijo, da je TPK njihova pomembna fizična aktivnost in celo okupacija. Delovni terapevti dobivajo vse pomembnejšo vlogo v TPK. Ob konju ohranjajo, krepijo in/ali izboljšajo uporabnikove motorične, procesne in socialno-interakcijske spretnosti ter spodbujajo posameznikovo izvedbo aktivnosti, izvajanje vlog, vključevanje v okolje in posledično zvišujejo kakovost življenja. Delnoterapevtsko obravnavo s pomočjo konja je potrebno obravnavati in promovirati kot eno izmed potencialnih oblik terapije in prostočasne aktivnosti za OPP. V Sloveniji je smiselno to področje bolje raziskati, izvesti kakovostne študije, nuditi strokovna izobraževanja in prenesti znanje v prakso ter tako tovrstno obravnavo omogočiti več uporabnikom.

Alenka Oven, PhD, Anka Kregar

Equine-Assisted Therapy – Experiences and Perceptions of People with Special Needs

Animals play an important role in the lives of individuals and society, providing a sense of well-being, security, and satisfaction (Risley-Curtiss et al., 2011). Fifteen percent of the world's population faces various health disorders, which is why different types of support are used (WHO, 2020). Animal-assisted therapy is becoming increasingly common. Equine-assisted therapy (EAT) or hippotherapy is one such example; it is designed to improve the health and well-being of people with special needs (White-Lewis, 2019).

Numerous studies have described a wide range of physical effects, e.g., improving balance, fine motor skills, coordination, muscle strength (White-Lewis, 2019; Zadnikar & Kastrin, 2011), psychological effects, e.g., increasing self-confidence, improving concentration (Traiser & Huot, 2015), and social effects, e.g., improving social communication and social interaction of EAT (Martin et al., 2019; Govender et al., 2016).

The effects are achieved through a range of active positions on the horse, which usually include sitting on the horse, lying on the horse, sitting backwards, and riding with or without a saddle. In addition, the activities also include handling and petting a horse (White-Lewis, 2019), midline-crossing and weight-bearing activities (Traiser & Huot, 2015), and grooming a horse (Andreasen et al., 2017)

In comparison, one example of EAT is also occupational therapy or occupational therapy with the use of horses, which is provided by professionally trained occupational therapists with knowledge of horses (Andreasen et al., 2017). It is primarily intended for individuals with impaired sensorimotor integration (DKThR, 2020), but can also be used with individuals with special needs if it is appropriately adapted to the individual. Engaging in different meaningful activities with a horse, on a horse or simply in the stable provides not only sensory experiences for all the senses (tactile, proprioceptive, vestibular, visual, auditory, olfactory, gustatory), but also self-awareness, improvement of motor, procedural, and social interaction skills, sensory integration skills, and easier adaptation to environmental stimuli (CIRIUS Kamnik, 2020; Llambias et al., 2016).

The goal of occupational therapy intervention with equine-assisted activities is to identify the client's goals, needs and strengths, improve activities of daily living, and enhance quality of life (Andreasen et al., 2017).

This study examined the perception, meaning and impact of EAT for individuals with special needs. The guiding research question was: "How do people with special needs experience EAT?"

The qualitative research design involved 5 semi-structured interviews conducted with individuals with special needs (intellectual disability, motor impairment, Down

syndrome, etc.) at the Strmol Equestrian Club. Additional information was obtained through a literature search in the following databases: COBISS, PubMed, Web of Science and CINAHL.

The interview consisted of 7 questions and lasted 60 minutes, on average. The questions were related to the reasons for participating in EAT, the course of EAT, the feelings experienced, the purpose, meaning and contribution of EAT for people with special needs. Questions were also asked about strengths and barriers related to EAT. In addition, the Personal Data Protection Act and the Code of Ethics for Occupational Therapy (ZDTS, 2018) were observed, and anonymity and confidentiality of personal data were ensured.

The results of the qualitative data analysis identified 48 codes, 13 subcategories and 4 categories: participation in EAT; experience of EAT; purpose, meaning and contribution of EAT for individuals with special needs; strengths and barriers of EAT.

Burr and Wittman (2019) reported a high level of interest among people with special needs in activities that involve interaction with animals. INT 5 pointed out that his favourite animals are horses and that this was his reason for joining EAT and learning to ride: "I wanted to learn to do something myself, like ride a horse." Meaningful activities, such as cleaning the stable, leading the horse, feeding the horse and grooming, develop the skills of people with special needs in different areas of activity, their responsibility towards animals, and consequently their responsibility for self-care (Burr & Wittman, 2019; Rotheram et al., 2017). INT 1 commented on the same topic: "Also, it has its own appeal to prepare your own horse to a certain extent, as far as motor skills allow. And I like that very much."

