

Szent-István Egyetem, Állatorvos-tudományi Kar

Lovas-tanár (hippológus) szervező szak

A gyógypedagógiai lovaglás elméleti alapjai, gyakorlata és hatásai

Készítette: Klein Edit

Témavezető: Bozori Gabriella
lovasterapeuta

Dunaújváros

2014.

Tartalomjegyzék

Bevezetés	3
1. Lovasterápia története	5
1.1 <i>Nemzetközi története:</i>	5
1.2 <i>Magyarországi (hazai) története</i>	9
2. Lovasterápia	12
2.1 <i>Lovasterápia és parasport feloszlása</i>	14
3. Gyógypedagógiai lovaglás	19
3.1 <i>Gyógypedagógiai lovaglás személyi és tárgyi feltételei</i>	22
3.2 <i>Lovak kiválasztása a terápiára</i>	26
4. Lovasterápia jelenlegi helyzete	28
5. Gyógypedagógiai lovaglás hatásai	30
Összegzés	49
Mellékletek	50
Irodalomjegyzék	53
Köszönetnyilvánítás	54
Nyilatkozat	55

Bevezetés

A dolgozatom témájának, azért a lovasterápiát, azon belül is a gyógypedagógiai lovaglást választottam, mert egyre népszerűbb a gyógyításban és fejlesztésben. Orvosok, fejlesztők és nevelők, pedagógusok is kezdik elfogadni és ismerni ezt a formáját a gyógyításnak.

Manapság egyre több orvosi intézmény ad beutalót a lovaglás terápiás célú alkalmazására. Egyre többen ismerik fel a lovaglás jótékony hatását, mind figyelem zavaros, sérült, depressziós, viselkedés és tanulási nehézséggel küzdő felnőtteknél és gyerekeknél egyaránt. Sajnos napról-napra nő azoknak a gyerekeknek a száma, akik valamilyen nehézséggel küzdenek és a nehézség leküzdésére segítség lehet a terápiás lovaglás vagy rekreációs lovaglás.

Egy baj van csak ezzel a szép gyógyulási és fejlődési formával, hogy nagyon költséges és jelenleg sem az egészségügy, sem pedig az állam nem támogatja. Sok esetben fordul elő, hogy akinek a legnagyobb szüksége lenne rá, anyagilag nem teheti meg, hogy igénybe vegye. Vannak alapítványok és szervezetek, ahol egyre népszerűbben és hatékonyabban folynak a terápiák.

Dolgozatom egyik célja, hogy bemutassam jelenleg hol tart a lovasterápia, azon belül is a gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna.

Másik célom, hogy bemutassam a terápia hatásait a szülők szemszögéből.

Ezeknek a bemutatására és vizsgálatára módszerek széles skáláját alkalmaztam. Szakirodalmakat, primer kutatásokat alkalmazva vizsgáltam, hogy a szülők mit is gondolnak, gyermekükre milyen hatással van a lovasterápia vagy csak egyszerűen a ló.

1. Lovasterápia története

Mielőtt a fő témába kezdenék a gyógypedagógiai lovaglásba, meg kell ismernünk általában a lovasterápiát, hiszen ennek egy ága lesz a gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna.

1.1 Nemzetközi története:¹

A mai gyerekek nem is tudják elképzelni, hogy milyen hangsúlyt kapott a ló évezredekkel ezelőtt. Ha visszatekintünk, korszakalkotó volt az emberek életében mikor megszelídítették és lóra szálltak. Távolságokat hódítottak meg velük, terhet vettek le szó szerint az emberek válláról, mert a nagy távolságokon a lovak vitték csomagjaikat vagy éppen árujukat a vásárra. Sportra, harcra, munkára és sorolhatnám tovább mennyi hasznos dologban jelent meg a ló, mint használati társ/eszköz. Igazi kultúrtörténete van.

A terápiás használatot már Hippokratész is alkalmazta, mint gimnasztika. A gimnasztikába a futás, gyaloglás és lovaglás tartozott. A XV. században Savonarola már önálló gyógymódként ajánlotta a lovaglást. 1569-ben Merkurális *De arte gymnastica* című művében írta „Az orvosok között lévő tornatanárok a lovas gyakorlatokat az egészség helyreállítására és megtartására, a jó testtartás kialakítására használják.” 1719-ben Friedrich Hoffman-tól is maradt fent számunkra írásos bizonyíték. A hallei egyetem tanszék vezetője egy művében ezt írta „Az igazat szólva a lovaglás, lépésben mégis a legegészségesebb, mert a testet egyenletes mozgásban tartja. Az erőket nem csökkenti, nem okoz nagy fáradtságot, és az egész testre kiterjedő enyhe és egyenletes izzadást idéz elő. A lovaglás után nemcsak az arc látszik frissebbnek és elevebbnek, hanem a hangulat és az étvágy is javul...”

¹ Bozori Gabriella: Lovasterápia Gondolatok és vázlatok a gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna témaköréből 2002 p.9-11.

1750-ben Mária Terézia orvosa is ajánlotta a lovaglást, mint gyógymódot. Ő a laza, petyhüdt izomzat javítására használta elsősorban. Ezen kívül érzelmi zavarok esetén is fontosnak tartotta. Ő volt, aki először leírta a passzív és aktív mozgáselemeket a lovaglás során. Goethe pedig az emésztésre ható jótékony hatását ismerte fel. (Goethe maga is lovas volt).

A XIX. század elején Ottfried Foelster előadást tartott a lóháton történő szenzomotoros kezeléssel német természetkutatóknak és orvosoknak. A lovaglást, mint egy eredményes terápiát és gyógymódot az első ortopéd kórház alapítójának Agnes Hunt-nak köszönhetően fogadták el. Oswestry-ben, ahol alapította a kórházat, megtették az első lépést a lovasterápia gyakorlati alkalmazás célja érdekében. Az I. világháború alatt az oxfordi kórházban Miss Olive Sands kezdte alkalmazni a lovak mechanizmusára alapozva sérült katonákon a gyógymódot. Ezek után terjedt a lovaglás, mint terápia, de minden országban más és más oldalról közelítették meg.

Németországban, Svájcban és Luxemburgban az orvostudomány volt a fő fejlődési terület, míg az angolszász országokban a sportból kezdte útját. A pedagógia pedig az USA-ban és Kanadában volt a fejlődés alapja. Németországban és Svájcban a pszichés eredetű betegeket kezelték. Angliában, Kanadában és Ausztráliában leginkább a mozgáskorlátozottakat fejlesztették.

1950-ben Dr. N. Reichenbach kezdte el alkalmazni a lovasterápiát magánklinikáján. Neurológiai és belgyógyászati betegségeknél használta. Ezek alapján a tapasztalatok alapján született meg 1964-ben „Reiten allein tut es nicht” című könyve.

A nagy áttörést az 1952-ben rendezett Helsinki olimpián Liz Hurtel szereplése hozta. Ezüstérmert nyert díjlovaglásban úgy, hogy részleges paralysisben szenvedett. Önállóan mankók nélkül alig tudott megtenni pár lépést. Ekkor a támogatások is megindultak már erre a fejlesztési formára.

1964-ben úttörők gyűltek össze, akik megalapították a fogyatékosok lovaglását segítő tanácsadó testületet. (Advisory Council on Riding for the Disabled) Ekkor még csak nyolc olyan csoport működött, akik a fogyatékosok lovas oktatásával foglalkozott. Ez a létszám azonban gyorsan elérte a nyolcvanas létszámot.

1969-ben alakult meg a NARHA (North American Riding for the Handicapped Association) Kanada és Észak-Amerika területén működött, céljuk pedig a biztonságos és hatékony terápiás lovaglás támogatása. Ekkor alakult meg az RDA (Riding for the Disabled Association) is. Ma már PATH (Professional Association of Therapeutic Horsemanship International) néven működő szervezet.

1970-es birkentrenthi kongresszus írásos anyagát 2 évre rá adták ki Reiten als Therapie címmel. Ezen a kongresszuson lovas edzők, ápolók, orvosok ismertették tapasztalataikat és kiemelték, hogy a test edzését a gyógyításba is lehet állítani, nem csak a sportba. Az egészséges embereknek is jót tesz a lovaglás egészségük fenntartásában, de a beteg vagy sérült embereknél pedig fejlődést lehet elérni.

1971-ben a kongresszust követően megalakult Németországban a Lovasterápia Szövetség. 1974-ben ismét konferenciát tartottak imént Párizsba, aminek fő témája a ló segítségével végzett terápia volt. 1976-ban Bázelen volt a következő kongresszus, aminek címe” A lovasterápia alkalmazása rehabilitációban”. Innentől több szempontból közelítik meg, hiszen az angolszász országokba a rekreáció, míg német területeken az orvosi kezelés a fő szempont.

A nemzetközi találkozót elkezdték 3 évente rendezni. 1979-ben Warwickben tartották, ahol a lehetőségeket és tapasztalatokat vizsgálták. 1982-ben Hamburgba megtörtént a hármás felosztás (hippoterápia, gyógypedagógiai és fogyatékosok sportja) és pontosították a fogalmakat. 1985-ben a milánói találkozón határoztak egy nemzetközi szövetség létrehozásáról (Federation of Riding for the Disabled International). 1988-ban megalakult a nemzetközi szövetség vezetősége és elkezdték tudományosan feldolgozni, értékelni az eredményeket. 1989-ben nőtt a csoportok és segítők létszáma. Alakultak olyan csoportok Angliába, akik a speciális fogathajtással kezdtek el foglalkozni. 1991-ben megalakult a FRDI Dániában hivatalosan is. A szervezet már a szakemberekre koncentrált. Célja az összefogás, továbbképzés, tapasztalatok megosztása nemzetközi szinten is. Elnöke Prof. Carl Klüwer volt 1997-ig, aki sajnálattal 2014 júliusában 93 éves korában elhunyt. (Amit ma felhasználnak, képviselnek és oktatnak a terápiás központban Fóton is neki köszönhető). Ő mindvégig a nemzetközi jogi elismerésért is küzdött.

2003-ban Magyarország nyerte el a szervezési jogot így a XII. FRDI konferenciának a Magyar Lovasterápia Szövetség adott otthont. Napjainkra pedig már megjelennek a lovagláson kívüli terápiák is. Egyszerűen csak a ló közelségét használják fel. (EAAT- Equine-assisted activities and therapies)

1.2 Magyarországi (hazai) története²

Eljutottunk ahhoz, hogy Magyarország rendezhette a nemzetközi találkozót, de hogyan is jutottunk el idáig?

A '70-es években itthon is voltak kezdeményezések. Kaposváron Sziklay Iván és felesége lovasterápiás tevékenységet indított el. Sajnos nem volt megfelelő támogatás, így két év múlva abba kellett hagyniuk, még ha voltak is sikerek főleg tartás rendellenes gyerekeknél.

1992-ben Üllőn-Dóramajorba indult el a munka, ami Wágner Pál nevéhez fűződik. 1995-ben megjelent „Terápiás célú lovagoltatás és íjászat” című könyve, amelyben az eredményeit és tapasztalatait foglalta össze.

1997-ben számos felkeresés érkezett a Nemzetközi Gyermeatmentő Szolgálat Alapítványhoz (NGYSZ). A felkeresés többségének indoka az volt, hogy hol lehet igénybe venni a sérült gyerekek számára szervezett lovasterápiát. Ekkor derült ki, hogy nincsenek jól képzett szakemberek és nem csak, hogy jól képzett szakemberből van hiány, hanem egyszerűen szakember hiány van. Így került sor az első hazai képzésre. Hortobágyon az Epona lovas faluban került megrendezésre. A kurzusra az angol szövetség által ajánlott terapeuták tartottak előadásokat, mint például Sister Chiara Hatton Hall (RDA nemzetközi kapcsolatokért) Dr. Gill Peacock (orvos) Mrs. Anita Claridge (gyógytornász) Miss Margaret Brocki (fogathajtó) Mrs. Anne Birkmyre (instructor) Miss Louis Groth (instructor). (Bozori 2002.)

Ezen a tanfolyamon alakult meg a Magyar Lovasterápia Szövetség (MLTSZ). Elnöke Dr. Edvi Péter lett. A szövetség célja a lovasterápiával foglalkozó intézmények és szakemberek összefogása, jogi és szakmai háttér megteremtése és a szakemberek folyamatos képzése. 1998-ban Szilvásváradon került sor a második továbbképzés megrendezésére. 60 érdeklődő volt jelen, akiknek Prof. Dr. med. Carl Klüwer, Susanna von Dietze és Anita Shkedi külföldi oktatók tartottak előadást, mind elméletben és gyakorlatban.

² Bozori Gabriella: A gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna, mint a gyógypedagógiai terápiák egyfajta lehetősége 2011. p13-14.

1999-től számos rendezvény valósult meg azzal a céllal, hogy bemutassák az érdeklődőknek, mi is a lovasterápia és hogyan valósul meg. 1999-ben Balatonfenyvesen megrendezésre került a harmadik továbbképzés. Ez pedig már négy részre osztva zajlott (gyógytornászoknak, gyógypedagógusoknak, lovasoknak és kezdőknek).

2000-ben az MLTSZ 6 tagja utazhatott Franciaországba a X. Nemzetközi Lovasterápiás Konferenciára. Ezen a konferencián számos nemzetközi szakemberrel szerezhettek ismeretséget. 2000-ben Sarlópusztán került megrendezésre a következő tanfolyam. (Azóta is Sarlópusztán folyik a továbbképzések zöme.) Ezen a képzésen folytatódott a speciális képzés a négy munkacsoport szerint. (hippoterápia, gyógypedagógia és lovastorna, lovas, segítő)

Mivel szakdolgozatom témája a gyógypedagógia lovaglás nézzük csak a gyógypedagógia munkacsoportot. 2000 év vége felé alakultak meg. 7 gyógypedagógussal és Gundula Hauser asszony támogatásával. A sarlópusztai tanfolyamon kezdték el munkájukat. 2001 év elején Ausztriában egy hat napos képzésen vehettek részt. Gundula Hauser asszony 2001 szeptemberében meglátogatta a munkacsoport összes tagját, hogy megismerhesse őket és a munkájukat. Ezenkívül, egy dolgozatot íratott velük, melyben az egyénileg választott témában, esetismeretet, fejlesztési tervet kellett megvalósítással és értékeléssel írniuk a terapeutáknak. A csoport tagjai folyamatosan arra törekedtek, hogy megfeleljenek az európai uniós előírásoknak. Ezért futószárazásból és voltizsálásból elméleti és gyakorlati vizsgát tettek. Ezek ugyanis a további ausztriai képzéseknek az előfeltételei voltak.

Az MLTSZ 2002 óta a Német Lovas Szövetség vizsgarendszerében vizsgáztatja hallgatóit és terapeutáit. (Bázis, DRA IV, DRA III, DRA II-es szinten) Természetesen német vizsgabiztosok előtt kell a hallgatóknak tudásukról bizonyosságot adni. Kurt Lehmann és Isabelle von Neumann-Cosel előtt kell bizonyítani a vizsgázóknak.

2005-ben először indítottak a pszichológus alapidplomával rendelkezőknek ló asszisztált pszichoterapeuta képzést.

