

НАСОКИ



Официален номер на проекта: 2021-1-BG01-KA220-YOU-000029078 „Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия. Тази публикация отразява само личните виждания на нейния автор и от Комисията не може да бъде търсена отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.”



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union





Съдържание

Въведение	3
За кого са предназначени Насоките за терапия асистирана от коне за младежи?.....	4
Как да се ориентирате в Насоките?	4
Относно проекта YEAT	5
Речник на термините.....	6
Част 1 – Млади хора с увреждания и техните семейства.....	6
Какво представлява терапията с помощта на коне?	6
Кога ТАК е полезно – увреждания, състояния, възраст?.....	8
Кратки истории от нашата практика	9
Как се извършва терапия асистирана от коне?.....	11
1. Психотерапия с помощта на коне (EAP).....	12
2. Обучение с помощта на конете (EAL).....	12
3. Хипотерапия	13
4. Лечебна езда и други терапии с коне	13
Стъпки за започване с терапия с помощта на коне	16
Част 2 – Младежки работници и други професионалисти, които желаят да включат терапията с коне в своята практика.....	17
Какви са ползите от терапията с коне? Защо трябва да я опитате?	17
Терапии, включващи коне	17
Дейности, включващи ТАК.....	18
Как един младежки работник подхожда към ТАК?.....	19
Младежки доброволчески програми и друго участие в терапия или дейности с помощта на коне.....	20
Какви са ползите за младия човек, който помага в ТАК?	21
Част 3 – Настоящи и бъдещи професионалисти в терапията с помощта на коне.....	22
Как да започна кариерен път?	22
Професионалисти в ТАК, които търсят разширяване и подобряване на работата си.....	23
Истории и организации с най-добри практики в Белгия, Италия и България.....	24
Белгия	24
Италия.....	25
България	26
Заклучение	27

Въведение

Младежите играят важна роля в нашето общество, в което хората със специални нужди са едни от най-уязвимите. Всяка общност предприема мерки за подкрепа на хората със специални нужди. В основата на тези усилия са различни видове терапии. За различни състояния терапията асистирана от коне (ТАК) /Equine-Assisted Therapy (EAT)/ е доказала, че носи редица подобрения. Този вид терапия има много положителен ефект особено върху най-малките. От друга страна, неговият формат позволява на млади хора и млади професионалисти да участват в него и да окажат своето влияние върху общността. За да предоставят повече практическа информация по въпроса, група организации – Фондация Пейнт и Куортър Хорс България /Paint and Quarter Horse Foundation Bulgaria (PQHFB)/, Сдружение ЗА ТЕБ, Качествено образование за устойчива социална трансформация /QUEST/ и Креативи108 /Creativi108/, всички заинтересовани от темата, създадоха проекта "Младежи участват в терапия с коне" - Youth in Equine-Assisted Therapy (YEAT) и Насоките на YEAT.

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ТЕРАПИЯТА АСИСТИРАНА ОТ КОНЕ (ТАК)?



Хората са открили лечебните качества на конете в древни времена. Днес ние продължаваме да си партнираме с коне с цел подобряване на здравето и благоденствието на хората под насоките на професионалисти.

Конете могат да помогнат на хората чрез създаване на връзка и/или физически контакт, като това се счита за терапия. Хората могат да са на земята в близост до коня, на гърба му или да са във връзка с него чрез някакво устройство.

Основните ползи от ТАК за хората са емоционални, физически, когнитивни, социални и дори насочени в посока себеразвити за хората са емоционални, физически, когнитивни, социални и дори насочени в посока себеразвитие.

За кого са предназначени Насоките за терапия асистирана от коне за младежи?

Насоките на YEAT са предназначени да обслужват бенефициенти на терапии, млади професионалисти, организации и новодошли в терапия с помощта на коне.

Всички бенефициенти, особено млади хора с увреждания и техните семейства, могат да намерят в следващите страници подробна информация за ТАК, ползите от него, какво да очакват, ако решат да се възползват или да участват в ТАК, примери и друга полезна информация.

Насоките на YEAT ще бъдат полезни за специалисти от различни области като терапевти – логопеди, физиотерапевти, психолози или други; младежки работници, учители и всеки, който се интересува от включване на ТАК в своята професионална практика.

Настоящи и бъдещи млади професионалисти в частна практика или в организация могат да намерят в Насоките на YEAT основни препоръки относно практикуването на ТАК, опита на организации от различни страни, участващи в проекта YEAT и примери.

Цялата тази информация беше събрана в рамките на проекта YEAT, подкрепен от програма Еразъм+.

Как да се ориентирате в Насоките?



Всяка глава от Насоките е фокусирана върху една от групите, участващи в ТАК:


ЧАСТ 1 - Млади хора с увреждания и техните семейства;

ЧАСТ 2 - Специалисти, които желаят да използват терапия с коне;

ЧАСТ 3 - Настоящи и бъдещи професионалисти в терапията с помощта на коне.

Въпреки че всяка част е фокусирана върху определена група, те съдържат интересна и ценна информация, подходяща за всички.

Потърсете символите	Какво означава?
	Обръщам внимание на...
	Казус – опит от проекта YEAT и международни проучвания, извършени от партньорите по проекта в България, Белгия и Италия

	Идея
	Отбележете си
	Помислете за това

Относно проекта YEAT

Проектът YEAT е създаден, за да проучи начините, по които младите хора могат да бъдат включени и да се възползват от ТАК.



