

INTERVENCIA V ASISTENCII S KOŇMI A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA DETÍ

EQUINE ASSISTED INTERVENTION AND CHILDREN'S MENTAL HEALTH PROMOTING

Jana JANIČOVÁ a Deana KOVÁROVÁ

jana.janicova@horsesheal.sk



Abstract: Equine assisted interventions (EAI) represent field of animal assisted interventions, using horses in different activities with humans. Animals usually provide extraordinary emotional support and help with experiential learning or therapeutic process to overcome different emotional difficulties. EAI designed to promote mental health and improve social-emotional competency among children was the main issue of a program organized by Horses Heal. Studies have shown it can be designed for people of all ages and horses could be incorporated into EAI for a wide variety of issues, in particular, in the social, emotional, physical, and educational domains.

Key Words: Equine Assisted Interventions, Mental Health, Social-Emotional Competency



Intervencie v asistencii s koňmi (EAI) sú zastrešujúcim termínom pre programy zamerané na zlepšenie zdravia a osobnej pohody človeka pomocou koní. Sú založené na emocionálnom/fyzickom vzťahu medzi človekom i koňom a môžu mať rekreačné, edukačné aj terapeutické ciele (Santis et al., 2017). Členíme ich na oblasť terapie - *Equine Assisted Therapy* (EAT), vzdelávania - *Equine Assisted Education/Learning* (EAE/L) a ďalších aktivít - *Equine Assisted Activities* (EAA). Sú štruktúrované, vykonáva ich tím odborníkov a zameriavajú sa na pomoc pri stimulácii viacerých oblastí zvládania emocionálnych, kognitívnych, motorických a sociálnych nedostatkov (Scopa et al, 2019). Podľa Levinsona (1997) ide o na cieľ orientovanú intervenciu využívajúcu zvieratá v liečbe, vzdelávaní i sociálnych službách s cieľom terapeutickým, vzdelávacím, rekreačným, keďže zvieratá jej proces pomáhajú umocňovať i prehľbovať. Kone predstavujú pre človeka zrkadlo, pretože patria ku kooperatívnym zvieratám, ktoré sa dokážu naladiť na reč nášho tela i na naše emócie. Program v asistencii s koňmi je založený na interakcii človeka a koňa a je jednou z efektívnych možností na podporu sociálno-emocionálnych kompetencií v prevencii duševných, emocionálnych a behaviorálnych ťažkostí u detí (Pendry & Roeter, 2013).



Benefity EAI potvrdili viacerí autori, pričom boli zistené zlepšenia v oblasti sociálno-emocionálneho učenia, zvyšovania sebauvedomenia, sebadôvery (Burgon, 2014), odolnosti a sociálno-emocionálneho učenia u žiakov so zvýšeným rizikom zlyhávania v škole (Saggers, & Strachan, 2016), zlepšenia v oblasti socializácie, komunikácie, duševného zdravia a osobnej pohody (Carmichael, 2010, Memishevskij & Hodzhikij, 2010, Rothe et al., 2005). Podľa Kendala et al. (2014) môžu kone počas intervencie u klientov viesť k pozitívnym psychologickým efektom napríklad u ľudí s telesným hendikepom, ktorým jazdenie umožní zažiť pocit „normality“. EAI podporuje sebaúctu, dôveru v seba a iných a napomáha v rozvoji komunikačných zručností (Scope et al., 2019).

Špecifická **teória** vysvetľujúca interakciu medzi človekom a zvieratom neexistuje. Niektoré pohľady sa sústreďujú na to, že zvieratá majú jedinečné atribúty, ktoré prispievajú k terapii a uľahčujú ju. Podľa iných názorov môže rozvíjanie vzťahu so zvieratom viesť k pozitívnym zmenám v kognícii a správaní cez získania nových zručností a uvedomenia si vlastného pôsobenia a zodpovednosti (Kruger & Serperr, 2010). Viacerí autori (Brickel, 1982, Friedmann et al., 1983, Mallon, 1994, Reimer, 1999 in Kruger&Serperr, 2010) sa zhodujú na tom, že prítomnosť zvieratá má upokojujúci a utišujúci efekt na človeka. Wilson (1991) poukazuje na efektívitu aj iných intervencií bez zvierat. Postulát vplyvu koňmi facilitovaného programu na dieťa nám poskytuje Bandurova sociálno-kognitívna teória (SCT), podľa ktorej učenie prebieha v sociálnom kontexte s dynamickou interakciou správania človeka a prostredia. EAL vychádza z predpokladu, že kone majú vnútorné atribúty významne súvisiace s kogníciou, prostredím a ich interakciou. Kone patria k loveným zvieratám s vysokou mierou viligancie a silným inštinktívnym sklonom k reakcii „útok-útek“, čo u ľudí podporuje uvedomenie si správania, myšlienok, emocionality. Deti sa učia rozpoznávať znaky neverbálnej komunikácie a uvedomovať si svoje správanie (Pendry & Roeter, 2013). Kone podľa Scopa et al. (2019) poskytujú okamžitú spätnú väzbu, čo umožňuje pozorovať, uvedomovať si a interpretovať vlastné neverbálne signály s cieľom vyvolať žiadané a zamedziť neželané reakcie koňa. Významnú úlohu zohráva interakcia medzi správaním a kogníciou ako analógia k reflexii vyjadrenia emócií, komunikačných zručností a ich aplikácii v medziľudskej sfére. Praktizovanie prosociálneho správania, reflektovanie emócií a okamžitá spätná väzba prispieva k zlepšeniu sebauvedomenia, zvýšeniu zodpovednosti za svoje konanie, k na cieľ orientovanému správaniu a efektívnejším komunikačným kompetenciám (Pendry & Roeter, 2013).