2005 szeptemberében először került megrendezésre a Magyar Lovasterápiás Szövetség Díjlovas versenye (CDN) és Fogyatékosok lovas versenye. Ezt a díjlovas és lovasterápiás versenyt, azóta minden év szeptemberében megrendezik.

2006-tól edzőknek, oktatóknak tartanak olyan képzést, amivel segíteni tudják a terapeuták munkáját. Ezek a végzettségek önálló terápiás tevékenységre nem jogosítanak fel senkit, de sok helyen jól jön mikor egy hozzáértő személy segítséget tud nyújtani a szakembereknek, még ha nem is a gyerekekhez ért jobban, hanem a lovakhoz. Vannak olyan emberek is, akiknek nem volt lehetősége az alapvégeztség megszerzésében, viszont a ló szeretete által érdekli ez a fejlesztési lehetőség. Nekik nyújt még lehetőséget, hogy becsatlakozzanak.

Hazánkban úgy gondolom, még mindig szakember hiány van sajnos, de nem csak ezen a területén a lovas sportoknak. Bízok benne, hogy egyre több pszichológus, gyógytornász és gyógypedagógus fogja tovább képezni magát erre a területre, hiszen a lovaglás is egyre népszerűbb sport lesz.

2. Lovasterápia

Rövid áttekintésben ismertetem nemzetközi és hazai történetét a lovasterápiának. De mi is a lovasterápia?

„Egy olyan gyűjtőfogalom, mely magába foglalja mindazokat az intézményhez kötött, orvosi indikáció alapján terápiás céllal alkalmazott, kezelés jellegű, egyéni, vagy csoportos fejlesztéseket, melyek a lovaglás, illetve a lóval való foglalkozás és tevékenységek hatásait használják fel. Célja a sérülés/károsodás, a fogyatékoság/zavar, akadályozottság/korlátozottság ismeretében a ló és lovaglás hatásainak felhasználása a minél gyorsabb, eredményesebb gyógyulás, képességfejlődés és rehabilitáció érdekében.” (MLTSZ honlap, 2014.)

„A terápiás lovaglás felhasználja többek között a korszerű gyógytorna gyakorlatanyagát, a kineziológia szemléletét, a ló terápiás hatásait. Általában nem önálló gyógyító eljárás, más terápiás ágakkal ötvözve viszont nagyon hatékony eszköz.” (Dr. Fritz Péter Mozgásos rekreáció 2011.)

„A lovasterápiák alapja az ember és ló között kialakult évezredek kötélek, melynek révén tapasztalhatóak az együttműködés jótékony fizikai állapot és pszichés hatásai. A terápiát orvosok vagy más szakemberek javaslatára lehet elkezdni, a lovasterapeuta a rendelkezésre álló diagnózist értelmezi, majd felméri a terápiás lehetőségeket, megtervezi a személyre szóló fejlesztést” (Burján Judit gyógypedagógus)

Akárhogyan is fogalmaz az ember, legpontosabban az általam is első helyen idézett értelmezés a jó. De a legfontosabb, ami minden megfogalmazásban benne van, hogy orvosi beutaló szükséges, egyéni terápiát terveznek meg, mind fizikailag és szellemileg ki lehet használni a ló gyógyító erejét, kiegészítő fejlesztésekkel a leghatékonyabb.

Lovasterápia hatásait három szempontból vizsgálják: mozgásterápia, szociális, pedagógiai- gyógypedagógiai-pszichológiai.

Mozgásterápia szempontból:

- fejkontroll, törzskontroll javulása
- testséma fejlődése
- egyensúly, koordináció javulása
- kóros izomtónus szabályozása
- mozgás érzékelés javulása

Szociális szempontból:

- kapcsolat lóval
- kapcsolatfelvétel és kapcsolatfenntartás képességének fejlődése
- kapcsolat a társakkal, szakemberekkel
- érzelmi/akarati funkciók fejlődése
- kommunikációs és interakciós képességek javulása
- szabadidő
- sport

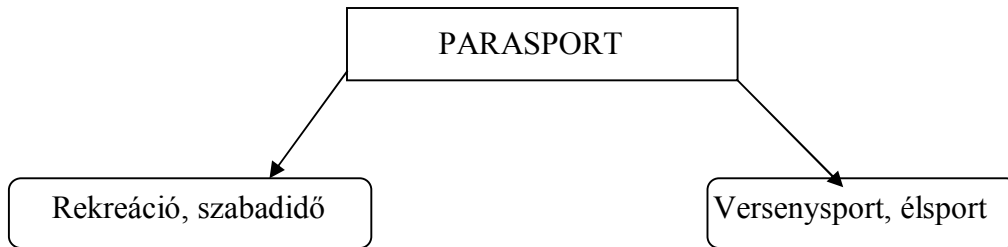
Pedagógiai, gyógypedagógiai, pszichológiai szempontból:

- emocionális fejlődés
- önbizalom
- függetlenség
- önkifejezés
- életöröm
- figyelem és gondolkodás fejlődése
- motiváció fejlődése
- élmény és tapasztalati kör bővülése³

³ <http://www.lovasterapia.hu/lovasterapiarol/lovasterapiarol.html> 2014.

2.1. Lovasterápia és parasport felosztása

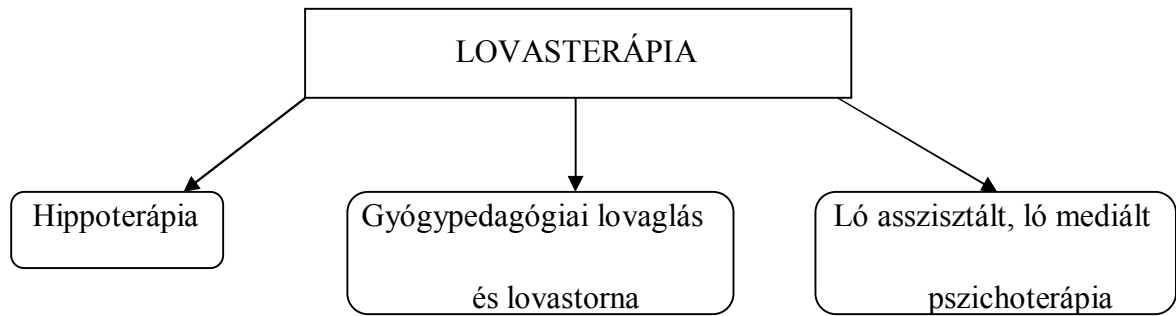
1. ábra: Parasport ágai



Forrás: Saját munka

A lovasterápiának van egy külön ága a parasport. „Parasport a ló és lovas együttes felkészültségén alapuló, kondícionővelő, sportszerű tevékenységek összessége.” (Bozori 2002.) Parasport lehet: rekreációs/szabadidős, versenysport/élsport. Igazából nem is lehet teljesen a lovasterápia ágai között említeni, hiszen a parasportban, azok a páciensek vesznek részt, akiknél a terápiás folyamat már véget ért. „A rekreáció szabadidőben, a tevékenység pihenés érdekében végzett minden olyan kulturális, társas, játékos és mozgásos tevékenység, melyet a napi fő elfoglaltság által okozott fáradtság, feszültség feloldása, a testi-lelki teljesítőkészség és képesség helyreállítása, fokozása érdekében tesz az ember.” (Dr. Fritz Péter 2011.)

2.ábra: Lovasterápia ágai



Forrás: saját munka

Néhány szóban szeretném a lovasterápia ágait ismertetni. A *hippoterápia* leginkább gyógytornászok által alkalmazott terápiás forma. Ezt a formáját mozgás és tartási funkciók korrekciójára és javítására használják. Az orvosi indikációk itt is elengedhetetlenek. A lovat hosszú száron vezetik hátulról miközben a sérült/fogyatékos személy aktívan és passzívan hajt végre terápiás feladatokat. A feladatok végrehajtásában segítségnek egy heveder van a lovon.

1.kép: Hippoterápiás foglalkozás



Forrás: Magyar Lovasterápia Szövetség hivatalos honlapja

Gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna azaz voltizsálás a ló, a lovaglás és a lóval való foglalkozás hatásait felhasználva, fejlesztő, nevelő célzatú komplex hatást kiváltó egyéni vagy csoportos terápiás eljárás. (Bozori 2011). A ló, a lovaglás és a lovardai környezet, tevékenységek által történő terápia. Ezt a formáját szakképzett gyógypedagógus-lovasterapeuta vezeti. A lónak mind a három jármódját fel lehet használni, képesség felmérés után. Itt a terapeuta a lovaglás részét futószáron, vezetve vagy szabadon tarthatja. E mellett a terápia részeként részt vesznek lovastornán és ló gondozási ismereteket is megtanulják/végzik. A hangsúlyt a kognitív funkciók, a beszéd, motoros és orientációs képességek fejlesztése, a magatartás, viselkedés és érzelmi, indulati élet szabályozása valamint komplex személyiségfejlesztés kapja.

2.kép: Gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna



Forrás: www.lovasok.hu

Speciális fogathajtás egy adaptált fogathajtás sérült/fogyatékos személyeknek. Lovas iskolákban, egyesületeknél, gyógypedagógiai intézményekben vagy terápiás központokban jöhet létre. Sajnos hazánkban még kevesen csinálják és használják ki a terápiának ezt az ágát. Pedig ez egy jó lehetőség, azok számára, akik egészségi vagy fizikai állapotuk miatt nem tudnak lóra ülni. Így viszont lehetőségük van a lovakkal foglalkozni, lovas sportba becsatlakozni és bizonyos képességeket/készségeket ugyan úgy lehet fejleszteni, mint lovaglás közben. Nem utolsó sorban pedig a szabadidő kellemes eltöltésére is szolgál. Ezt az ágát képzett szakemberek, lovas edzők, fogathajtók végzik terapeuták közre működésével.

3.kép: Speciális fogathajtás



Forrás: www.rda.org.au

Ló mediált/ló asszisztált pszichoterápia, azaz pszichológiai lovasterápia. Ezt az ágát csak MA végzettségű pszichológus-lovasterapeuta végezheti kiegészítő terápiás tevékenységként. A lovasterápiának ez a legfiatalabb ága. Ezt az ágát minden országban másképpen nevezik. A legtöbb pszichiátriai betegségnél hatásos, mint például depresszió, szorongás, személyiség és viselkedés zavarok és szenvedély betegségek. A schizofréneknél is alkalmazható sikeresen, kivéve az akut pszichotikus fázisokat. Autizmussal élő és kötődési zavaros gyerekeknél is eredményesen alkalmazható. A ló mediált pszichoterápia a terapeuta- páciens-ló háromszögében zajlik. A lovak által nyújtott „tükröt” használják fel, hiszen a ló példázza a páciens állapotát. Jól lereagálja az adott viselkedést. Ennél a terápiánál elég, ha csak a ló közelében van, vagy csak megsimogatja, segít az ápolásában. Sokszor körkarámos munkát alkalmaznak földről.

4.kép: Pszichológiai lovasterápia



Forrás: lovasok.hu

3. Gyógypedagógiai lovaglás

Most, hogy röviden megismertük a lovasterápia ágait rátérnék a fő témámra részletesebben a gyógypedagógiai lovaglásra. „Célja a tanulásban és értelmileg akadályozott, pervazív fejlődési zavarral, részképesség problémával küzdő, látás- és hallássérült, (esetenként mozgássérült), teljesítmény és viselkedési zavarokkal, hiperaktivitással és figyelemzavarral valamint beszéd problémákkal küzdő gyerekek és fiatalok fogyatékoság specifikus fejlesztése egyénileg, vagy csoportosan a ló, a lovaglás, a lovardai tevékenységek és környezet által. Általános célként megfogalmazhatjuk, hogy a fogyatékos, sérült, akadályozott emberek számára is nyitottá kell tenni az emberi élet hozzáférhető területeit, hogy minden lehetőséget felhasználva aktív, cselekvő résztvevői lehessenek a társadalom életének. Emellett számukra egy speciális integrálódási alkalmat is teremt a lovasterápia, hiszen ez a tevékenység kapcsolódik a lovaglás eddig meglévő és működő rendszeréhez is.” (Bozori 2011.)

Már említettem, hogy orvosi indikáció szükséges, ahhoz hogy valaki a terápián részt vehessen. Beutalót adhatnak fejlesztő központok, nevelési tanácsadók, kezelő orvosok/intézmények, gyógypedagógusok is, de sorolhatnám tovább azokat a személyeket és intézményeket, akik beutalót adhatnak.

Terápiát, azaz a foglalkozást olyan személy végezheti, aki gyógypedagógus alapképzéssel és továbbképzéssel szerzett lovasterapeuta végzettségű. (14/2008. (XII. 20.) ÖM rendelet lovas szolgáltató tevékenységről 11/A §)

A ló mind három jármódját használhatják a foglalkozás alatt. Leggyakrabban, azonban a lépést használják. Azoknál a gyerekeknél/fiataloknál használják az ügetést és a vágót, akik régóta járnak lovagolni, terápiára és tapasztaltabbak. A terapeuta futószárazhat, vezetheti a lovat kantárszáron, osztott száron vagy vezető száron is. Képesség felmérés alapján önállóan lovagolva is történhet a foglalkozás. Különböző felszereléseket alkalmaznak a páciensstől függően. Nyergek különböző típusait, hevedereket, voltizs hevedert, játékokat vagy speciális eszközöket.

Kik azok, akiknek ajánlhatják az orvosok ezt a fejlődési lehetőséget? ⁴

Indikációs területek:

- tanulási zavar és akadályozottság,
- értelmi akadályozottság,
- pervazív fejlődési zavarok,
- hiperaktivitás,
- figyelemzavar,
- magatartásprobléma,
- látás és hallás sérült,
- beszédzavar és kommunikációs problémák
- kapcsolatépítési zavar, társadalmi viselkedési zavar helyre állítása (érzelmi túl „fűtöttség”)

Azonban vannak kontraindikációk is:

- minden gyulladáshoz vezető csont-ízületi elváltozás mikor az aktív fázisban van,
- súlyos görcsök (spazmus), amik megakadályozzák a lovagló ülést,
- gerinc fiziológiai görbületeinek csontelváltozásai/deformitásának néhány változata,
- csípőízületi elváltozások,
- sclerosis multiplex aktív fázisa,
- gyakori epilepsziás rohamokra hajlamos,
- csontrendszer működési zavarai, például üvegcsontúság.

Ezeket kivéve nem vehetnek részt szív és keringési elégtelenségben szenvedő, súlyos magas vérnyomásban, ló vagy a környezete által kiváltott allergiában, vérzékenységben szenvedő páciensek. Vagy a felsorolt betegségeknel folyamatos orvosi felügyelet szükséges.