Той събира организации от различни сектори. Заедно поемат по пътя към подобряване на качеството на работата, дейностите и практиките в областта на YEAT в страните партньори – България, Италия, Белгия, Франция, останалата част от Европейския съюз и в международен план. Проектът подобрява капацитета на участващите организации, изгражда мостове между различните сектори, адресира общите нужди и приоритети в YEAT. Създава и разпространява иновативни подходи в YEAT, в услуга на деца и млади хора с увреждания.

По време на проекта YEAT партньорите събираха информация относно YEAT в България, Белгия, Франция и Италия и организираха дейност за обмен на знания. Събитието събра 21 участници от България, Франция и Белгия, за да изследват темата за YEAT, да обменят знания и опит. Екипът на организациите и участниците в проекта YEAT работеха заедно за създаването на Насоките на YEAT.

Партньорски организации, които стоят зад проекта YEAT са Фондация Пейнт и Куортър Хорс България, Сдружение ЗА ТЕБ, Качествено образование за устойчива социална трансформация и Креативи108.

Повече за проекта можете да намерите тук:

<https://bg.pgfbulgaria.org/youthinequineassistedtherapy>

Речник на термините

Термин/Съкращение	Определение
YEAT	Младежи в терапия с помощта на коне
ТАК	Терапия с помощта на конете
EAP	Психотерапия с помощта на коне
EAL	Обучение с помощта на коне

Част 1 – Млади хора с увреждания и техните семейства

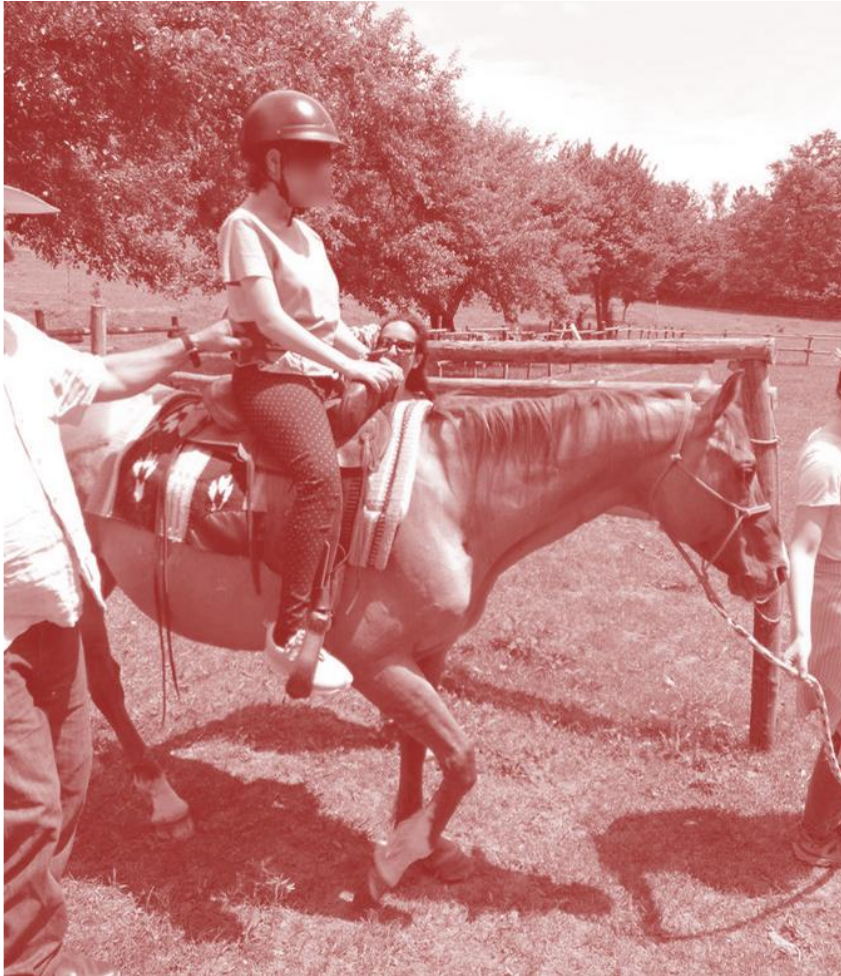
Какво представлява терапията с помощта на коне?

Популярността на терапията с животни нараства всеки ден поради многобройните ползи. Конете са един от видовете животни, за които хората са открили, че имат възстановяващ ефект върху психическо и физическо здраве. Има три основни вида взаимодействие с тях.

Първият е от земята. Това включва да бъдеш около коня, прекарване на време с него или цялото стадо, докосване с ръце, изчеткване на гривата, опашката и тялото, нахранване или даване на лакомство, упражнения и тренировки от земята.

Вторият тип е на гърба на коня. Това включва езда и извършване на определени упражнения и движения, докато сте на гърба на коня.





Третиият вид е управлението на коня, обикновено с двуколка. Този тип дава възможност за взаимодействие с коня на бенефициенти с ниска подвижност или други проблеми.

В зависимост от възрастта и състоянието на лицето, специалистите по конете избират най-подходящия тип(ове) взаимодействие.

Кога ТАК е полезно – увреждания, състояния, възраст?

Терапията асистирана от коне се препоръчва за хора от всички възрасти. Статистиката показва, че най-ефективната терапия с помощта на коне е наблюдавана при деца и млади хора на възраст от 4 до 29 години. Въпреки това резултатите извън тази възрастова група също са много задоволителни.

ПОЛЗИ ОТ ТЕРАПИЯТА АСИСТИРАНА ОТ КОНЕ

СОЦИАЛНА



Споделяне на изживяването от контакта с коня с другите и дейностите в група с коня, развиват у ползвателя на терапията социални умения.