Study participants experienced EAT as a pleasure where they could block out the worries of everyday life and come to relax: "I feel good, no, I feel excellent. This is the best place." (INT 3). INT 1, who has used a wheelchair since birth, feels that riding a horse is like flying: "Oh, when I am on a horse, the easiest way to describe it is that I am flying." Lemke et al. (2014) described a similar feeling with a client in a wheelchair who engaged in EAT and pointed out that riding a horse is special because you feel like you are walking while sitting on a horse. The respondents in our study also mentioned losing sense of time during EAT. Csikszentmihalyi (2008) described the ecstatic feeling or flow as a merging between human and animal during an activity that produces a feeling of pleasure and happiness, and makes you lose track of time.

The horse provides relaxation and physical activity for the participants. It is also their friend, teacher, therapist, and motivator. For INT 1, horses represent an occupation: "Horses are really my occupation and I have realized how much they can give me." Reed et al. (2011) cited that participation in an occupation enriches life, gives it meaning, and contributes to a higher quality of life. All respondents noted improvements in posture, fine motor skills, muscle strength, physical endurance, sensation, and a reduction in increased muscle tone as a result of participation in EAT. Similarly, Kovačič and Žnidarčič (2015) noted improvement in muscle tone, physical endurance, balance, eye-hand coordination, and mobility in their study of children with special needs who participated in a neurodevelopmental treatment combined with EAT. The

subjects in our study improved their mood, attention, and memory. They also gained self-esteem and confidence in their abilities. INT 1 commented on self-acceptance, awareness, and confidence in one's abilities: "I did not know my own abilities; now I know I have them and maybe now I can recognize them with the horses' help. They have given me the strength to fight on, accept myself, and carry on as it is." Tan and Simmonds (2017) highlight that the presence of a horse improves an individual's acceptance in society and reduces stigma, which can be compared to the results of our study where participants in EAT communicate more frequently and feel more accepted in society.

The benefits described by EAT improved our respondents' independence, efficiency, and motivation in performing basic and instrumental daily activities. In comparison, Heffernan (2016) claims that EAT improves the performance of basic daily activities (dressing, feeding) and instrumental daily activities, productivity, leisure, and community engagement. INT 1 stated: "I am quite independent at home in my flat, thanks to my will and the horses. Before I started with the horses I could not go to the bathroom in the dorm, now I can. It is nice that I have gained strength through the therapies. For example, I can move around the dorm by myself; in bed too... My big improvement is that now when I step on my foot I can take a few steps, aah... that's largely due to the therapies with the horses."

In addition, the study participants had support from their family, from staff at the equestrian club, and from staff and friends at the EAT centre. Beyond that, the study participants cited no major barriers, only a lack of time and their parents' daily responsibilities.

In conclusion, our study found that people with special needs feel comfortable, experience positive physical, psychological, and social feelings, and improve in their performance of daily activities through EAT. Occupational therapy with horses should be addressed and promoted as a possible form of therapy and leisure activities for people with special needs. In Slovenia, this field should be researched more; quality studies should be performed; professional education should be provided; knowledge should be transferred into practice and this type of treatment should be made available to as many patients as possible.

LITERATURA

1. Andreasen, G., Stella, T., Wilkison, M., Moser, C. S., Hoelzel, A. and Hendricks, L. (2017). Animal-assisted therapy and occupational therapy. *Journal of Occupational Therapy, Schools&Early Intervention*, 10, št. 1, str. 1–17.
2. Berg, E. L. and Causey, A. (2014). The life-changing power of the horse: Equine-assisted activities and therapies in the U. S. *Animal Frontiers*, 4, št. 3, str. 72–75.
3. Burr, M. and Wittman, P. (2019). The influence of a therapy dog on a pediatric therapy organization: A mini ethnography. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 38, article 101083.
4. Calcaterra, V., Veggiotti, P., Palestini, C., Giorgis, V., Raschetti, R., Tumminelli, M. idr. (2015). Post-operative benefits of animal-assisted therapy in pediatric surgery: A randomized study. *PLoS One*, 10, št. 6, str. 1–13.