⁴ <https://www.dkthr.de/de/therapeutisches-reiten/heilpaedagogische-foerderung/indikationen-kontraindikationen/>

Terápia feladatai:

- megelőzés, gyógyítás, fejlesztés, nevelés,
- életminőség javítása,
- hátrányok kompenzációja,
- kognitív funkciók fejlesztése (figyelem és megfigyelő képesség, érzékelés-észlelés, emlékezés, gondolkodási funkciók)
- kapcsolatteremtés képességének fejlesztése,
- kommunikáció fejlesztése,
- lóval kapcsolatos szakmák/feladatok tanulása,
- motoros funkciók fejlesztése (finom és nagy mozgások koordinációja, helytelen mozgás korrekciója, tartási hiba javítása, ütem-ritmus érzék fejlesztése, egyensúlyérzék)
- tér és időbeli tájékozódás fejlesztése, térérzékelés,
- cselekvéseik pozitív irányú befolyásolása,
- önállóságra nevelés,
- fegyelem, kitartás, felelősségérzet kialakítása,
- bátorság, gyorsaság, ügyesség és erőnlét növelése,
- önzetlenség, szeretet, tapintás megtapasztalása,
- sikerélmények,
- pozitív énkép kialakítás,
- szabadidő hasznos eltöltése
- társadalomba való beilleszkedés hatékonyabbá tétele,
- személyiség fejlesztése,
- önbizalom növelése.⁵

A terapeutának ismernie kell a páciens pontos kórképét, fejlettségi szintjét, erősségeit és gyengeségeit. Ezek alapján tudja a terapeuta meghatározni a fejlesztés célját, módszereit és a feladatokat. Tudnia kell, hogy hogyan milyen módon érheti el azt, hogy a terapia eredményes legyen. Sok esetben, ezért sem elfogadott az olyan papír, ami alapképesítés nélkül megszerezhető, hiszen ezek a „szakemberek” az alap dolgokkal, például betegségekkel nincsenek tisztában, akkor hogyan is tudnák fejleszteni. Az eredményes munkához a hivatalos szakembereknek, azonban kellene a) személyi és b) tárgyi feltételek.

⁵ Schmechl Júlia: Különböző fejlesztési területekre irányuló gyakorló foglalkozások céljai, feladatai, módjai, lehetőségei NSZFI

3.1. Gyógypedagógiai lovaglás személyi és tárgyi feltételei⁶

a) Személyi feltételek

- Lovas terapeuta:
 - gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna oktatók
 - felel egy személyben a lovakért és az egész csoport munkájáért, amiben dolgozik
 - előzetesen felméréseket kell végeznie, hogy elkészíthesse az egyéni fejlesztési tervet
 - ismernie kell a páciens kórképét, sérüléseit, károsodását és fogyatékoság mértékét, fizikai állapotot a terhelhetőség miatt
 - szükséges nyilatkozatokat és orvosi javaslatokat a terapeutának kell beszereznie még a terápia megkezdése előtt
 - pontos dokumentációt kell készítenie folyamatosan a terápiáról, ha szükséges módosítani a fejlesztési tervet
 - időszakosan konzultálnia kellene az orvosokkal és a többi szakemberrel, hogy mik a tapasztalatok. Sajnos még nem egy rendszerben működnek ezek a dolgok, ezért sok esetben csak a szülő a visszacsatoló személy. Szükség esetén visszamérést kell végeznie.
 - felelős a lovakért, neki kell kiosztania a lovakat, ehhez ismernie kell az összes lovat A-tól Z-ig
 - felelőssége, hogy jó állapotú legyen a terápiára használt terület
 - zavaró tényezők kizárása

- Segítők:
 - érdemes elvégezniük az MLTSZ által szervezett segítő tanfolyamot. Felelősségteljes munka az övék is
 - részt vesznek folyamatosan a munkában mind szellemileg mind fizikailag, a jutalom mikor örülni látják a pácienseket
 - feladatuk a terápia során használt eszközök előkészítése, a várakozó gyerekek felügyelete, a ló ápolása és felszerelése, annak ellenőrzése

⁶ Bozori Gabriella: A gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna, mint a gyógypedagógiai terápiák egyfajta lehetősége 2011. p.28-30.

- lovas öltözetének ellenőrzése még a lovaglás előtt, mert csak megfelelő öltözetben lehet lóra ülni (Védőfelszerelések kobak mindenképpen kivéve voltisz, hosszú nadrág, zárt cipő)
 - foglalkozás fő részében segít lóra és lóról szállni, eszközöket ad és vesz el, szükséges esetén el kell magyaráznia a terapeuta utasítását ezért ugyan úgy ismernie kell a vezényszavakat és szakkifejezéseket, várakozó gyerekeket neki kell felügyelni addig az ő bemelegítésük is a feladata, neki is ismernie kell a páciens problémáját és tisztában kell lennie a fejlesztési tervvel, a lovakat is ismernie kell, akikkel dolgoznak
 - terápia végeztével az ő feladata segíteni az öltözésben, ha szükséges, játékok és eszközök elpakolása, helyszín rendbetétele, a ló és felszerelés ápolása, ahogyan a foglalkozás kezdetén
 - terapeutával tapasztalatok, észrevételek átbeszélése
- Ló vezető:
 - gyakorlottnak kell lennie a lovakkal való munkában
 - ismernie kell a lovakat
 - irányítja és szabályozza a ló mozgását a foglalkozás alatt, ló felszerelésének állapotáért és tisztaságáért felel,
 - ló ápoltságáért és egészségéért felel

Ők alkotják a **szűk csapatot** (team). Munkájuk teljesen összehangolt. Az ő csapat munkájuknak és szakmai felkészültségüknek köszönhető az eredményes munka. Mindenki tudja a saját dolgát, amit a legjobb tudása szerint teljesít. Ezt a csapatot vezeti a lovas terapeuta. Minden foglalkozás előtt és után is átbeszéljük azt, hogy mi fog történni és mi történt. Fontos közöttük a jó kommunikáció.

A **tágabb csapatot** az orvosok, gyógytornászok, pszichológusok és lovas szakemberek alkotják. A lovas szakember felelőssége a ló alkalmassága. Ő foglalkozik a lovakkal, hogy teljesen felkészültek legyenek a terápiás munkára. A többi szakember segítséget és tanácsot ad a szűk teamnek. Segítenek a diagnózis felállításban. (természetesen a gyógytornász a mozgásba, pszichológus a viselkedésben, az orvos pedig az indikációk és kontraindikációk felállításában)

b) Tárgyi feltételek

- Lovaglásra alkalmas hely
Sík, rendezett, nyugodt, bekerített, zárt vagy fedett, zavaró körülményektől mentes. A legjobb, ha megfelel a díjlovagló négyszög méreteinek betűivel együtt a 20 m x 40 m. A lényeg, hogy az időjárási viszonyok miatt ne maradjon el egy terápiás foglalkozás sem.
- Istálló
Tiszta, világos, jól szellőztethető, de nem huzatos. Biztonságos boxok, amik jól zárhatóak, külön itatóval és etetővel ellátva. Nyerges, ahol a felszerelések igényesen tisztán tárolhatóak. Segítség főleg a pácienseknek, akik a munkálatokba is besegítenek, ha fel vannak címkézve a fontosabb tárgyak, felszerelések. Patamosó és lóápoló hely kialakítása is szükséges. Ezeken kívül kell egy széna, szalmatároló és zabos, hogy mindig jó minőségű ételhez jussanak a lovak.

Jó, ha a lovaglási hely (pálya, fedeles) közelebb van az istállóhoz, mert így a gyerekek részt tudnak venni a lóápolási és felszerelési feladatokban. És az idejükből nem vesz el annyit a két helyszín közti mozgás.

- Karám, legelő
Ez a lovak életminőségéhez fontos nagyon. Egy terápiás lónál a legfőbb szempont, hogy minél természetesebben legyen tartva. Ezzel elősegítjük a kiegyensúlyozottságát. Mérete ló létszámtól függ, de fontos hogy legyen itató és etető is. Ezenkívül minél nagyobb területen füves legyen.
- Szociális helyiségek
Lovaglás hely közelében kell kialakítani egy helyet, ahol van várakozási lehetőség, öltöző és akadálymentes zuhanyzó mosdókkal.
- Rámpa
Szükség van egy fel és leszállást segítő eszközre, ami a rámpa. A rámpa, azért fontos, mert erről kevés segítséggel tudnak lóra szállni és kerekesszékekkel is biztonságosan használható. Figyelembe kell venni a lovak és lovasok méretét és természetesen a lovasok problémáit. Jó, ha ezek tudatában van kialakítva a felszálló rámpa, dobogó.

- Ló alap felszerelései
Kötőfék, vezetősár, lóápolási eszközök. Kantár a tartozékaival. Nyereg a tartozékaival. Kikötőszárok, nyeregalátét, ín és bokavédők, pálca. Futószárazáshoz fontos a futószár, ostor, futószáras heveder, hosszúsár.
- Ló speciális felszerelései
Speciális szárok (olyan esetben mikor a kéz/kar nem megfelelően mozog, vagy a páciens nem tudja megfelelően használni.) Különböző nyergek (western, könnyű nyereg, dáma). Rögzíthető puha kapaszkodók. Biztonsági kengyelek, amelyek sok esetben önkioldóak. Voltizs heveder a gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna foglalkozásokon. Mű ló is egy speciális felszerelésnek számít, amin a nehezebb elemeket gyakorolni lehet. Vagy a páros elemeket. De egy jó bemelegítési eszköz is a várakozók számára.
- Lovasok felszerelései
Kényelmes ruházat, kobak, sarokkal ellátott cipő (főleg kengyel használatnál). Gyógypedagógia lovastornánál nem kötelező kobakot használni. Medenceöv, ha a páciens állapota szükségessé teszi. Ezeknél a speciális eszközöknél fontos, hogy csak akkor legyen használva mikor tényleg elengedhetetlen, kényelmes legyen, ne akadályozzák a mozgást vagy a lóval való kapcsolatot.
- Játékok, fejlesztő eszközök
Rudak, oszlopok, bóják, hálók, labdák, karikák, babzsák, hengerek. Ezekhez az eszközökhöz a tényleges foglalkozások előtt a lovakat biztosan hozzá kell szoktatni minden körülmény között. Ezekon kívül vannak olyan eszközök/játékok, amelyek a különböző részképességek fejlődését segítik elő. Tapintókorong, különböző tapintású felületű tárgyak, csörgő-zörgő labdák és dobozok. Képek, tárgyak, fotók pedig a beszédet fejlesztik.

Röviden a legfontosabbakat felsorolva ezek a személyi és tárgyi feltételek szükségesek, ahhoz, hogy a foglalkozás eredményes lehessen. Mindig mind a helyeknek és a felszereléseknek is tisztának, biztonságosnak, rendezettnek kell lennie. Terápiára alkalmasnak.

3.2. *Lovak kiválasztása a terápiára*⁷⁸

Szó volt már róla, hogy a lovak az alapkiképzés és belovaglás után kapnak egy speciális képzést, de mi alapján választanak terápiás lovat? Mindenkor megbízhatónak és kiegyensúlyozottnak kell lennie. Ezenkívül, legyen nyugodt, kedvesen érdeklődő. Méret alapján figyelembe kell venni azt, hogy a páciensek milyen testfelépítésűek, de az sem elhanyagolható, hogy a terapeuta és vezető is milyen testfelépítésű. Hiszen a lovak is alacsonyabbak, magasabbak, hosszú vagy rövid hátúak, ezáltal mozgásuk is lassabb-gyorsabb.

A legfontosabb, hogy minden jármódban egyenletes és tiszta mozgásúnak kell lennie. Hiszen a mozgáshibás és nem egyenletesen járó lovak negatív impulzust adnak és vissza is fordíthatják a javulási folyamatot. Ha nemét kell figyelembe venni a legjobbak a heréltek, amik időben lettek ivartalanítva. Ez, azért van, mert ők nyugodtabbak, nincsen nagyon hirtelen kiszámíthatatlan viselkedésük. Korukat tekintve 5 évesnél idősebb legyen, de az idősebb ne legyen nagyon öreg. (nem is korát tekintve, hanem egészségi és szellemi állapotát tekintve). 5 évnél fiatalabb még tapasztalatlan lehet, játékos és néha kiszámíthatatlan. Az öreg ló pedig már egészségileg nem biztos, hogy megfelel. Külföldön működik jelenleg egy olyan alapítvány, ahol a kiöregedett terápiás lovak élnek hátra lévő életüket legelészve.

Mozgásban fontos az elengedett, laza, szabadon lengő hát. Lépése legyen tért nyelő és hosszú. Fontos a jó vezethetősége és szívesen dolgozzon. Nyugodtan tudjon állni, addig, amíg szükséges. Legyen érdeklődő, hiszen a képzés és utána a foglalkozás alatt is sok új dologgal találkozhatnak. A lényeg, hogy a sérült/fogyatékos gyerekeknek, mint társban/partnerben nem szabad semmilyen körülmények között csalódnia.

Mindenképpen alapszinten kiképzett és belovagolt lovat egy plusz speciális tréning és vizsga keretein belül tesznek alkalmassá, hogy terápiás ló legyen. Az új dolgokat, vagy ha valamihez szoktatják gyakori ismétlés és megerősítéssel érik el. Ezt addig csinálják, míg biztonságosnak kezdi tekinteni a ló és nem menekül tőle. Tanításuk alapja a jutalmazás, semmiképpen sem a büntetés, mert ha büntetnék őket, elvesztenék a bizalmukat a kiképző iránt és utána a vezetőben sem bíznának.

⁷ Wipke C. Hartje: Lovasterápia gyógypedagógiai lovaglás, lovas pszichoterápia 2012. Lovasakadémia 18. p. 65.-72.

⁸ M1 televízió Magyar gazda című műsora a lovasterápiáról. Interjú Bozori Gabriellával 2012.

Minden speciális plusz felszerelést, eszközt meg kell velük ismertetni és az új lóra szállási módszereket (rámjáról) is ki kell próbálni, hogyan reagálnak.

Meg kell tanítani a különböző vezetési módokat is (vezetőszáron mind a két oldalról, hosszú száron, kantárszáron, futószáron, osztott száron, dupla futószáron). Minden helyzetben reagálniuk kell a terapeuta legapróbb jelzésére is. A terapeuta a gyerekekkel folyamatos kontaktusban van és nem minden esetben van lehetősége arra, hogy még a lónak is egy megerősített utasítást adjon. Akkor is fontos ez, mikor a gyerek elveszti egyensúlyát a ló hátán és nem mindegy, hogy a ló egyből megáll a jelre vagy majd csak 2-3 másodperc múlva, mert ezalatt az idő alatt, akár a földre is csúszhatnak a gyerekek. Minden olyan plusz ingert, helyszínt meg kell ismertetni velük, ahol dolgozni fognak és azokat a játékokat, eszközöket, amelyekkel találkozni fognak.

A legideálisabb az, amikor egy ló maximum 2-3 órát dolgozik egy nap. Utána pedig a társaival egy nagy legelőn tölti a nap hátralévő részét a számára legtermészetesebb körülmények között. Meg van a lehetősége, hogy elfásulnak „kiégnek” ezek a lovak. Ezt ki lehet küszöbölni, ha nem is minden hónapban, de legalább félévente helyváltoztatás történik egy adott ideig, ami nekik is csak a kikapcsolódásról szól. Vagy lehet azon a helyen is ahol eddig volt tartva, de fontos, hogy ilyenkor vagy aktív, vagy passzív pihenésről szóljon. Sokszor az is nagy kikapcsolódás ezeknek a lovaknak, ha szabadnapjukon egy tapasztaltabb lovassal kiadhatják terepen magukból a gőzt. Fontos, hogy a lovakat mindenszempontról ismerni kell és a terapeuta is minél jobban ismeri azokat a lovakat, amelyekkel dolgozik annál hatékonyabb és könnyebb lesz a munka.