ЕМОЦИИ



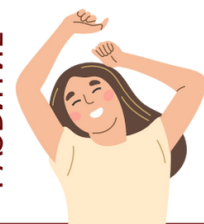
Конете предоставят среда за емоционално лекуване, подобрение и растеж.

КОГНИТИВНО
РАЗВИТИЕ



Различните обучителни затруднения са адресирани чрез методи, отговарящи на специфичните нужди, докато се изграждат умения за водене или яздене на коня.

ФИЗИЧЕСКО
РАЗВИТИЕ



Различни физически състояния се повлияват положително от терапията асистирана от коне.

САМОУВЕРЕНОСТ



Успешно водената комуникация с коня носи на бенефициента увереност в собствените възможности, както и повишаване на самочувствието.

По-долу може да се намери неизчерпателен списък на най-често срещаните увреждания и състояния, които се повлияват чрез терапия с помощта на коне:

I. Увреждания:
• Разстройство от аутистичния спектър
• Ампутация
• Разстройство на вниманието
• Хиперактивност
• Церебрална парализа
• Забавяне в развитието
• Синдром на Даун
• Трудности в ученето
• Мускулна дистрофия
• Множествена склероза
• Парализа
• Спина бифида
• Травма на гръбначния стълб
• Инсулти
• Терминална болест
• Травматични мозъчни наранявания
• Зрително и слухово увреждане
II. Младежи в риск
III. Нарушения в контрола на теглото
IV. Реактивно разстройство на привързаността
V. Разстройство на поведението
VI. Психично разстройство
VII. Проблеми с психичното здраве
VIII. Злоупотребата със субстанции
IX. Връзка/социални проблеми
X. Онкологични проблеми

Кратки истории от нашата практика

По време на събитието по проект YEAT в терапевтичния център на PQHFB в България трима младежи със специални нужди преживяха близък контакт с конете и първите си сесии по терапевтична езда. Имаха както физически, така и психологически предизвикателства. За двата дни и ограниченото време на място те показаха напредък



като станаха по-уверени, преодоляха страха от новото и непознатото. Един от тях с тремор го намали само след един сеанс. Още един преодоля страха от животни.

Проучването на QUEST в Белгия, Creativi108 в Италия, PQHFB в България и Асоциация За теб в България показва разнообразието от практики на терапевтичните организации.

В Белгия съдът за малолетни нареди на младежи да се възползват от ЕАТ, виждайки големия потенциал в него.

Друг белгийски професионалист - педагог, специализиран в психо-образователна подкрепа, имаше история на успеха, която да сподели. Тя накара 9-годишно момиче, Леони, с множество увреждания, което се движи само в инвалидна количка, да ходи от коня до стола си на края на сесиите. Белгийският терапевт подчерта важността от включването на други хора – млади хора, стажанти, други професионалисти, както и важността на избора на бенефициентите от професионалиста.

Организацията "Rennes de la Vie" с над 40-годишна история постигна голям напредък с дете с аутизъм, част от голяма група. Детето се страхуваше от конете и крещеше, когато дойде време да се качи на кон. След 1 година групата стана напълно хомогенизирана. Това беше възможно, защото те адаптираха работната рамка на групата. Това момче обичаше „Играта на играчките“. Така, че треньорите поставяха фигурки от „Играта на играчките“ на коня. Малко по малко той се влюби в него. И това, което е интересно е контрастът с обучаващия персонал от неговото училище, който много праволинейно и стриктно се придържа към учебния план. Стойки от страни и наблюдавайки разчупването на рамката те се убедиха в резултатите от гъвкавото обучение. Така, че този процес промени и техните възгледи.

В Белгия Изабел Хубейн работи с младежи, които са били настанени в институции, разделени от родителите си, от съд за малолетни. ТАК е постановено от съда и съдията го налага на децата. При някои от тях традиционната терапия не работи. Младежите са посещавали много различни психолози, социални работници, педагози, всякакви хора без особен ефект. Изабел фокусира терапията с конете върху работата с техните емоции, върху това как се чувстват към родното си семейство, към приемното семейство или към интерната, в която са били настанени, и те се опитват да заобиколят това. Тя се опитва да постави фокуса върху удоволствието и забавлението.

В България Ирена Методиева, клиничен психолог, психотерапевт и дипломиран хипотерапевт, сподели, че от нейния опит редица заболявания, които се повлияват благоприятно от метода на хипотерапията са: детска церебрална парализа, сколиоза I-ва и II-ра степен, аутизъм, хиперактивност, синдром на Даун, слединсултни състояния и урологични заболявания. Виктор, 34-годишен бенефициент на ТАК, страдащ от лека форма на церебрална парализа и епилепсия сподели: „ Подейства ми добре на



гръбначния стълб и стойката, помага много и при церебрална парализа. Важно е терапевтите да комуникират много с родителите, за да са наясно с конкретния случай.“

В Италия CF, член на „Възможен съм“, професионалист в ТАК, сподели свои истории за успешна дейност: „Пристигна едно момиче с парализа, което може да движи само едната си ръка. Успяхме да работим толкова добре с нея и коня и, че сега дори участва в надбягвания с коне. Изградихме система за контрол на коня, за да се състезава сама. След това друго момче също с парализа ми даде резултатите от медицинския си преглед, които съобщават за подобрение в структурата на тялото му благодарение на работата с коня. F.Z., работещ за доброволческа организация, която предлага само дейности, подпомагани от коне, сподели ползите за своите бенефициенти : "Според мен най-добрият резултат е увеличаването на вербализацията. Вълнението и радостта от работата с такива животни дават на потребителите силата да се изразяват по-лесно. Спомням си , че един път участник, който мълчаше през по-голямата част от деня, започна да ме пита кога ще можем да се върнем за друга сесия. Това ме остави без думи.“. Zamra Amica , център за терапия с домашни любимци с повече от 10-годишна история, си сътрудничи с отделения по педиатрия , онкология и психиатрия, за да помогне на хората, лекувани там.