5. CIRIUS Kamnik – Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Kamnik (2020). Delovna terapija s pomočjo konja. Pridobljeno dne 5. 5. 2020 s svetovnega spleta: http://www.cirius-kamnik.si/dejavnosti/zdravstvo/delovna_terapija/dt_konji.
6. Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Perennial Modern Classics.
7. Demšar Goljevšček, M. (2010). Aktivnosti in terapija s pomočjo konja za razvijanje področja socialnih kompetenc in spretnosti. V: Zadnikar, M. (ur.). *Konj - sprejemanje drugačnosti: zbornik predavanj. II. kongres terapevtskega jahanja v Sloveniji, Kamnik, 14. do 15. maj 2010*. Kamnik: Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje - CIRIUS, str. 94–98.
8. DKThR - Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. (2020). Die bereiche des therapeutischen reitens. Pridobljeno dne 23. 9. 2020 s svetovnega spleta: <https://www.dkthr.de/therapeutisches-reiten/>.
9. Govender, P., Barlow, C. and Ballim, S. (2016). Hippotherapy in occupational therapy practice. *South African Journal of Occupational Therapy*, 46, št. 2, str. 31–36.
10. Hauge, H., Kvaalem, I. L., Berget, B., Enders - Slegers, M. J. and Braastad, B. (2014). Equine-assisted activities and the impact on perceived social support, self-esteem and self-efficacy among adolescents – an intervention study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 19, št. 1, str. 1–21.
11. Heffernan, J. (2016). The effect of an equine assisted therapy (EAT) programme on children's occupational performance – a pilot study. *Irish Journal of Occupational Therapy*, 45, št. 1, str. 28–39.
12. Jaarsma, E. A., Geertzen, J. H. B., de Jong, R., Dijkstra, P. U. and Dekker, R. (2014). Barriers and facilitators of sports in Dutch paralympic athletes: An explorative study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24, št. 5, str. 830–836.
13. Kordeš, U. and Smrdu, M. (2015). *Osnove kvalitativnega raziskovanja*. Koper: Založba Univerze na Primorskem.
14. Kovachič, T. and Žnidarčič, P. (2015). Vpliv intenzivne razvojnonevrološke obravnave v kombinaciji s terapijo s konjem na telesno pripravljenost otrok s posebnimi potrebami. *Fizioterapija*, 23, št. 1, str. 20–29.
15. Latella, D. and Abrams, B. N. (2015). The role of the equine in animal-assisted interactions. V: Fine, A. H. (ur.). *Handbook on animal assisted therapy: Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. 4th ed. California: Academic Press, str. 115–137.
16. Lemke, D., Rothwell, E., Newcomb, T. M. and Swoboda, K. J. (2014). Perceptions of equine assisted activities and therapies by parents and children with spinal muscular atrophy. *Pediatric Physical Therapy*, 26, št. 2, str. 237–244.
17. Llambias, C., Magill - Evans, J., Smith, V. and Warren, S. (2016). Equine-assisted occupational therapy: Increasing engagement for children with autism spectrum disorder. *American Journal of Occupational Therapy*, 70, št. 6, str. 1–9.
18. Marinšek, M. and Tušak, M. (2007). *Človek – žival: zdrava naveza*. 1st ed. Maribor: Pivec.
19. Martin, R. A., Graham, F. P., Levack, W. M. M., Taylor, W. J. and Surgenor, L. J. (2019). Exploring how therapeutic horse riding improves health outcomes using a realist framework. *British Journal of Occupational Therapy*, 83, št. 2, str. 129–139.
20. Naste, T. M., Price, M., Karol, J., Martin, L., Murphy, K., Miguel, J. and Spinazzola, J. (2018). Equine facilitated therapy for complex trauma. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 11, št. 3, str. 289–303.
21. Reed, K. D., Hocking, C. S. and Smythe, L. A. (2011). Exploring the meaning of occupation: The case for phenomenology. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 78, št. 5, str. 303–310.
22. Risley - Curtiss, C., Holley, L. C. and Kodiene, S. (2011). They're there for you: Men's relationships with companion animals. *Families in Society*, 92, št. 4, str. 412–418.
23. Rotheram, S., McGarrol, S. and Watkins, F. (2017). Care farms as a space of wellbeing for people with a learning disability in the United Kingdom. *Health & Place*, 48, str. 123–131.

24. Rupnik Mihelčič, S. and Robida, T. (2018). Pozitivni vplivi terapije s pomočjo živali na življenje posameznika. V: Galof, K. (ur.). *Iz teorije v prakso: zbornik prispevkov z recenzijo. Kongres delovnih terapevtov Slovenije*, Ljubljana, 25. in 26. oktober 2018. Ljubljana: Zbornica delovnih terapevtov Slovenije – Strokovno Združenje, str. 105–109.
25. Sterman, J. and Bussert, K. (2020). Human-animal interaction in social work: A call to action. *Journal of Social Work Values & Ethics*, 17, št. 1, str. 47–54.
26. Tan, V. X. L. and Simmonds, J. G. (2017). Parent perceptions of psychosocial outcomes of equine-assisted interventions for children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48, št. 3, str. 759–769.
27. Traiser, A. J. and Hout, K. J. (2015). A protocol for animal assisted therapy in a Midwestern hospital. Master degree. North Dakota: Occupational Therapy Capstones.
28. White - Lewis, S. (2019). Equine assisted therapies using horses as healers: A concept analysis. *Nursing Open*, 7, št. 1, str. 58–67.
29. WHO – World Health Organization (2020). Disability. Pridobljeno dne 24. 4. 2020 s svetovnega spleta: https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1.
30. Zadnikar, M. and Kastrin, A. (2011). Effects of hippotherapy and therapeutic horseback riding on postural control or balance in children with cerebral palsy: a meta-analysis. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 53, št. 8, str. 684–691.
31. ZDTS – Zbornica delovnih terapevtov Slovenije (2018). Kodeks etike delovnih terapevtov Slovenije. Pridobljeno dne 24. 4. 2020 s svetovnega spleta: <https://zdts.si/index.php/dokumenti/download/2-splosni-dokumenti/2-kodeks-etike-delovnih-terapevtov-slovenije>.

Dr. Alenka Oven, višja predavateljica na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani
E-naslov: alenka.oven@zf.uni-lj.si

Anka Kregar, diplomirana delovna terapevtka
E-naslov: anka.kregar@gmail.com