4. Lovasterápia jelenlegi helyzete

A lovasterápia jelenlegi helyzetére alkalmazott vizsgálatnak a SWOT elemzést alkalmaztam. A SWOT elemzésben az erősségek (strengths), gyengeségek (weaknesses), lehetőségek (opportunities), veszélyek (threats) jelennek meg. Az erősségeknél és gyengeségeknél a belső tulajdonságokat kell figyelembe venni, míg a lehetőségek és veszélyeknél a külső tulajdonságokat vizsgáljuk. Szakirodalmakat, cikkeket vizsgálva készítettem az elemzést. Ezek a szakirodalmak a következők voltak: Lovasterápia a Fogyatékkal Élőkért Egyesület honlapja (<http://www.sorilovi.hu/lovasterapia.html> 2014.09.), Kincsem-Nemzeti Lovas Program, Gyögypál Évával készült interjú az interjút készítette Somogyi Tibor, Németh Klárával készült interjú interjút készítette Erdei-Nagy Ibolya (zöld újság 2005.), Balkó Rita interjúja Bozori Gabriellával (Kossuth Rádió 2014.) Szegvári Andrea interjúja Bozori Gabriellával 2014. július és saját véleményem, meglátásom szerepel a vizsgálatban. Van köztük egy nem naprakész interjú is, de azért említettem ezt az interjút is, mert sajnos az akkor említett gyengeségek és lehetőségek a mai napig fenn állnak.

Erősségei a lovasterápiának

- fejlesztő társ a ló
- a gyerekek nem veszik észre a nehezebb feladatoknál sem a teljesítést, míg a többi terápiánál majdnem, hogy fájdalmakkal csinálják végig.
- szabadban friss levegőn történik
- tanulhatnak a lovakról és gondozásukról
- segít csapatban dolgozni
- észre véltlenül növeli a figyelmet, önbizalmat
- szinte minden problémára alkalmazható (érzelmi, szociális, mozgásos)

Gyengeségei a lovasterápiának

- kevés a jó szakember
- kevés a jól képzett ló
- néhány helyen az időjárás közbe szólhat, kivéve ahol fedeles lovarda van
- félelem a lótól

Lehetőségei a lovasterápiának

- támogatások megszerzése
- szakemberképzések
- versenyek általi népszerűsítés
- külföldi tanulmányi utak megszervezése
- élményterápia
- komplex terápiás centrumok (legalább régióként egy)
- média
- nem hivatalos „szakemberek” kizárása törvény által

Veszélyei a lovasterápiának

- a többi fejlesztést jelenleg még több orvos ismeri el
- civilizációs betegségek (városiasodás) például sokszor nem szívesen koszolják össze magukat a gyerekek
- egészségügy nem támogatja még
- nehezedik a helyzete, azoknak a cégeknek és nagy vállalatoknak, akik eddig támogatást nyújtottak
- a szűk és tágabb team nem tud össze dolgozni sok esetben nem is ismerik egymást (előfordul olyan, hogy 2 terápia teljesen ellentétesen dolgozik, ezért nincsen fejlődés)
- nem hivatalos szakemberek dolgoznak a területen
- nehéz kutatást végezni ezeknél a személyeknél, ami által bekerülhetne az egészségügyi támogatásba

5. Gyógypedagógiai lovaglás hatásai

Vizsgálatomban a szülőknek a véleményére voltam kíváncsi, ezért a legjobbnak az interjúkat tartottam. Mind két vizsgálati módszerem primer kutatásnak számít, hiszen saját magam gyűjtöttem információt az adott témáról. Másik kutatási módszerem az interjúkon kívül a kérdő ív volt.

„Az interjú, mint kutatási módszer a szokásosnál mélyebb betekintést enged az emberek tevékenységébe és ezáltal lehetőséget nyújt arra, hogy mások is megértsék tevékenységüket, gondolkodásmódjukat, életszervezésük motívumait.” (Alfred Schütz interjúkészítés vizsgálója)

Spontán és mélyinterjú készítést alkalmaztam, de néha előfordult, hogy kevert interjú született a helyzetből.

A *spontán interjú* abban különbözik például egy hétköznapi beszélgetéstől, hogy itt én, mint interjúer folyamatosan szem előtt tartottam a kutatási célokat. Legtöbb esetben tájékozódásra használják ezt a formáját az interjúnak. „A *mélyinterjú* egy olyan beszélgetés, mely szándéka szerint a személyiség mélyrétegeibe hatol, és olyasmit is felszínre hoz, amit maga az interjúalany sem tud magáról.” (Kemény István mélyinterjú technikájának magyarországi első alkalmazója). A mélyinterjúban az interjúalany minden mozdulatára és válaszára figyelni kell. Ezért ha engedélyezett az alany által jó egy hangfelvételt készíteni a legbiztosabb feldolgozás érdekében. (Így tettem én is.) Kristin Esterberg egyik 2001-es munkájában szemléletes hasonlattal mutatta be a mélyinterjút. A mélyinterjúzás hasonlít egy táncra, amelyikben az egyik fél (interjúer) figyelmesen ráhangolódik a másik (interjúalany) mozgására. Mivel azonban az interjú menete nem előre lefektetett, néha tesznek meglepő lépéseket-fordulatokat is a táncosok. *Kevert* típusú interjú jött létre pár esetben, hiszen az adott kérdéseimre, amire biztosan mérhető válaszokat kaptam, az interjú vége felé pedig a helyzet is úgy hozta, hozta, hogy nyitottabb kérdéseket is feltehettem a háttérbe húzódva utána, ezzel az alanynak nagyobb teret hagyva. Itt a szülők jobban kifejtették véleményüket és nagyobb hangsúllyal beszéltek érzéseikről.

Az interjúk általában azért készülnek, mert a kérdező kíváncsi valamire. Kutatási módszerré pedig, azért válik, mert hipotézisünket vizsgálva megértjük az interjú alany nézőpontját és véleményét, ahogyan számára értelmezést nyer az adott szituáció.

A gyerekek, akiknek a szüleikkel készítettem az interjút kötődés és érzelmi problémás, magatartás zavaros, hiperaktív és figyelemzavaros, autizmusban szenvedő, értelmében akadályozott, tanulásban akadályozott és gyengén látóak. A központba heti szinten körülbelül 140 gyerek vesz részt a lovasterápián. Köztük még elenyésző létszámban mozgássérült is van különböző diagnózissal. Napjainkban egyre több gyermeknél állítják fel az autizmus diagnózist, de az autizmuson kívül tanulási problémás, pszichés problémával küzdő és hiperaktív gyerekeket diagnosztizálnak. Az MLTSZ egy szakmai-társadalmi szervezet és a Gyermekmentő szolgálathoz tartozik minden. A központ a szponzorok általi felajánlásokból működik, hiszen pályázat a működésükre nem létezik és, ami pályázat elérhető az elenyésző. Főleg Pest megyei és budapesti lakosú gyerekek érkeznek a központba. Budapestnek is az északi részéről leginkább. Természetesen vannak más régiókból is, de ők inkább a táborokra jönnek, vagy nem tudnak heti rendszerességgel járni. Ezeket a gyerekeket meggyógyítani nem lehet csak szinten tartani vagy fejleszteni egy bizonyos szintre. A fő cél az életminőségnek a javítása. Sajnos az OEP támogatását, azért nem sikerült megszerezni, mert nincsen olyan kutatási módszer, amibe ezeket a gyerekeket mérni lehetne. De a betegségek is olyan komplexek, hogy nincsen 20 ugyan olyan autizmusban szenvedő vagy tanulási problémás gyerek. Mindenki más és más. Természetesen, ha pedig létezne egy ilyen csoport, kellene hozzá egy kontroll csoport is, akik ugyan olyan korúak, ugyan olyan szociális körülmények közül érkeznek és ez mellett még sorolhatnám tovább. Ár-érték arányban nem drága a lovasterápia, mert például egy gyógytornáért, amihez kevés felszerelés kell, sőt nagyon semmi, ami egy teremben zajlik. Elkérnek 4000-5000 Ft-ot is alkalmanként. Akkor, ha a lovasterápiát nézzük, 10000-12000 Ft körülre jön ki egy alkalom, de itt van egy ló, akinek vannak fenntartási költségei. Van számos felszerelés és természetesen a hely, ahol zajlik a terápia. Amit pedig az interjúk alatt is szülők említettek, hogy legszívesebben egy ilyen terápiáért fizetnek, mint a lovasterápia, ahol boldogan fejlődik a gyermek.⁹

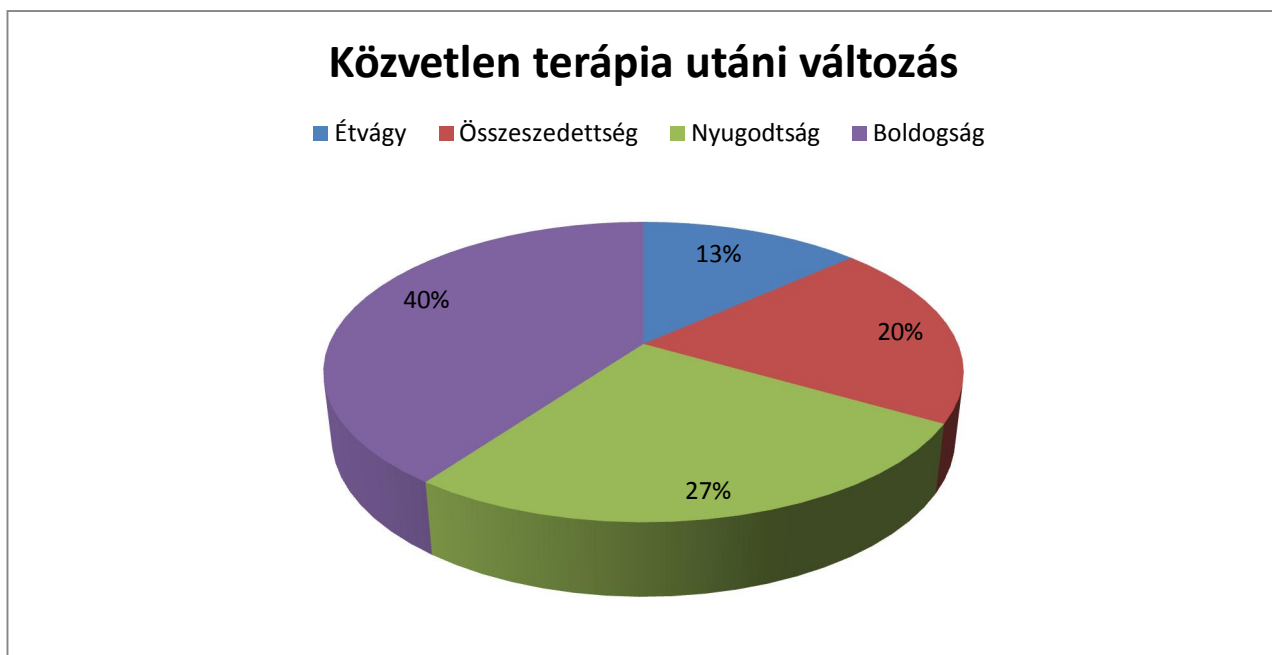
⁹ Szegvári Andrea interjúja Bozori Gabriellával 2014. július

Interjúmban az alábbi 10 kérdést tettem fel a szülőknek:

1. Tapasztalnak közvetlen változást a terápia után?
2. Tapasztalnak változást vagy mit tapasztalnak, ha elmarad egy terápia vagy szünet van?
3. Mit gondolnak arról, hogy a gyermekük életében mit jelent a ló?
4. Lovasterápia hatására mely terület fejlődött a legjobban?
5. Részt vettek-e vagy vesznek más terápián? Ha igen melyiket találják a leghasznosabbnak és a gyermekük melyikre szeret járni a legjobban?
6. A terápia alatt vagy után könnyebben teremt kapcsolatot vagy esetleg nőtt az önbizalma?
7. Tanulási kedve nőtt-e a terápia alatt? Vagy könnyebben tanul-e meg dolgokat?
8. Terápia alatt történt-e olyan, amire nem gondoltak volna, hogy meg fog történni vagy, hogy a gyermekük megteszi?
9. Mit tapasztalnak hatékonyabb-e a terápia úgy, hogy Önök/Ön is részt vesz rajta akár csak megfigyelőként? Vagy jobb, ha egyáltalán nem vesz részt rajta?
10. Más betegségekkel szemben ellenállóbb lett-e a gyermek? (például megfázás)

1. Tapasztalnak közvetlen változást a terápia után?

3.ábra: Terápia utáni tapasztalatok

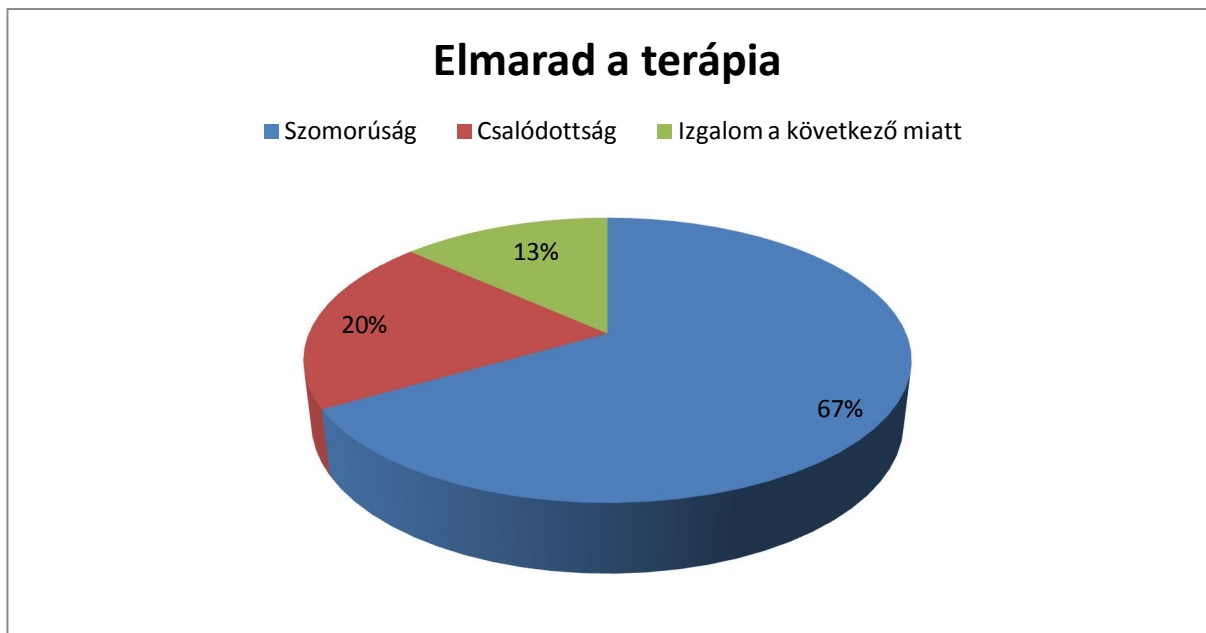


Forrás: Saját munka

A kapott válaszok alapján a gyerekek nyugodtabbak, összeszedettebbek, minden a helyére kerül lelkileg is egy ideig utána, fel vannak dobva, mesélnek a friss élményekről, amiben az érzelmeiket teljesen ki tudják fejezni. Többen mondták, hogy az étvágyuk is nő. Mikor haza érnek velük, akkor vehető észre fáradtság mind szellemileg, mind fizikailag, de amíg a központban vannak, addig érik őket a pozitív ingerek folyamatosan. De a tábor alatt és a versenyek alatt is észre vehető volt az, hogy mikor leszállnak a lóról vagy csak a közelében vannak, mosolyognak és boldognak látszanak egytől-egyig. Ehhez pedig, ha társul egy siker élmény is, akkor „bearanyozza” a napjukat és mindenkinek mesélik.