Друга успешна история от Il Paddock, Италия, споделиха: „ Имаше момче с диагноза аутизъм в гимназията, което започна да язди преди шест месеца. Вчера за първи път ми каза директно „Искам да галопирам“. Удивителното в случая е , че момчето само го поиска. Бащата ми каза, че откакто идва на конна езда, момчето все още не е влязло в тесни в отношения с другарите си, но е започнал да разговаря с учителите си. Така, че и за родителите това са изключителни резултати.“

Как се извършва терапия асистирана от коне?

За по-лесно разбиране ще разделим терапията с помощта на коне в четири категории, като всички включват конете по различен начин, съчетавайки гореописаните положителни ефекти. Това са: психотерапия с помощта на конете (EAP); обучение с помощта на конете (EAL); хипотерапия ; терапевтична езда и други терапии с коне. Всеки от видовете ТАК включва различни дейности с конете. Терапевтите си поставят различни цели.

ВИДОВЕ ТЕРАПИИ ВКЛЮЧВАЩИ КОНЕ



1. Психотерапия с помощта на коне (EAP)

Конете основно осигуряват усещане за спокойствие по време на срещи за психотерапия, като не на последно място се дължи на сесиите, които се провеждат на открито. Консултантите също използват коня като отправна точка, за да помогнат на пациента да изследва своите емоции или болезнени ситуации през чрез коня. Много хора смятат, че обсъждането на трудни емоции е по-удобно в присъствието на кон, което работи особено добре при деца и младежи.

Грижата за кон също е част от EAP. Той изгражда рутина и осигурява положителен фокус за пациенти, в чийто живот доминира скръб, травма или проблеми с психичното здраве. Сресването, например, е действа успокоително и помага за адаптацията и концентрацията при пациентите. Грижата за конете работи като свързва вниманието и концепцията за присъствие, като допълнително подпомага възстановяването.

Пример за организация, посветена на този тип ТАК, е Eagala ¹.

2. Обучение с помощта на конете (EAL)

Дейностите, подпомагани от коне, допринасят за развитието в личен, социален и професионален контекст. Използва се сред тийнейджъри с висок риск и за подобряване на академичните способности. Фасилитаторът използва концепции и метафори, за да помогне на учениците да разберат личностните си умения, като

¹ <https://www.eagala.org/index>



овладяване на гнева или концентрация. EAL обаче може да се използва и с възрастни за подобряване на професионалните умения, като работа в екип и себеосъзнаване.

И в двата случая EAL включва наблюдение на реакциите на конете спрямо поведението на групата. След това тези наблюдения могат да бъдат анализирани с оглед на подобрене на личното поведение.

Пример за организация, посветена на този тип ТАК, е PATH International ².

3. Хипотерапия

Работейки заедно с трудова терапия и физиотерапии, хипотерапията е известна още като адаптирана езда. Хипотерапията се използва и за подобряване на речевата терапия. Адаптивната езда подобрява стойката, координацията и движението на ездача. Често се бърка с терапевтичната езда, но хипотерапията се движи около необходимата от медицинска гледна точка терапия.

Пример за организации, посветени на този тип ТАК, са Американската асоциация ³ по хипотерапия и PATH International.

4. Лечебна езда и други терапии с коне

ТАК се отнася и за всички други дейности, включващи терапии като терапевтична езда, програми за терапевтично управление на двуколка, коне, използвани като служебни животни и много други. Терапевтичната езда се отнася до обучение в езда на хора със специални нужди. Програмите за управление на двуколка са много подходящи за хора с ограничена подвижност, които ги учат как да управляват коня.

Пример за организации, посветени на този тип ТАК, са Национален център за улеснена терапия при коне ⁴ и Paint и Quarter Horse Foundation България ⁵.

Дейностите и методите от всичките 4 вида могат да се комбинират, за да отговорят на нуждите на бенефициента. Изборът на вида терапия с помощта на коне зависи от много фактори като физическото и психическото състояние на човека. Това определяне се извършва както от бенефициента или неговото/нейното семейство, така и от специалиста в областта на ТАК.

По време на Обучителния обмен на проекта YEAT успяхме да приложим, наблюдаваме и анализираме ефекта от установяването на връзка с кон и първите уроци по терапевтична езда върху различни групи.

² <https://pathintl.org/>

³ <https://www.americanhippotherapyassociation.org/>

⁴ <https://nceft.org/>

⁵ <https://www.pqfbulgaria.org/>



Историята на Марио

Марио е млад мъж, работещ активно с младежи като част от нашата партньорска организация QUEST. Той е много позитивно настроен, решен да изследва света и себе си. По време на Обучителния обмен това беше първото му близко общуване с кон. Неговата задача беше просто да преведе коня в рамките на



пасището от една точка до друга с помощта на оглавник и водещо въже. Той се запозна с младата кобила, която му беше определена. Приближи към нея много внимателно и намери сили в себе си да бъде уверен, да направи първата крачка, повеждайки я в избраната посока. Всеки път, когато се колебаеше какво прави, тя спираше да го следва. В момента, в който отново се почувства уверен, тя му отговаряше с разбиране и с готовност го следваше. Марио усети, че контактът с коня изисква от него да наблюдава и контролира собствените си чувства и емоции по категоричен начин, изграждайки връзка, основана на доверие и увереност.