Viaceré štúdie poukazujú na efektívitu EAI v oblasti duševného zdravia ľudí bez ohľadu na vek, existujú viaceré **limity**. Absentujú longitudinálne štúdie, ktoré by preukázali dlhodobý efekt intervencie. Validitu výskumu by mohol zvýšiť experimentálny dizajn, štúdie s väčšími a heterogénnymi vzorkami, či dôraz na metodológiu, presné, kontrolované postupy a protokoly. Aj preto zdôrazňujeme dôležitosť výskumu v oblasti intervencií v asistencii s koňmi, ktorý je naďalej potrebné prehľbovať a vylepšovať.



V **Horses Heal** o.z. sme v roku 2019 zrealizovali vyše 20 workshopov s dôrazom na podporu **duševného zdravia** pre deti a mládež vo veku 2 – 18 rokov, v rámci ktorých sme sa zaoberali témami ako nenásilná komunikácia, vzájomný rešpekt, rozpoznávanie a prejavovanie emócií či dôvera v seba aj iných. Zrealizovali sme aj stretnutia pre deti zo sociálne znevýhodneného prostredia. Deti z krízového centra Dúha absolvovali workshop na **zvýšenie sebadôvery a sebaúcty i podpory nenásilnej komunikácie**. Pre deti z materských škôl sme pripravili workshopy na **uvedomenie si a spracovanie vlastných emócií** ale aj zážitkové vzdelávacie aktivity v oblasti dopravnej výchovy. Venujeme sa aj dospelým, pre ktorých organizujeme zážitkové **teambuildingy** so zameraním na **leadership, asertivitu, komunikáciu, dôveru či spoluprácu v tíme a na osobnostný rast**. Stretnutia sú štruktúrované a prispôbené veku a tematickým požiadavkám účastníkov.

Zoznam použitej literatúry

- Burgon, H. L. (2014). Equine-assisted therapy and learning with at-risk young people. Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
 Kendall, E., Maujean, A., Pepping, C.A., Wright, J.J. (2014). Hypotheses about the psychological benefits of horses. *US National Library of Medicine National Institutes of Health*. 10 (2), 81-87.
 Kruger, K. A., Serpell, J. A. (2010). Animal-assisted interventions in mental health. In *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. New York: Academic Press.
 Levinson, B. M., Mallon, G. P. (1997) *Pet-Oriented Child Psychotherapy*. USA: Charles C Thomas Pub Ltd.
 Memishevskij, H., Hodzhikij, S. (2010) The effects of equine-assisted therapy in improving the psycho-social functioning of children with autism. *Journal of Special Education and Rehabilitation*. 11 (3/4), 57-67.
 Pendry, P., Roeter, S. (2013) Experimental Trial Demonstrates Positive Effects of Equine Facilitated Learning on Child Social Competence. *Human-Animal Interaction Bulletin*. 1 (1), 1-19.
 Rothe, E., Q, Vega, B.J, Torres, R. M. Soler, S. M. C. Pazos, R. M. M. (2005) From kids and horses: Equine facilitated psychotherapy for children. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 5 (2), 373 – 383.
 Saggers, B., Strachan, J. (2016). Horsing around – Using equine facilitated learning to support the development of social-emotional competence of students at risk of school failure. *Journal Child & Youth Service*.
 Santis D. M., Contalbrigo, L., Borgi, M., Cirulli, F., Luzi, F., Redaelli, V., Stefani, A., Toson, M., Odore, R., Vercelli, C., Valle, E., Farina, L. (2017) Equine Assisted Interventions: Methodological Considerations for Stress Assessment in Horses. *Vet Sci*. 4 (3) 44.
 Scopa, Ch., Contalbrigo, L., Greco, A., Lanata, A., Scilingo, E.P., Baragli, P. (2019) Emotional Transfer in Human-Horses Interaction: New Perspectives on Equine Assisted Interventions. *Animal*. 9, 2-21.
 Wilson, C.C (1991) The pet as anxiolytic intervention. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 179 (8), 482-489.

www.horsesheal.sk

FB: Horses Heal Equitherapy

IG: horses.heal