2. Mikor elmarad a terápia tapasztalnak-e valamit, ha igen mi az?

4.ábra: Elmaradt terápia alkalom

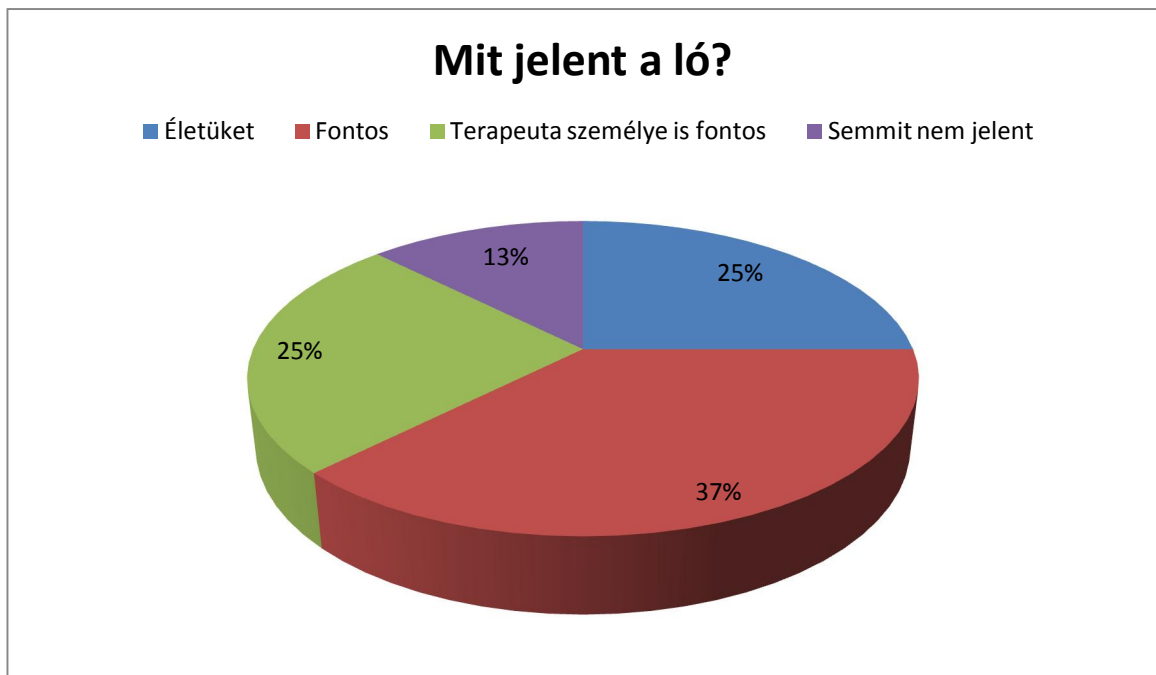


Forrás: Saját munka

Van olyan, mikor testvérpár jár. Nekik például, azért is hiányzik, mert a ló annyira összehozza őket, hogy otthon hiányzik nekik, főleg azaz egymással való kapcsolat, amit ott kapnak a terápia alatt. Többen úgy fogalmaztak, hogy fel vannak háborodva a gyerekek. Mi az, hogy nincsen?! Többször előfordul az, hogy betegség miatt nem tudnak menni. Akkor mikor menni kéne, mintha nem is lennének betegek, ők menni akarnak. Az a heti egyszeri alkalom fontos nekik. Ha hosszabb ideig nem tud valamelyikük menni azt más is észreveszi. Például pedagógusok, fejlesztők. Viselkedésük is megváltozik. Szülők azt mondták, hogy szerencséjükre hiszti sosincs és a csalódottságukat hamar fel tudják dolgozni, aztán pedig várják nagyon a következő alkalmat.

3. Mit jelent a ló a gyerekek életében?

5.ábra: Mit jelent a ló?

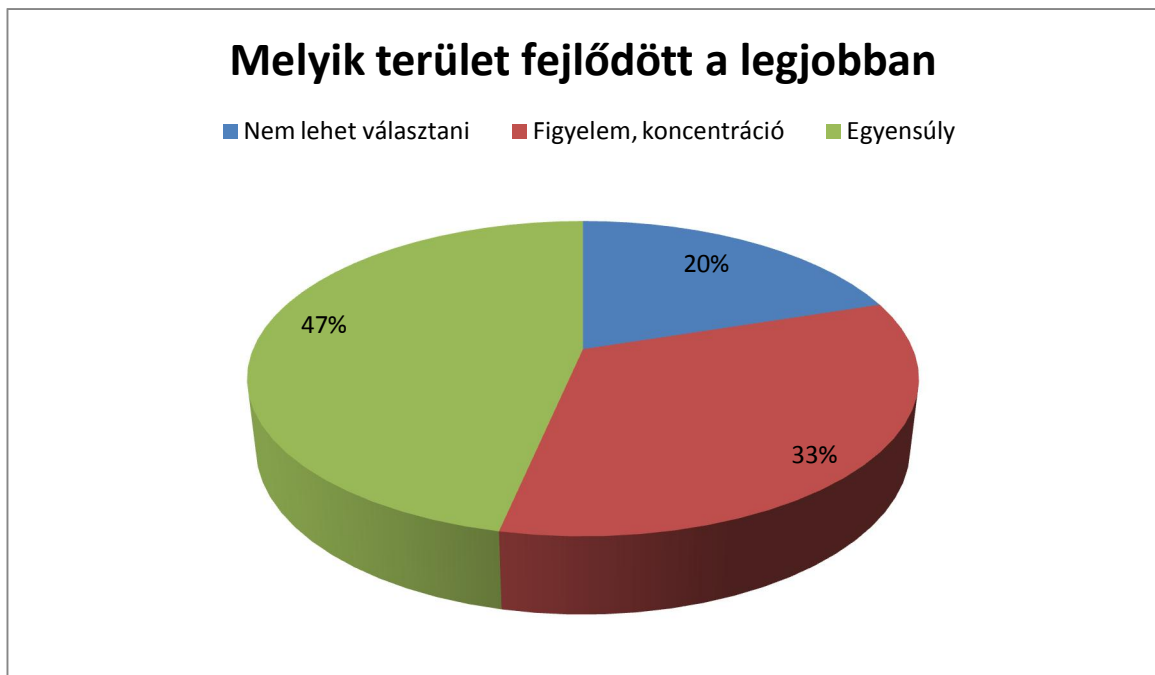


Forrás: Saját munka

A gyerekek életében a ló egy biztos pont, ahogyan a terapeuta is. Többen nehezebben is dogozzák fel, ha másik lovat vagy terapeutát kapnak. A ló kinyitja személyiségüket. Több szülő azt válaszolta, hogy azt is meri állítani, hogy már az életét jelenti a ló. Ez náluk mondjuk lehet, azért mert már a szülőkből is benne van a ló szeretete. Többen szokták mondani, hogy ha „meggyógyulnak” vagy felnőnek, saját lovat szeretnének, mert itt megtanulnak mindent a lóval a kapcsolatosan és nagyon szeretik. A válaszoknál előfordult, hogy valamelyik gyereknek semmit nem jelent a ló, szereti, de ennyi. Ő nála a fogyatékoság mértéke súlyosabb volt.

4. Lovasterápia hatására mely terület fejlődött a legjobban?

6.ábra: Melyik terület fejlődik a legjobban

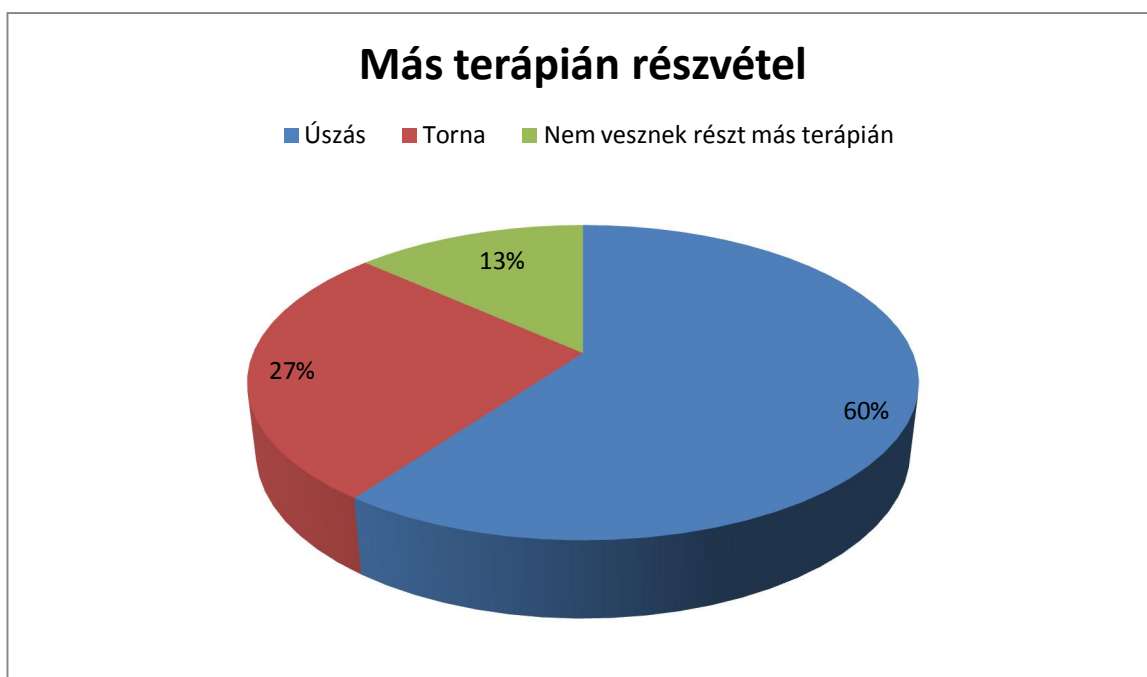


Forrás: Saját munka

Az első reakció az volt, hogy jó kérdés, hiszen amivel probléma volt az fejlődik folyamatosan. Legtöbben a figyelmet, fegyelmet és a mozgáskoordinációt, azon belül is az egyensúlyt sorolták. Van olyan gyermek, akinek egy kisebb padkára vagy járdaszigetre nem ment a feljutás. Még most sem ugrál fel le tökéletesen, de legalább már sikerül feljutnia sokszor kapaszkodó segítségével is. Legtöbbször, amit először észre lehet venni, az egyensúly fejlődésében van. Van olyan gyerek is, aki egyszerűen nem mer szaladni, mert egyensúlyi és mozgáskoordinációs problémája miatt nem mer. De ha a lóval együtt vagy a ló miatt kellene szaladni, kicsit megindul, amíg nem veszi észre, hogy szaladnia kell. Ezért is van, amikor azt mondják, hogy nem veszik észre, hogy feladatot kell teljesíteni, hiszen amire eddig azt mondták nem tudják, vagy esetleg nem akarják megcsinálni észre vétel nélkül is sikerül. Természetesen ezek a változások nem egy alkalom után jelentkeznek többen jó pár hónap periódusában szokták nézni a fejlődést. Az biztos, hogy akinek hamar látványos fejlődésre van szüksége, annak hetente többször kell járnia. Vagy el kell mennie táborba. Több szülő dicséri leginkább fejlődés szempontjából a tábort és nagyon örülnek, ha jöhetnek a gyerekek, hiszen a gyerekek is nagyon szeretik és szomorúak mikor véget ér.

5. Részt vesznek más terápián is?

7.ábra: Más terápián való részvétel

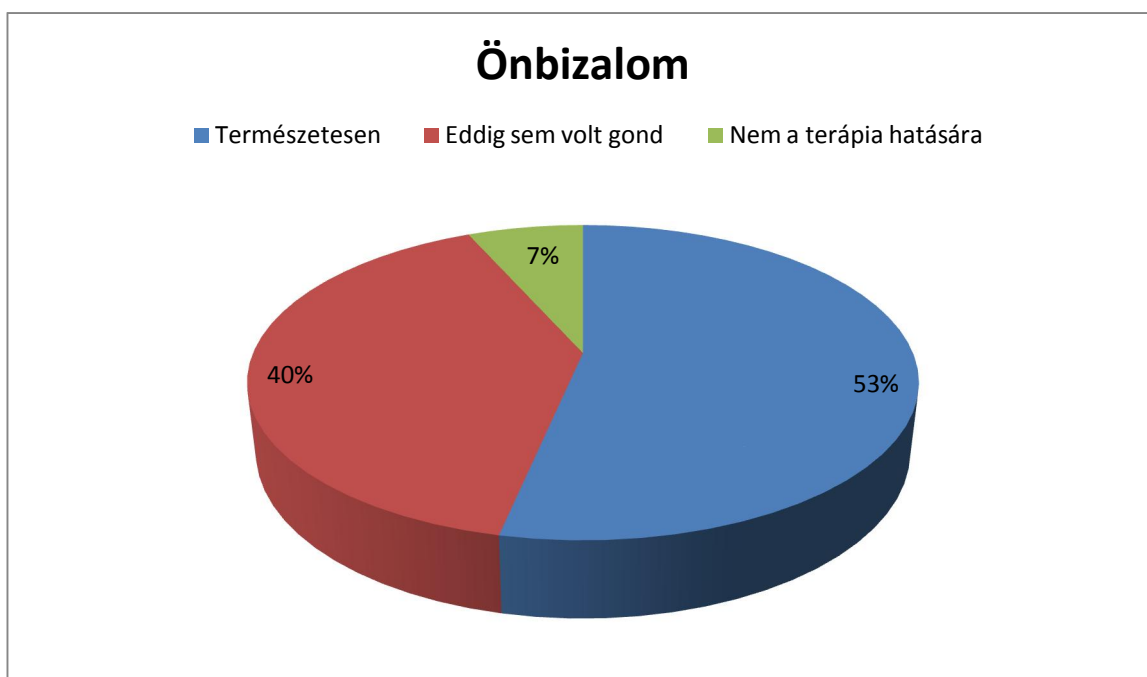


Forrás: Saját munka

Más terápiára túlnyomó részt úszni járnak. TSMT tornára, mozgásterápiára is járnak, de többen minden nap gyógypedagógusok mellett tanulnak. Akik több terápián és fejlesztésen is részt vesznek, azt mondták nem lehet szét választani, mert náluk ezek komplexen hatnak. Ha kimarad vagy elmarad az egyik az észre vehető a többi területen. Természetesen mind a szülők és a gyerekek is a lovasterápiára szeretnek járni a legjobban, mert itt boldogsággal történik a fejlődés, ahogy említettem sokszor észre vehetetlenül. A többi terápián viszont a terembe az elején le van szögezve, hogy meg kell csinálni, még ha fáj is, mert akkor lesz csak fejlődés. Ott is megcsinálják, ha sírva is, de itt a ló ezt elfeledteti velük. Vagy azokat a feladatokat erőltetik máshol, amit eddig a gyerekek megpróbáltak elkerülni, mert nem megy nekik. A ló hátán pedig sokszor előfordul, hogy észre sem veszi és megcsinálta, amit a földön eddig nem tudott.