Историята на В.

В. беше младо момиче със забавено развитие и други проблеми, живеещо в институция. Участва в Обучителния обмен и има първия си урок по терапевтична езда. Първият и контакт с коня беше плащещ за нея. Тя стоеше неуверено до това голямо животно. С много подкрепа само за един ден тя успя да се доближи до коня, да изрази интереса си към него. С помощта на двама инструктори по лечебна езда тя се качи на гърба на коня. Преодоляването на стреса в новата среда, ново животно, нови хора в лицето на терапевтите беше голям пробив за нея. Нейния настойник по-късно споделя, че не е очаквала В. да успее да постигне толкова много и е убедена, че причината за това са конете. Първият урок на В. имаше за цел да я въведе в дейността. Този контакт беше за нея толкова интензивно положително преживяване,

че на следващия ден В. нямаше търпение да се качи на коня. Обикновено тя се движи само придружена от някого, но това вълнение я накара да изследва района около арената за езда сама. Най-важното е , че тя взе водещото въже на коня си и го поведе самостоятелно. Поemanето на инициатива, отговорност и изграждането на такава увереност само за един ден беше голям пробив за В.



Да започнем с ТАК

○ Стъпка 2

Потърсете какви типове терапии са налични във вашия район - това могат да бъдат както НПО, така и индивидуални терапевти..

○ Стъпка 4

Проверете дали покривате административните изисквания и дали можете да си позволите да посещавате регулярно сесии по ТАК на избраната локация.

○ Стъпка 6

Консултирайте се с други медицински и немедицински специалисти, които са наясно с вашето състояние и как ТАК може да се комбинира с тяхната работа. Ако е възможно, направете връзка между тях и вашия ТАК терапевт.

○ Стъпка 8

Наблюдавайте и споделяйте всеки напредък или притеснение преди, по време, и след всяка сесия с вашия терапевт. Ако е нужно, водете си дневник с впечатления и обратна връзка от вас и детето ви.

○ Стъпка 1

Информирай се за терапията асистирана от коне (ТАК)

○ Стъпка 3

Посетете и разгледайте терапевтите и/или организациите. Проверете дали избрания терапевт има необходимия опит и квалификация в сферата. Потърсете и други хора, които са ползвали този терапевт за второ мнение.

○ Стъпка 5

Обсъдете с вашия терапевт техния работен план, за да знаете какво да очаквате.

○ Стъпка 7

Бъдете редовни с вашите ТАК сесии.

○ Стъпка 9

Наслаждавайте се на всяка полза от ТАК и контакта с конете колкото можете! Запомнете, всичко е строго индивидуално и няма фиксиран срок за постигане на резултати.

Част 2 – Младежки работници и други професионалисти, които желаят да включат терапията с коне в своята практика

Какви са ползите от терапията с коне? Защо трябва да я опитате?

Има терапии и занимания с коне. Можете да изберете едното или и двете, да комбинирате и съчетавате, за да отговарят най-добре на вашите компетенции и нуждите на хората, с които работите.



Терапии, включващи коне

Във връзка с широката приложимост на терапията, лицензираните специалисти могат да включат коне в пет различни категории: **консултиране, трудова терапия, физиотерапия, психотерапия и логопедия**⁶.

Взаимодействието с коня под ръководството на обучен професионалист по конете може да доведе до подобряване на здравето и себеусещането на човек. Работата заедно с друг терапевт може да повиши това ниво на подобрение още повече.



⁶Източник: PATH International



Младежките работници трябва да си партнират с професионалисти по конете или да имат опит да работят с коне.

Такъв пример е психотерапия, проведена с помощта на коня. Основният специалист, работещ с пациента, е психотерапевт. За да се включи и взаимодействие с коня, към екипа може да се присъедини професионалист по коне или психотерапевтът може да се специализира в психотерапия с помощта на коне. За пациентите взаимодействието помага при справянето с емоционалните предизвикателства. В този случай терапията с коне може да помогне за изграждането на доверие, емпатия, социални умения, лично и социално съзнание, увереност и т.н.



Зампа Аmica , Италия сподели своята практика: „Ние се грижим за интервенции асистиран от животни, в случая с коня. Очевидно е, че за прилагане на терапии ние подкрепяме и си сътрудничим с физиотерапевти и психолози за изпълнение на по-специфични проекти. Например, с физиотерапевта работим върху стойката или двигателните затруднения, така че това се превръща в нещо като „гимнастика“.

ВИДОВЕ ТЕРАПИИ КОМБИНИРАЩИ СЕ С ТАК



Дейности, включващи ТАК

Дейностите, подпомагани от коне, могат да бъдат част от много програми, особено за млади хора. Взаимодействието с коня включва дейности на открито и близък контакт с природата в допълнение към ползите за психическото и физическото състояние на човека или групата. Поради тази причина младежките работници могат да се обърнат

към ТАК в своята индивидуална или групова работа с млади хора. Такъв пример е включването на коне в младежки дейности за опазване/грижа за околната среда.



Опитайте да организирате сесия за почистване /търсене на съкровища в гората с коня и младите хора.



Опитайте да изградите меки умения, като организирате ролеви игри и включете коня в дейностите.

Как един младежки работник подхожда към ТАК?

Първо, младежките работници трябва да идентифицират какви са нуждите и резултатите, които искат да постигнат със своите целеви групи. Резултатите могат да бъдат емоционално и/или физическо подобрене на състоянието на младите хора.

Второ, младежният работник трябва да намери няколко професионалисти в областта на ТАК, да се свърже с тях и да избере най-подходящия. След първоначалния подбор те могат също така да включат младежа(ите) в процеса на избор на ТАК професионалиста и локацията.

Младежният работник и професионалистът по ТАК могат да създадат работен план на дейностите, включително конкретните цели, които искат да постигнат.

След това младежният работник и младежът(ите) могат да започнат дейностите си с помощта на конете под ръководството на специалиста по ТАК.



Важно е младежният работник да следи резултатите, свързани с младежа(ите) и да ги съобщава редовно на специалиста по ТАК. По този начин могат да се правят корекции в работния план.

Уверете се, че получавате редовна обратна връзка от младежа(ите) и го включвате в процеса на планиране. Това ще гарантира, че техните интереси са напълно задоволени и те ще се възползват най-много от ТАК.

И накрая, младежният работник може да разшири приложението на ТАК в работата си, като популяризира метода.

Младежки доброволчески програми и друго участие в терапия или дейности с помощта на коне

Младите хора могат да станат част от ТАК по много пряк и удовлетворяващ начин. Подпомагайки ТАК специалистите в тяхната работа, те могат да допринесат за процеса и да научат много за всички аспекти на ТАК и себе си.

ВКЛЮЧВАНЕ В ТЕРАПЕВТИЧНИ И ДРУГИ ДЕЙНОСТИ АСИСТИРАНИ ОТ КОНЕ



ДОБРОВОЛЧЕСКИ
ПРОГРАМИ

СТАЖАНТСКИ
ПРОГРАМИ

ПОЧАСОВА
РАБОТА

ОСНОВНА РАБОТА
КАТО АСИСТЕНТ

Доброволческите програми на национално и международно ниво са достъпни чрез ТАК организации или младежки програми. За всички налични младежки програми младите хора могат да се обърнат към местна, регионална или национална младежка организация, която може да им помогне при избора и кандидатстването за правилната програма. Такъв пример са Европейският корпус за солидарност и Еразъм+. Доброволческите програми са чудесен шанс за един млад човек да изживее ТАК и да опознае други общности и култури.

Младежките работници от България, които бяха интервюирани по време на проекта YEAT, имаха малко познания за приложенията на ТАК, но видяха най-голям потенциал в доброволческите програми, като се има предвид нуждите на младите хора.



Сдружение ЗА ТЕБ помогна на RQHFV да получи помощта на международни доброволци на терен. В резултат на това вече 3 години RQHFV провежда доброволческа програма за млади хора от цяла Европа, които желаят да посветят времето си в помощ на деца с увреждания чрез терапевтична езда. Младите доброволци придобиха опит в структурирането и провеждането на уроци по лечебна езда. Те станаха уверени в общуването с деца със специални нужди, като същевременно преодоляха езиковата и

културната бариера помежду си. Заедно с екипа на PQHFV общо 21 доброволци от Франция, Германия, Португалия и Люксембург направиха възможно децата с увреждания да се възползват от безплатна терапия с коне.

Чудесен пример за използвана доброволческа възможност е Isabelle Delannoy от Bonheur dans le Prés , Белгия, която започва като доброволец и постепенно става хипотерапевт . По професия тя е начална учителка, но решава да смени попрището си, за да бъде още по-полезна с дейността си..



В Италия една от организациите сподели опита си от доброволчеството:

" Имаме доста стабилна подкрепа от доброволци. Имаме споразумение с университета в Модена. Така, че имаме няколко студенти, които идват да проведат стажа си при нас и успяваме да имаме добро текучество на студенти, които са наши „доброволци“ за терапия с помощта на кон. В същото време идват и други млади хора, които са членове на спортното дружество, за да ни помогнат в грижата за конете и съоръженията (те не се занимават с терапевтични дейности).

Какви са ползите за младия човек, който помага в ТАК?

Доброволците ще придобият ключови умения за обучение през целия живот, както е описано в препоръките на Европейския съюз от 2018 г. Меките умения, разработени от доброволци, особено в международните доброволчески програми, са всички умения на 21 век с акцент върху :

- | |
|--|
| ● Социална отговорност; |
| ● Сътрудничество; |
| ● Граждански умения; |
| ● Лични, социални умения и умения за учене; |
| ● Подобряване на комуникативните им умения; |
| ● Подобряване на тяхното културно съзнание и изразни средства; |
| ● Развиване на социални и граждански компетентности; |
| ● Изграждане на инициативност и предприемчивост; |
| ● Придобиване знания по чужд език и култура. |

Част 3 – Настоящи и бъдещи професионалисти в терапията с помощта на коне

Как да започна кариерен път?

Младите хора, които се интересуват да станат професионалисти в ТАК, могат да предприемат различни стъпки и трябва съобразят много фактори. Ще прегледаме няколко от тях, за да помогнем при вземането на информирано решение.

Първо, професионалното и личното минало на човека полага основата за бъдещия му път. Включването ви в каквито и да било дейности с коне може да се счита за изискване преди започване на професионална кариера в ТАК. Това може да включва и двата вида взаимодействие с коня, описани в част 1.



Такава пътека може да бъде началото на млад професионалист в лечебната езда. Същият трябва да има необходимите умения и познания по езда, придобити от друг квалифициран инструктор, преди включване на елементи от терапията. Това може да се случи чрез формално обучение, частни уроци или друга форма на учебен процес.

Чудесен пример споделят от италианската организация Zampa Amica : "

Ние сме регистрирани като институция за стажове и професионално обучение в тази област. Ние предлагаме подбор на кандидати по отношение на работни умения, бъдещи перспективи за работа и подход към работата. За съжаление, имахме опит с хора, които са били обучени, но след това не са продължили по този път. И това не се вписва твърде много в нашия подход, тъй като обикновено изграждаме истинска връзка с нашите потребители."