6. Önbizalom nőtt-e a terápia alatt?

8.ábra: Önbizalom

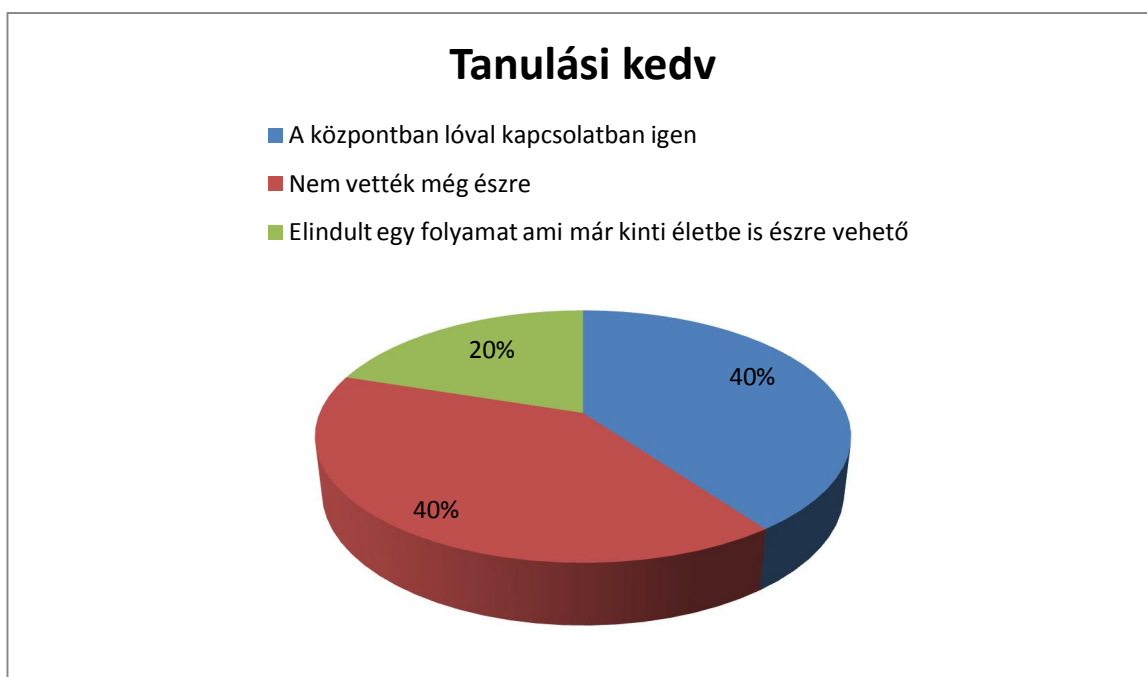


Forrás: Saját munka

Mikor az önbizalomról és a kapcsolatteremtésről esett szó. Tudni kell azt, hogy a gyerekek nagy része a betegség miatt, túlnyitott is. Náluk észre vehető az, hogy a terápiák során természetesen ez a terapeuták érdeme, hogy olyan feladatokat kapnak, amivel ezek az érzelmi kitörések visszaszoríthatóak. Akik viszont visszahúzódóbbak ott a húzó erő az, hogy itt elfogadja őket mindenki. A táborba mernek ismerkedni és barátkozni. Aztán ha itt beindul utána a kinti világba is. Önbizalmuk is nő. Egytől-egyig minden szülő a házi és a több napos országos versenyt említette. Ha nem is az első helyen végeznek akkora önbizalmat ad nekik. Jó az, hogy ami itt beindul egy idő után a kinti életbe is működik nekik. De igazából a fő cél ez. Igazából önbizalma mindenkinek van. Van egy alap a gyerekeknél is, meg tanulnak erre az alapra építkezni. A versenyre készülés motivációs erő, aztán pedig jön a siker élmény. Lehetőségem volt részt venni a versenyen és az első nap már a régi barátok megjelenése boldogsággal töltött el mindenkit. Mindenki segítette a másikat és együtt örültek a sikereknek.

7. Tanulási kedv nőtt-e a terápia hatására?

9.ábra: Tanulási kedv növekvése



Forrás: Saját munka

A tanulási kedv ☺ az egy olyan dolog, hogy ha muszáj, nem szeret senki tanulni, de itt mégis meg tanulják a lovakat ápolni, a szakmákat, akik itt dolgoznak a lovak körül. Megtanulják a felszereléseket és, hogy melyik mire való. Megtanulják a lovakat A-tól Z-ig. Több gyereknél bevált az, hogy amit nehezen tanul meg azt a ló által tanítják meg. Úgy, hogy a tanulási kedv nem is nőtt, hanem csak szívesebben tanulja meg, amit muszáj. Például diszlexia esetén megfigyelték egy kisfiúnál, hogy eleinte nagyon nehéz volt a nyelvtan és az olvasás számára. Most sem a legkönnyebb, de mióta lovagolni jár és itt tanul már a csoportban húzó erő és szívesebben ül neki otthon a házi feladatának is. Volt egy szülő, aki viszont úgy fogalmazott, hogy egyszer csak kijött a sarokból, azóta a gyerek szívja magába a dolgokat sokszor tudományos ismereteket is, mint a szivacs.

8. Történt-e olyan dolog, amire nem számítottak?

10.ábra: "Csoda" történt

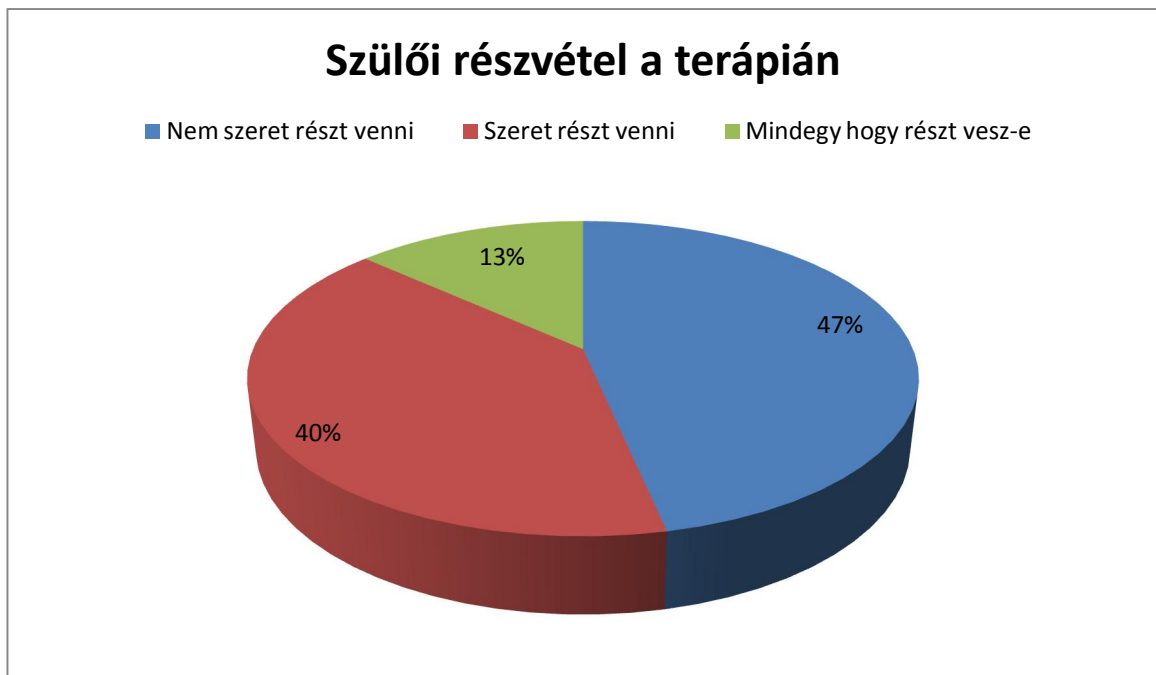


Forrás: Saját munka

Mindenkinek az életében nagy szó volt az, hogy a gyerek lóra ült. Aztán folytatódott azzal, hogy ezen a nála sokkal nagyobb állat hátán pörög-forog, ügyesebbek fel is állnak. A szülők csak úgy sorolták azokat a dolgokat, amiket soha nem gondoltak volna és büszkeséggel tölti el őket az, hogy az ő „beteg” gyereke megteszi, amit lehet, hogy egy egészséges felnőtt sem tenne meg. Sokszor az, hogy a terápiás munka után a helyzet felismerésüket úgy tudják kommunikálni, amit máskor nem tettek volna meg. Egy szülő például arra emlékezett, mikor elkezdtek járni szinte nem értették gyermekük mit mond, most pedig mikor régi ismerősökkel találkoznak, meg sem ismerik a gyereket, mert nem hiszik el, hogy már ilyen szépen beszél. Sorolhatnám még ezeket a dolgokat, amiket nem gondoltak volna, hogy megtörténik azzal együtt, hogy felültek a ló hátára.

9. Jót tesz, ha a szülő részt vesz a terápián, akár nézőként?

11.ábra: Szülői részvétel a terápia alatt

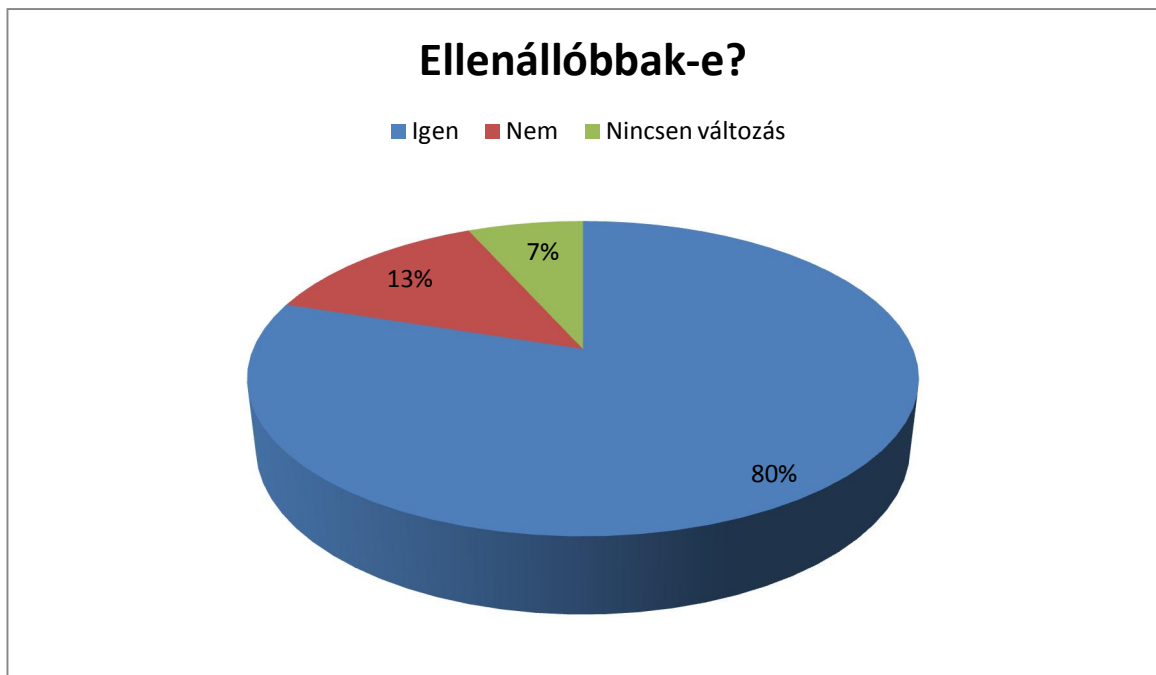


Forrás: Saját munka

A terápia alatti részvétel során háromfelé oszlott a válaszadók társasága. Az egyik része, azt nyilatkozta, hogy teljesen mindegy részt vesz-e a foglalkozáson vagy nem. Volt olyan, aki azt mondta, hogy zokon veszi a gyerek, ha nem nézi meg legalább csak pár percre, hogy ő milyen ügyes. Vagy segítség is, hogy folyamatosan nézi valaki és már apró jeleket ad, például húzza ki magát jobban, vagy nem kell túl pörögnie. Viszont a többség az elején jó volt, hogy ott voltak, mint egy biztos pont. Aztán, ahogy megismerték a terapeutát és a lovat inkább zavaróvá váltak. Mert kitekintettek a gyerekek. Volt olyan, aki nem magának akart megfelelni, vagy folyamatos visszajelzést várt. Utána sokkal jobban tudta teljesíteni a feladatokat mikor nem volt senki csak a terapeuta, ő és a ló. Jobban tudnak koncentrálni. Volt olyan szülő, akinek a gyermeke úgy gondolta, ha ott van valaki, ki tudja húzni magát a feladat alól. Aztán elfogadta, hogy a terapeuta és a ló a főnök a szülő csak néző. Onnantól semmi gond nem volt, de azért csak messziről leskelődnek, azóta is.

10. Ellenállóbbak-e más betegségekkel szemben?

12.ábra: Ellenállóbbak-e?



Forrás: Saját munka

Szinte mindenki azt mondta igen. Már csak azért is, mert a +30 és -10 fokban is ugyan úgy a szabadban van a foglalkozás a friss levegőn. Van olyan gyerek, aki ha nem is beteg kevesebbszer, de már nem húzza napokig az ágyat, hanem ugyan úgy megy iskolába és maximum pár napig folyik az orra. Azaz gyorsabb lefolyásúak a betegségek. Volt olyan gyerek, aki pánikrohammal küzd lassan mondhatni küzdött. Mióta lovagolni járnak nincsen pánikrohama maximum egy két jel, aminél régebben már ugrottak most pedig azokkal a kis tünetekkel meg is szűnik. Többen gyalognak jó pár kilométert a tömegközlekedésig és azt vették észre, hogy azóta nem olyan fáradékony a gyerek, és ha a lovakig kell sétálni, észre sem veszi mennyit sétáltak.