В Белгия Изабел Хубейн искаше промяна в кариерата си на невропсихолог и искаше да се върне към юношеската си страст да работи с коне. Тя също искаше да напусне клиничната терапия и теорията и да направи нещо, което да върне човека в собственото му тяло, в настоящия момент и да действа. Сега тя е обучен хипотерапевт и еквикоуч , подпомага диалога между юноши(на възраст над 10-12 години) и възрастни с помощта на конете.

Двама млади професионалисти в ТАК участваха в проекта YEAT и споделиха своя опит. Те помагат на професионалист по ТАК в организация

близо до Брюксел, Белгия, като част от задължителния им стаж по време на официалното им обучение по физиотерапия в университета. Чрез работата си с професионалистите по ТАК те придобиват ценен опит относно терапията с помощта на коне. Подготвя ги за кариера в областта. По време на проекта YEAT те споделиха как виждат професионалното си развитие. Един от тях се колебаеше дали да продължи да практикува на терен. Другият стана по-уверен в практикуването на ТАК след участието си в проекта. Намирането на добре платена и



стабилна работа в ТАК е основна грижа не само за двамата белгийски професионалисти, но и за много хора в областта навсякъде в Европа.

Предизвикателства, върху които да помислите:

- *Къде да се квалифицирам?*
- *Има ли подходящи програми или възможности за работа?*
- *С какъв брой и видове професионалисти ще работя?*
- *Ще имам ли ментор, който да ме ръководи? Мога ли да намеря такъв?*
- *Какви професионални пътища са налични?*



Професионалисти в ТАК, които търсят разширяване и подобряване на работата си

Всеки ТАК професионалист търси подобряване на своите умения и знания. Естественото призвание е да предоставяме по-добри услуги и да предаваме знанията си. Професионално, това може да бъде в рамките на университети, национални и международни професионални организации, индивидуални специални курсове и програми. От друга страна има и други начини за подобряване. Един от най-добрите е чрез работа с млади хора директно или чрез младежки работници. Младите хора са източник на енергия и нови перспективи, които могат да бъдат комбинирани и приложени в ТАК. Професионалистите могат да разчитат на младежки организации, мрежи, европейски и международни програми, за да ги свържат с младите хора.



Не забравяйте да подхранвате връзката с младите хора, с които избирате да работите.



Всеки професионалист избира своя екип, но ние бихме искали да насочим вниманието към потенциала за съвместна работа с млади хора с или без опит в ТАК. Въпреки, че може да им

липсва професионална подготовка, техният потенциал и страст в повечето случаи са силни и носят много ползи в ТАК. При дадена възможност те могат да допринесат с нови идеи и да дадат ценна обратна връзка, подходяща за тяхното поколение. Младите хора могат да бъдат много полезни за разбирането на младите бенефициенти, които са техни връстници и може да имат сходни интереси и гледни точки.

Участието на млади хора в ТАК може да бъде официално или неофициално. Официалните начини включват доброволчески програми, стажантски програми, университетски програми, възможности за работа на ниско ниво. Неформално младите хора могат да бъдат включени като част от дни на отворените врати, индивидуално доброволчество или като част от менторски програми.

Истории и организации с най-добри практики в Белгия, Италия и България

Практиките на ТАК се различават във всяка държава, регион, дори град. В този раздел можете да намерите някои от историите на организациите, с които се сблъскахме по време на изследването на проекта YEAT.

Белгия

Според събраните данни, ТАК не се регулира от никакво законодателство в Белгия. За разлика от Франция, няма изисквания за официално обучение или степен за практикуване на ТАК.

Изабел Хубейн сподели кратка история на ТАК в района на Брюксел: " Исторически погледнато в Белгия, двамата основатели на конната ферма на Louvain La Neuve са започнали да предоставят обучения за хипотерапия преди 20-30 години. Нямахме налична предварително съществуваща програма за обучение. Една от основателките създаде собствена асоциация, наречена Anthe Anthesis , която е Белгийската асоциация по хипотерапия . Въз основа на техния 20-годишен опит, те предложиха 2-годишна програма за обучение (на не пълен работен ден). Междувременно организацията, наречена Anthe Anthesis , затвори и беше заменена с организация, наречена Equité , която е в



функционираща и се управлява от двама психолози. Една от тях се казва Джералдин и е мой ръководител. В момента в Белгия има две обучения: Хипотерапия и коучинг с коне. Това не са официални обучения, не са официално признати, но се признават от хората, които работят на терен (от треньори или терапевти). На практика всеки може да се обяви за хипотерапевт. Понякога те са треньори или дори просто учители по конна езда, които от време на време посрещат група деца с увреждания в наета арена. Днес има много центрове в Белгия, но има много хора, които работят индивидуално. Например, годината, в която се обучавах, имаше 20 студенти през първата година, 12 до 14 през втората година. Има само 4, които наистина практикуват днес в областта. Но всички те са във френскоговорящия регион в южната част на Брюксел. Аз съм единственият френскоговорящ човек, който практикува в Западен Брюксел. Кое то е предимно нидерландско-говоряща област.“

Астрид от Рен де ла Ви споделя как работи организацията. Rennes de la Vie е основана преди 40 години. Те работят с групи и индивидуални сесии по часове, целодневни лагери или дори седмични ваканционни лагери. Те адаптират своята рамка, за да отговарят на групата или нуждите на индивида, поради което работата е много успешна. Институциите обединяват групи от 2-ма или 3-ма. Извършва се и много работа по физическо превъзпитание. Всеки до 18 години е добре дошъл за терапия или езда. Астрид изследва индивидуално кандидата, за да прецени дали терапията е подходяща за него или нея.