Minden szülő a terápián ugyan azzal a hangsúllyal beszélt a lóról és a terapeutáról is. Nagyon jónak tartják, hogy a terápia része mind a lovak ápolása, tisztítása és minden olyan tevékenység, ami a lovakkal kapcsolatos. Nagyon hasznosnak tartják a versenyeket és a táborokat. Tetszik nekik, mikor versenynap van vagy táborba kell indulni reggel, nem kell ébresztő. A versenyen és a táborba is, azok a gyerekek, akik nem szeretnek szerepelni vagy barátkozni megnyílnak és magabiztosabbak lesznek. Sok szülő ezzel kapcsolatban sajnós megjegyezte azt, hogy a legnagyobb gondjuk és bánatuk az, hogy amit itt a terápián ebbe a közegbe sikerül felépíteni szinte az első eltöltött percbe a kinti életbe sikerül az embereknek le is rombolni. Sajnálják azt, hogy a társadalom még mindig nem fogadja el ezeket a gyerekeket és felnőtteket. A szülők pedig „halkan” jegyezték meg, hogy néha ők is kipróbálnák, hogy a gyermekük milyen nehéz feladatokat teljesít a ló hátán. Esetleg egy családi nap vagy család terápia keretein belül. Néha a szülők is egyedül érzik magukat, de többen például a táborok reggelén vagy délutánján ismerték meg egymást, azóta pedig ha nem is napi szinten, de összejárnak és mind a gyerekeknek, mind a szülőknek jót tesz.

Másik kutatásom egy életelégedettségi skála és egy életstílus elégedettségi skála kérdőív volt. A kérdőív egy kvantitatív kutatási módszer, amely egy standard adatgyűjtés. A kérdőív egy formális segítség, arra hogy információt gyűjthessünk a vizsgálni kívánt helyzetről.

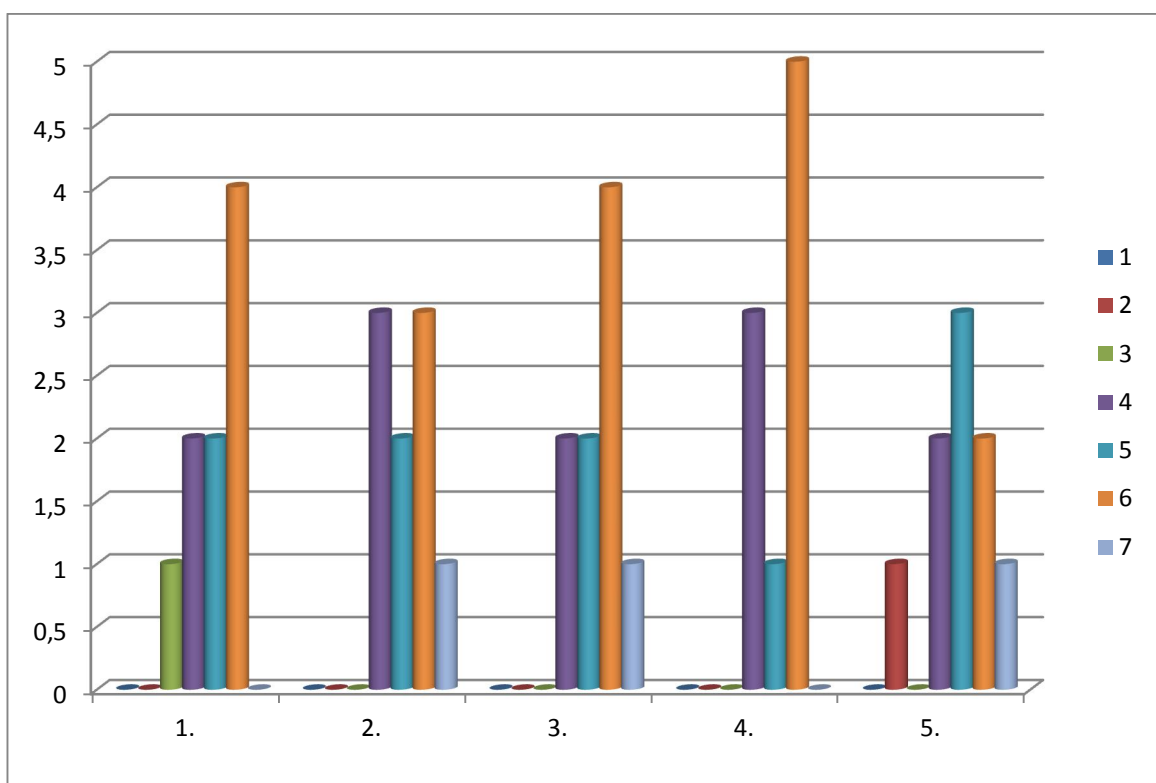
Az életelégedettségi skála más nevén SWLS (Satisfaction With Life Scale) azt próbálja feltárni, hogy milyen tényezők vezetnek az embert az értékelésben. (melléklet 1.) Ezt a vizsgálatot elvégeztem a szülőkkel, akikkel az interjúk is készültek és kitöltöttem olyan szülőkkel, akiknek egészséges a gyermeke. 5-31 pontozhattak. A 20 pontos egyedül az, ami semleges.

Azok között a szülők között, akiknél a gyermeknek valamilyen hátránya van több olyan értékelés született, hogy rendkívül elégedett vagy elégedett az életével, mint azoknál a szülőknél, akiknek egészséges a gyermeke. Az egyik csoportban 9 (hátrányos) a másik csoportban 30 (hétköznapi) megkérdezett volt. De még így is az egészséges gyerekek szüleinél több olyan válasz érkezett, hogy enyhén elégedett az életével. Ugyan úgy mind a két csoportban, amit eddig akartak elértek az életükben. Többen kérdés nélkül egy-egy pontnál megjegyezték, hogy a rossz pár választás miatt nem elégedettek. Mivel én itt arra voltam leginkább kíváncsi, hogy van-e különbség a beteg gyerekek családjánál vagy az egészségeseknél, ami vizsgálatom alatt kiderült, hogy a beteg gyerekek családjai jobban

összetartanak és sokkal kisebb dolgoknak tudnak örülni. Annyiban más az ő életük, hogy anyagilag a terápiák és az orvosi kezelések miatt költségesebb és nagyobb szervezést igényel az életük, de mégis elégedettebbek. Jobban elfogadják azt, ami van.

A diagram a válaszokat mutatja be a vízszintes oldalon a kérdések, a függőleges oldalon pedig a pontszámok láthatóak. A hengerek pedig a pontszámok gyakoriságát mutatja be az adott kérdésre. A diagram a hátrányos helyzetű szülők válaszait ábrázolja. Összesen 9 válaszadó volt.

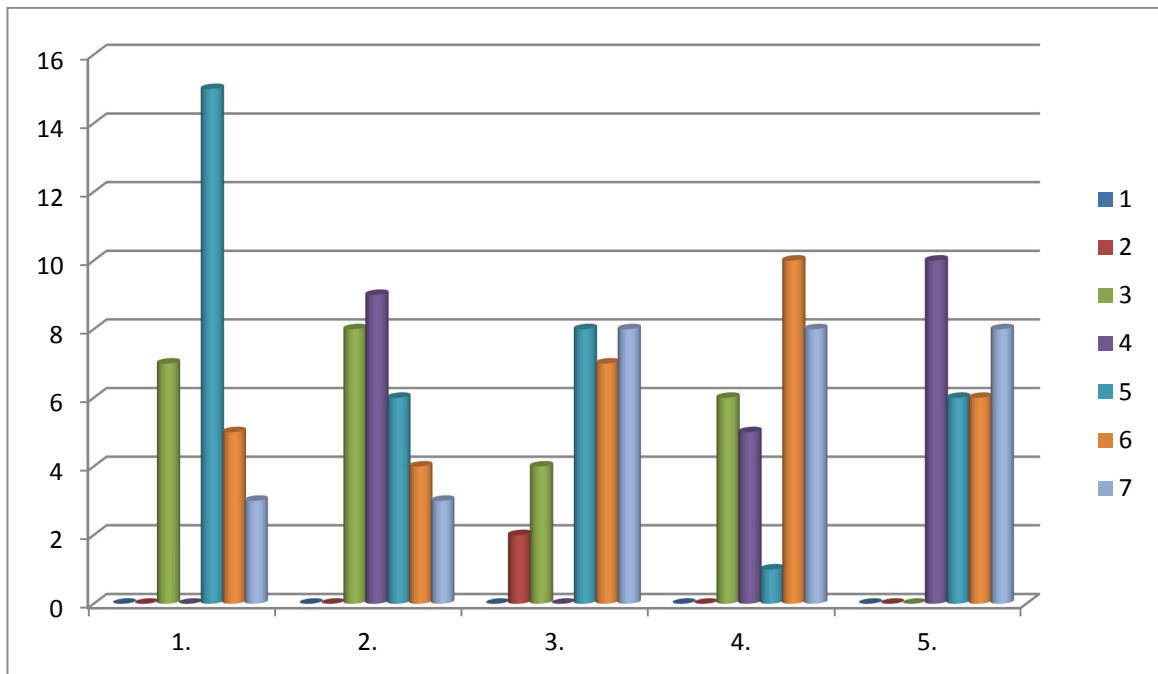
13.ábra: Sérült gyerekek szülei az életelégedettségi skála alapján



Forrás: Saját munka

A második diagramon az egészséges gyerekek szüleinek a válaszai láthatóak. Ők 30-an voltak, akiket megkérdeztem. Mint az előző diagramon itt is a vízszintes oldalon a kérdések a függőleges oldalon pedig a pontszámok láthatóak, a hengerek pedig a pontszámok gyakoriságát mutatja az adott kérdésre.

14. ábra: Egészséges gyerekek szülei az életelégedettségi skála alapján

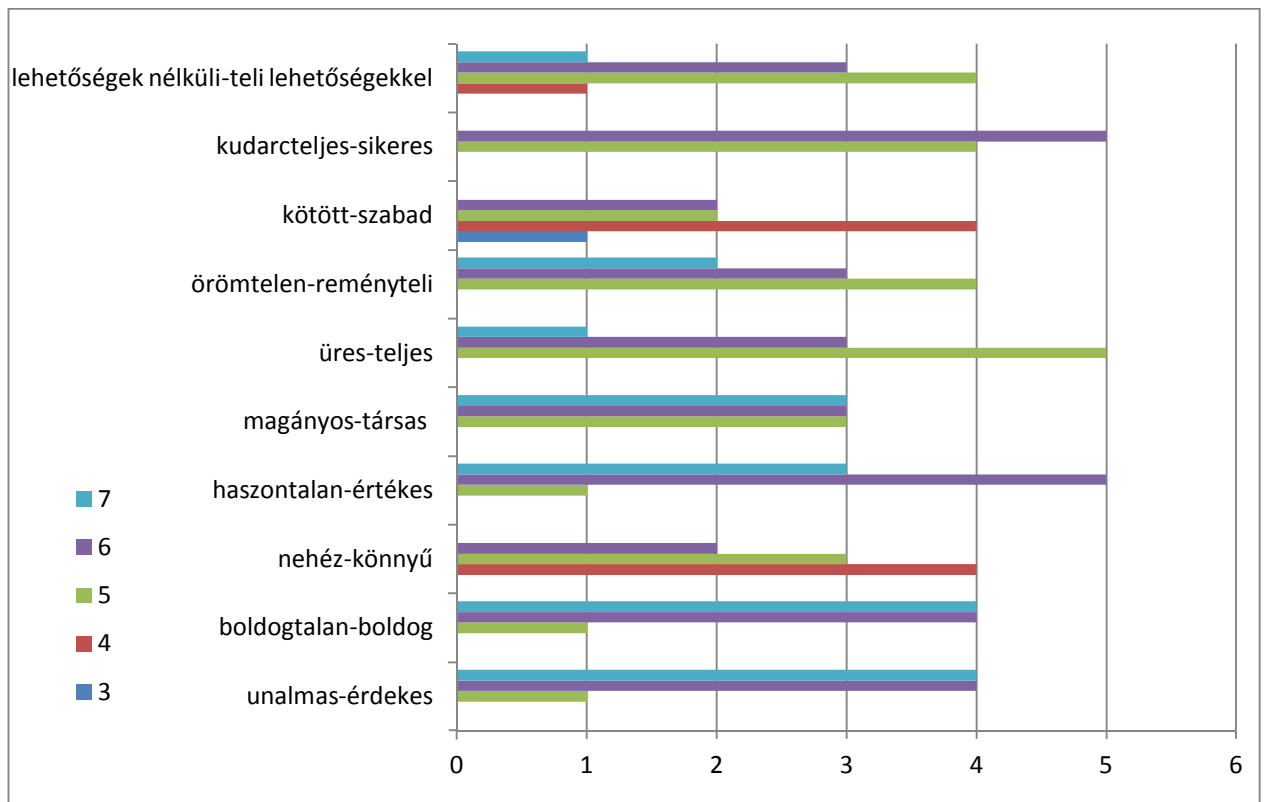


Forrás: Saját munka

Másik skála, amivel vizsgálatot csináltam, azaz *életstílus elégedettségi skála LSS (Lifestyle Satisfaction Scale)*. Ez a skála a szubjektív jóllétet méri. (melléklet 2.) 1-7-ig pontozhattak itt is a 7-es pontszám mindig a jó jellemzőt értékelte az 1-es szám felé haladva pedig a rossz jellemzőt jelentette. Ugyan úgy 30 egészség gyerekekkel élő szülőt is megkérdeztem a 9 fogyatékkal élő gyerek szülei mellett. Egytől-egyig minden szülő válaszában az érdekes élet jelent meg. A boldogság kérdésnél ismét az volt megfigyelhető, hogy a beteg gyerekek szülei boldogabbak. Az egészséges gyerekek szülei sem boldogtalanok, de nem adtak olyan magas pontot a boldogságnak, mint a beteg gyerekek szülei. Nehéz vagy könnyű az életük. Itt a beteg gyerekek szülei hozzátették, hogy maximum a szervezés és az anyagiak miatt nehezebb, meg abba, hogy a társadalom nem igazán fogadja el őket, de úgy másban nem érzik. Volt olyan szülő, akinek van egészséges és beteg gyermeke is. Ő azt mondta, hogy persze vannak dolgok, amiknél nehezebb az életük. Bizonyos szakaszoknál jön jobban elő, de nem biztos, hogy másképpen élné az életét és örül annak, hogy olyan élményekben lehet része sokszor, amiben lehet, hogy egészséges gyermeke mellett nem lenne. Ugyan úgy teljes és társas életet élnek. Nehezebb jó társaságot találni, akik elfogadják a beteg gyerekeket, de általában ezek a családok ugyan úgy beteg gyerekek családjával találják meg a társas életet. Mikor a szabad és kötött életet kellett pontozni kivétel nélkül a beteg gyerekek családjának kötött az élete. Sokszor nem borulhat fel egyáltalán a napi rend, mert akkor, ha felborul sok gyermeknél ezt észre is lehet venni. A lehetőség pedig mindenki előtt ott van csak meg kell találni, ha meg van, ki kell tudni használni.

A függőleges oszlopba az adott jellemzők találhatóak a vízszintes sorba, hogy hány fő adott olyan pontszámú választ. A sor diagramokban pedig a pontszámok találhatóak különböző színekkel. Először itt is a sérült gyerekek szüleinek a választát ábrázoltam.