Италия

Италия налага по-строги изисквания към центрoвете, занимаващи се с ЕАТ. Равайоли Анджела от Il Paddock сподели: "Имайки коне, ние имаме "код за конюшна". Така че ние сме посочени като ферма, въпреки, че не сме субект от земеделски произход. От 2015 г. нашата дейност е призната от Министерството на здравеопазването за практикуване на асистирана терапия с коне, като отговаряме на необходимите критерии за екип и квалификация. Нашият председател на Асоциацията на доброволците е лекар с опит в конната терапия. Аз съм педагог, така че съм референт за образователни проекти и интервенции. Нашият ветеринарен лекар е признат от Министерството на здравеопазването. Също така имаме и редица гледачи на коне признати от министерството. Разполагаме с пълен екип и можем да работим във всички направления на дейността с коне.

Министерството е това, което посочва работниците, които трябва да работят, за да бъде признат екипът:

- лекар;
- ветеринарен лекар;
- гледач на животното;



- интервенционният референт, който трябва да е от областта на здравеопазването за всичко, свързано с терапиите или от психолого-образователната област за асистирано обучение с животни.“

Тяхната практика е добре структурирана. " Ние работим в определени часове на деня, с персонализирани програми, вмъкнати в персонализирани житейски проекти, базирани на патологиите на потребителя. Ние работим с индивидуални и понякога малки групови интервенции. Ако се изисква работа в група бенефициентите трябва да могат да се справят самостоятелно в седло до ниво спортна фаза. Затова започваме от индивида към групата, с програми, които във всеки случай се основават на постигането / възстановяването/ на автономността.

Програмата е с продължителност една година. Започва през септември и продължава до юни. В този период извършваме прегледи с родителите, с някои от здравните представители на децата. Имаме и собствени табла за оценка, които сме изградили през годините.“

Зампа Amica , Италия, е организация, която развъжда и извършва интервенции с кучета и коне. За обучението на конете си за ТАК те споделиха: " Когато конят се роди в нашата ферма, той се обучава от самото начало. На първо място, ние се опитваме да го накараме да разбере, че човекът е нещо красиво, че е приятно да бъдеш близо до него, да си играеш с него, да се грижи за теб . Например актът на прегръщане на новороденото жребче вече е първа стъпка към работата, която то ще може да върши, когато порасне. В случай, че "вносяме" кон, му оставяме известно време да свикне с околната среда (около месец). Зависи много от характера и предразположението, което конят има. След това бавно започваме да обучаваме коня всеки ден да бъде близо до хората. Обучаваме животните да свикват с всички онези неща, които ще трябва да преживеят, когато порастнат - да бъдат нахранени, да бъдат изчеткани, да дадат копитата за почистване, да бъдат сресани и т.н. След това започваме да го учим за връзката с външния свят . Излизаме и се разхождаме по улиците, за да го свикнем с колите, кучешкия лай, инвалидната количка, която минава. Трябва да се има предвид, че в природата конят все още е плячка. Следователно конят е склонен да се страхува и може да бъде непредсказуем. Колкото повече положителни преживявания с външния свят има конят, толкова по-голямо е спокойствието му, когато дойде време за работа.“

България

В България ТАК не се регулира от никакво законодателство, подобно на ситуацията в Белгия. Центровете и индивидуалните терапевти получават своите знания и умения от организации извън страната или помежду си.

Пейнт и Куотър Хорс Фондация България се фокусира само върху деца и младежи със специални нужди. Тя е първата и единствена организация в България, сертифицирана от Националната агенция за закрила на детето за предоставяне на терапия с помощта

на животни и лечебна езда за деца и младежи с увреждания. Те изпълняват програмата, която е безплатна за бенефициентите, за да се даде възможност за участие на хора с по-малки възможности. Те споделиха историята на успеха на момче с аутизъм и хиперактивност. Тогава момчето беше на 7 години и никога не беше рисувало съзнателно. След само един месец терапевтична езда, той се прибра вкъщи и нарисува картина на коня, който яздеше и кучета тичащи около тях.

Експерт от Сдружение на младите психолози България сподели: " За различни психологически случаи контактът с животни като цяло има терапевтичен ефект. Не само грижата за животните, но и тактилният контакт играе важна роля, например в сетивно-моторното възприятие, развива емоционалната интелигентност и много други. При контакт с коне, особено при езда се наблюдават не само терапевтични ефекти, а също така и физически, а така също и психически върху хората с увреждания, но и при различни личностни състояния като истерия, които по принцип трудно се повлияват. При последното, ездата като взаимодействие между личността и характера на коня помага за балансиране и изграждане на подход към взаимодействието и помага за изграждането на междуличностни умения. Стремещт към контрол на всяка цена възпрепятства личността в социалното взаимодействие и социализацията като цяло, така важен фактор за психичното здраве. Терапията с коне помага за изграждането на отношения на доверие и тренира различни подходи за взаимодействие."



Заклучение

Младите хора са бъдещето на нашето общество. Въвличането им в различни дейности, стремещт да им предложим професионално израстване и да помогнем на нуждаещите се да получат необходимата терапия трябва да бъде нашата цел по всяко време. ТАК предлага всичко това по естествен начин и приближава младите хора до природата. Проектът YEAT беше само един от международните инструменти за постигане на тази цел. Партньорите по проекта и всички, които се включиха,

продължават да разпространяват информацията за ТАК и важната роля на младите хора в неговото развитие.