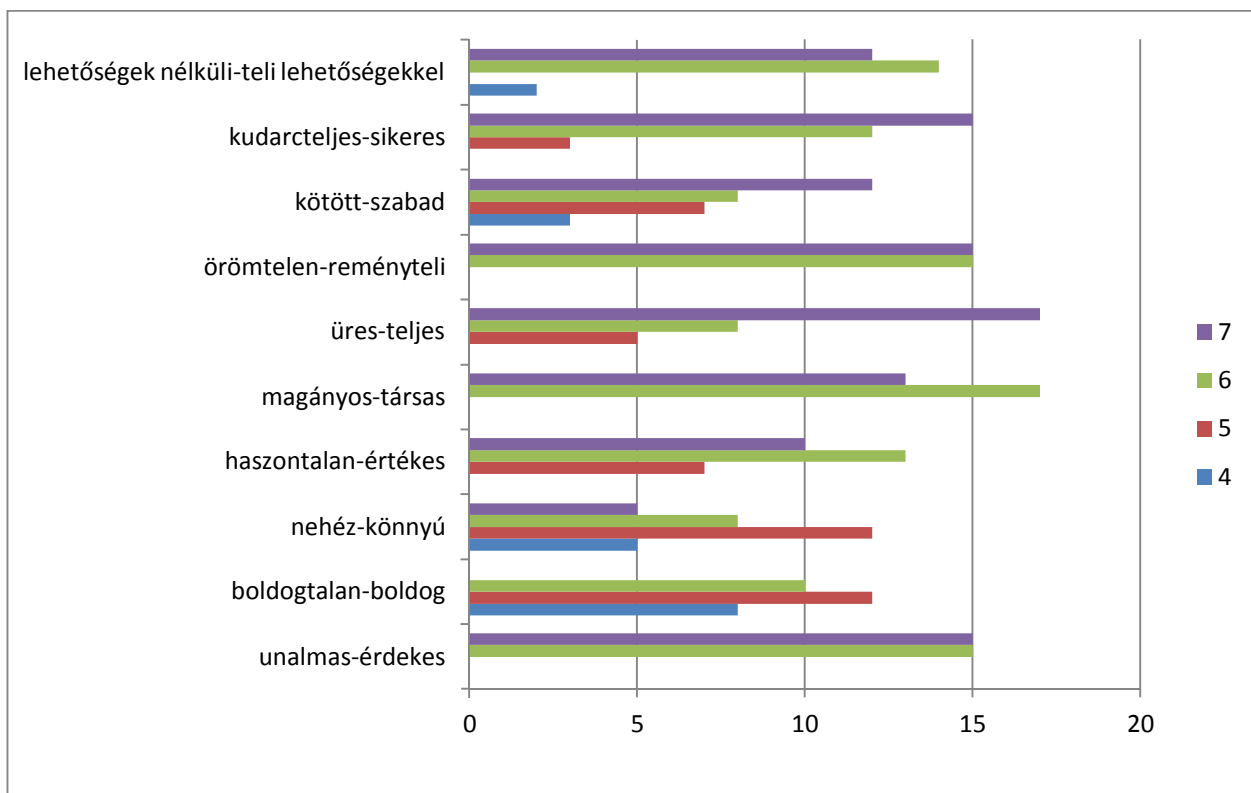
15.ábra: Fogyatékkal élő gyerekek szülei az életstílus elégedettség skála alapján



Forrás: Saját munka

A második diagramon az egészséges szülők válaszait ábrázoltam. A függőleges oszlopba az adott jellemzők találhatóak a vízszintes sorba, hogy hány fő adott olyan pontszámú választ. A sor diagramon pedig a pontszámok találhatóak különböző színekkel.

16.ábra: Egészséges gyerekek szülei az életstílus elégedettségi skála alapján



Forrás: Saját munka

Leginkább sajnós a szülők is abban szenvednek hiányt, hogy a gyermeküket nem fogadja el, vagy nem fogadja be a társadalom. Ezáltal őket sem. Ezért is van az, ha ezek a gyerekek vagy szülők rá találnak egy olyan közegre, ahol elfogadják őket, ahhoz a közeghez ragaszkodni fognak. Sok szülő legszívesebben magán tanulónak adná a gyermekét, hogy ne érje minden nap valami negatív, de akkor meg még jobban kiszakítaná a való életből, és ha egyszer saját magának kell helytállnia még ennyire sem fog menni. Az biztos, hogy mindenkinek a ló vagy csak maga egy másik élőlényel foglalkozni élményterápia is.

Összegzés

A lovasterápia is, mint minden jó dolog, remélem egyszer eléri azt, amiért a szakemberek minden nap küzdenek. A legfontosabb az lenne, ha támogatná ezt a formáját is a gyógyulásnak az egészségügy. Nemcsak a szülők dolgát, hanem a szakemberek dolgát is megkönnyítenék. Bízom benne, hogy a lovas sportokat is egyre többen ismerik és szeretik meg, hogy egyre több gyógytornász, gyógypedagógus és pszichológus fogja magát tovább képezni lovasterapeutának. Ezzel is segítve a folyamatokat.

Volt szerencsém önkénteskedni Fóton a Lovasterápiás Központban és pár éve Hatvanba a Bátor Táborba is. Két külön világ, különböző betegségekben szenvedő gyerekeket kezelve, de a cél mégis ugyan az. Ezeket a gyerekeket és szülőket nem magukra hagyni és néha csak rövid időre is, de boldoggá tenni elfeledtetve a betegségüket. Többször hallottam azt, hogy a ló hátán ugyan azok az emberek lehetnek és a ló jól viselkedik velük, ahogy a társaiknak is kellene a kinti életben. Remélem ez is változni fog, hiszen az ő életükbe ez sokat jelentene, ha a mindennapjaikban elfogadnák őket és segítenék, nem pedig elfordulnak.

Kutatásomból kiindulva a szülők szívesen járnak gyermekeikkel a lovasterápiára. Sok jó dolgot lehet csak elmondani. Ezért bízom benne, hogy még több támogató és, akik tudnak a lovasterápia fejlődésének érdekében tenni is felismerik a lovasterápia jótékony hatását.

Mellékletek

1. számú melléklet:

Életelegedettségi skála (SWLS)

Kérjük olvassa el figyelmesen az alábbi állításokat és a bal oldali rubrikába jegyezze fel, milyen mértékben ért egyet ezekkel, az alábbi rangsor szerint:

Egyáltalán nem	1
Többnyire nem	2
Inkább nem	3
Nem tudom eldönteni	4
Inkább igen	5
Többnyire	6
Teljesen egyetértek	7

	1. A legtöbb szempontból nézve az életem közel áll az ideálshoz
	2. Az életfeltételeim kitűnőek
	3. Meg vagyok elégedve az életemmel
	4. Eddig még mindent elértem az életben, amit csak akartam
	5. Ha újra élhetném az életemet, nem változtatnék szinte semmit

Összpontszám:.....

2. számú melléklet

Életstílus Elégedettségi Skála (LSS)

Az alábbiakban melléknevekből képzett ellentétpárokat talál. A feltüntetett melléknevek egy elképzelt vonalat alkotnak, a két végponton feltüntetett jelzőkkel. Kérem jelölje meg a megfelelő szám áthúzásával, milyennek tartja a saját életét.

Unalmas

Érdekes

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Boldogtalan

Boldog

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Nehéz

Könnyű

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Haszontalan

Értékes

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Magányos

Társas

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Üres

Teljes

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Örömtelen

Reményteli

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Kötött

Szabad

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Kudarcteljes

Sikeres

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Lehetőségek nélküli

Teli lehetőségekkel

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Összpontszám:.....

Irodalomjegyzék

1. BOZORI GABRIELLA: Gondolatok és vázlatok a gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna témaköréből Székesfehérvár, Polu-Press Kkt. 2002.
2. BOZORI GABRIELLA: A gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna, mint a gyógypedagógiai terápiák egyfajta lehetősége 2011.
3. WIPKE C: HARTJE: Lovasakadémia 18. Lovasterápia, Gyógypedagógiai lovaglás, lovas pszichoterápia Budapest, Mezőgazda Kiadó 2012. ISBN 978 963 286 654 3
4. DR. FRITZ PÉTER: Mozgásos rekreáció, rekreáció mindenkinek I., Szeged, Bába Kiadó, 2011. ISBN 978 963 9717 03 7 p. 28.,
5. SCHMEIL JÚLIA: Az értelmi fogyatékosok típusainak felmérése, pszichés sajátosságai és életviteli jellemzői Budapest, 2008. NSZFI,
6. Kincsem Nemzeti Lovasprogram
7. 14/2008. (XII. 20.) ÖM rendelet lovas szolgáltatói tevékenységről 11/A §
8. M1 televízió Magyar Gazda című műsora 2012.
9. Magyar Lovasterápiás Szövetség honlapja-www.lovasterapia.hu
10. Lovasterápia a Fogyatékkal Élőkért Egyesület honlapja-www.sorilovi.hu
11. Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten honlapja-www.dkthr.de
12. Riding for the Disabled Association honlapja-www.rda.org.au
13. Szegvári Andrea interjúja Bozori Gabriellával 2014. július Fót
14. Németh Klárával készült interjú Zöld Újság az interjút készítette Erdei-Nagy Ibolya 2005.
15. Gyögypál Évával készült interjú az interjút készítette Somogyi Tibor-
www.somogyifoto.gportal.hu
16. Balkó Rita interjúja Bozori Gabriellával (Kossuth Rádió 2014.)

Köszönetnyilvánítás

Ezúton szeretnék köszönetet mondani Bozori Gabriella lovasterapeutának, aki mind szakmai és emberi tapasztalatát át adva segítette a munkámat, s adott hasznos tanácsokat-ötleteket a rengeteg elfoglaltsága ellenére.

Köszönöm a terápiákon résztvevő gyerekek szüleinek, hogy nem zárkóztak el a kérdéseim elől az interjúk során és őszinte válaszaikkal segítették kutató munkámat, s rabolhattam idejüket kérdéseimmel. Rajtuk kívül köszönöm azoknak a szülőknek is, akik kérdőívemet kitöltötték.

Köszönet illeti a Lovasterápiás Központ terapeutáit Fóton, akik mind a tábor, mind a 3 napos terápiás verseny alatt segítettek nekem.

Külön köszönöm szüleimnek és páromnak, hogy mellettem álltak és segítették tanulmányomat és munkámat szeretetükkel, türelmükkel.

Nyilatkozat

ELHELYEZÉSI MEGÁLLAPODÁS ÉS SZERZŐI JOGI NYILATKOZAT*

Név:

Elérhetőség (e-mail cím):.....

A feltöltendő mű címe:.....

.....

A mű megjelenési adatai:.....

Az átadott fájlok száma:

Jelen megállapodás elfogadásával a szerző, illetve a szerzői jogok tulajdonosa nem kizárólagos jogot biztosít a HuVetA és a SZIA számára, hogy archiválja (a tartalom megváltoztatása nélkül, a megőrzés és a hozzáférhetőség biztosításának érdekében) és másolásvédett PDF formára konvertálja és szolgáltatassa a fenti dokumentumot (beleértve annak kivonatát is).

Beleegyeznek, hogy a HuVetA és a SZIA egynél több (csak a HuVetA és a SZIA adminisztrátorai számára hozzáférhető) másolatot tároljon az Ön által átadott dokumentumból kizárólag biztonsági, visszaállítási és megőrzési célból.

Kijelenti, hogy az átadott dokumentum az Ön műve, és/vagy jogosult biztosítani a megállapodásban foglalt rendelkezéseket arra vonatkozóan. Kijelenti továbbá, hogy a mű eredeti és legjobb tudomása szerint nem sérti vele senki más szerzői jogát. Amennyiben a mű tartalmaz olyan anyagot, melyre nézve nem Ön birtokolja a szerzői jogokat, fel kell tüntetnie, hogy korlátlan engedélyt kapott a szerzői jog tulajdonosától arra, hogy engedélyezhesse a jelen megállapodásban szereplő jogokat, és a harmadik személy által birtokolt anyagrész mellett egyértelműen fel van tüntetve az eredeti szerző neve a művön belül.

A szerzői jogok tulajdonosa a hozzáférés körét az alábbiakban határozza meg (**egyetlen, a megfelelő négyzetben elhelyezett x jellel**):

- engedélyezi, hogy a HuVetA-ban/SZIA-ban tárolt művek korlátlanul hozzáférhetővé váljanak a világhálón,
- a Szent István Egyetem belső hálózatára (IP címeire) korlátozza a feltöltött dokumentum(ok) elérését,
- a SZIE Állatorvos-tudományi Könyvtárban található, dedikált elérést biztosító számítógépre korlátozza a feltöltött dokumentum(ok) elérését,
- csak a dokumentum bibliográfiai adatainak és tartalmi kivonatának feltöltéséhez járul hozzá (korlátlan hozzáféréssel),

* Jelen nyilatkozat az 5/2011. számú, *A Szent István Egyetemen folytatott tudományos publikációs tevékenységgel kapcsolatos adatbázis kialakításáról és alkalmazásáról* című rektori utasításhoz kapcsolódik, illetve annak alapján készült.

Kérjük, **nyilatkozzon a négyzetben elhelyezett jellel a helyben használatról is:**

- Engedélyezem a dokumentum(ok) nyomtatott változatának helyben olvasását a könyvtárban.

Amennyiben a feltöltés alapját olyan mű képezi, melyet valamely cég vagy szervezet támogatott illetve szponzorált, kijelenti, hogy jogosult egyetérteni jelen megállapodással a műre vonatkozóan.

A HuVetA/SZIA üzemeltetői a szerző, illetve a jogokat gyakorló személyek és szervezetek irányában nem vállalnak semmilyen felelősséget annak jogi orvoslására, ha valamely felhasználó a HuVetA-ban/SZIA-ban engedéllyel elhelyezett anyaggal törvénysértő módon visszaélne.

Budapest, 201... évhónap

aláírás

szerző/a szerzői jog tulajdonosa

A HuVetA Magyar Állatorvos-tudományi Archívum – Hungarian Veterinary Archive a Szent István Egyetem Állatorvos-tudományi Könyvtár, Levéltár és Múzeum által működtetett szakterületi online adattár, melynek célja, hogy a magyar állatorvos-tudomány és -történet dokumentumait, tudásvagyonát elektronikus formában összegyűjtse, rendszerezze, megőrizze, kereshetővé és hozzáférhetővé tegye, szolgálta, a hatályos jogi szabályozások figyelembe vételével.

A HuVetA a korszerű informatikai lehetőségek felhasználásával biztosítja a könnyű, (internetes keresőgépekkel is működő) kereshetőséget és lehetőség szerint a teljes szöveg azonnali elérését. Célja ezek révén

- *a magyar állatorvos-tudomány hazai és nemzetközi ismertségének növelése;*
- *a magyar állatorvosok publikációira történő hivatkozások számának, és ezen keresztül a hazai állatorvosi folyóiratok impakt faktorának növelése;*
- *az Állatorvos-tudományi Kar és az együttműködő partnerek tudásvagyonának koncentrált megjelenítése révén az intézmények és a hazai állatorvos-tudomány tekintélyének és versenyképességének növelése;*
- *a szakmai kapcsolatok és együttműködés elősegítése,*
- *a nyílt hozzáférés támogatása.*

A SZIA Szent István Archívum a Szent István Egyetemen keletkezett tudományos dolgozatok tára.