



ÉRTÉKMENTÉS ÉS INNOVÁCIÓ KISBÉREN- LOVASTERÁPIA, MINT ÚJ LEHETŐSÉG A PSZICHIÁTRIAI REHABILITÁCIÓBAN

BENCsik BEÁTA pszichológus, lovasterapeuta jelölt, – **AGÓCS NOÉMI** pszichológus, lovasterapeuta jelölt; – **JUHÁSZ MÓNKA JUDIT** klinikai szakpszichológus; – **MÉSZÁROS PETRA** gyógytornász, – **KASSAI-FARKAS ÁKOS** Dr. c. egyetemi docens, osztályvezető főorvos (Batthyány Kázmér Szakkórház Pszichiátriai Rehabilitációs Osztály, Kisbér)

E-mail: bencsikbeus@gmail.com

DOI: <http://doi.org/10.23716/MTT.5.2022.18>

Absztrakt

Kisbéren, a Batthyány Kázmér Szakkórházban a Pszichiátriai Rehabilitációs Osztályon azon dolgozunk, hogy a lovasterápiát mint csoportos terápiát bevezessük osztályunkon. Természetesen a folyamat összetettsége időről-időre újabb kihívásokkal szembesíti szakmai közösségünket. Ami azonban adott: egy nagyszerű lovardai létesítmény és az elhivatottság. Egyik pszichológus kollégánk már befejezte a főtí lovasterapeuta képzést, másikké képzése jelenleg is tart. A módszer azonban az osztály többi dolgozója számára sem ismeretlen: idén már második alkalommal választottunk csapatösszetartásnak lovas stábépítő tréninget.

Osztályunk rövid bemutatása után a lovasterápia alapjait és működését ismertetjük, illetve egy példával és néhány kutatási eredménnyel alá is támasztjuk ennek létjogosultságát egy pszichiátriai rehabilitációs osztályon. Végezetül szólunk pár szót a kisbéri lehetőségekről, a megvalósuláshoz vezető (múlt, jelen és jövőbeli) lépésekről, elképzelésekről; azaz megmutatjuk, hol tartunk most.

Kulcsszavak: Kisbér, lovasterápia, csoportterápia, pszichiátriai rehabilitáció, innováció



1. kép: A szerzők

Az értékmentés és innováció témaköréhez saját kapcsolódási pontunk az egészségügyi rehabilitációs tevékenység és annak egy új lehetősége, a lovasterápia. Munkahelyünkön, a kishéri Batthyány Kázmér Szakkórházban ennek az innovatív terápiás és rehabilitációs lehetőségnek a bevezetésén dolgozunk jelenleg is.

Kishér a Batthyány családnak köszönhetően a 18. századtól kezdődően, egészen a II. világháborúig a lótenyésztés fellegrája volt, mely a kishéri-félvér fajtát adta a világnak. A kishéri ménesben született és a városról kapta nevét, Kishér, az egyetlen magyar ló, aki 1876-ban meg tudta nyerni a hamburgi Epsomi Derbyt. 1874-ben szintén a kishéri ménesben született a verhetetlen csodakanca, Kincsem és később Imperiál, a XX. század legjobb tenyésztésű versenylova.

Kishér központjában található Közép-Európa legnagyobb fesztávolságú fedeles lovardája, melynek hasznosítására az önkormányzat mindig is törekedett. A lovaglás mellett a lovarda hasznosítható rehabilitációs tevékenységre, mert zárt, nyugodt környezetet biztosít, így segít a lónak, a páciensnek és a terapeutáknak, hogy egymásra tudjanak figyelni, így csökkentve a balesetveszélyt is. Időjárástól függetlenül használható és fűthető, elhelyezkedés szempontjából is ideális, mivel kerekesszékekkel is könnyen megközelíthető, a kórháztól kb. 10 perces sétára található. A kishéri Batthyány Kázmér Szakkórház rehabilitációs tevékenység szempontjából a Közép-Dunántúli Régió fontos egészségügyi intézménye. A rehabilitációs osztályok közül a pszichiátriai és a mozgásszervi rehabilitációs osztályokon hasznosítható leginkább a lovasterápia módszertana.

És hogy miért is éppen a ló? Elsősorban etológiai jellemzői miatt. Szocializációjukat tekintve ők is társas lények, ménesben élnek (család), értik a hierarchiát, azaz a dominancia és az alávettség jelzéseit. Fontos számukra a kooperáció, kötődnek egymáshoz, és társfelismerő képességgel rendelkeznek, azaz felismerik egymást, így minket, embereket is. Továbbá természetüknél fogva szelídíthetőek, tanulékonyak, kíváncsiak, és intelligensek. Szeretik a nyugalmat, keresik a biztonságot nyújtó másikat. Kevésbé területvédők és agresszívek. A lovak érzékenyek lények, nonverbális kommunikációt használnak, képesek tükrözni az emberi érzelmeket, azaz „*visszatükrözni, amit a jelenlétiük mond nekik*”. E mellett szinkronizációs képességgel rendelkeznek, ránk tud hangolódni (Okos Hans esete; esernyő kísérlet.) [KEELING, 2009] Mindezeket hozzájárulnak ahhoz, hogy képesek megtörni a védekezési mechanizmusokat, így könnyebb, gyorsabb a kapcsolatépítést tesznek lehetővé.

Mindezen tulajdonságaik mellett a hippoterápiában a mozgásuk is kifejezetten fontos, hiszen ez járás specifikus — de erről később bővebben szó lesz még.

Ez az együttműködési forma tulajdonképpen újdonság lónak és embernek is, hiszen a lovakat korábban különböző feladatokra fogták be; a mezőgazdaságban, távolságok áthidalására, vagy épp háborúban. Minket, embereket pedig visszavezet a természethez a rohanó világunkból.

Hallberg definíciója szerint a lovasterápia “...bármely típusú terápia vagy kezelés, amely lóval való interakciót vagy tevékenységet foglal magába..., és amelyet erre kiképzett szakember vezet.” [HALLBERG, 2018]. Fontos, hogy nagyban különbözik attól, amikor egy állattal együtt vagyunk, és ez jó érzésekkel tölt el. Egyrészt szakember vezetésével zajlik, másrészt pedig konkrét célok mentén felépített folyamatról van szó, mely a páciens-ló-terapeuta terápiai háromszögében zajlik. Ez lehet önálló, vagy kiegészítő kezelés is a lovasterápia ágától függően. A végzettséget itthon a magyar lovasterápia szövetségnél lehet megszerezni, két éves képzés keretében.

A lovasterápiában három ágat különböztetünk meg: a hippoterápiát (a), melyet gyógytornászok végeznek, és a ló mozgását használják a terápia folyamán. A pszichológiai lovasterápiát (b), melyben sokat dolgozunk földről is a lovakkal és a páciensekkel, fókuszában a kapcsolat, kapcsolódás áll. Illetve a gyógypedagógiai lovasterápiát (c), ahol főként gyerekekkel foglalkoznak, akik a ló hátán ülnek.

A továbbiakban az első kettő külön-külön kerül bemutatásra, hiszen ezek fontosak munkánk és kórházunk szempontjából. Elsőként a hippoterápiával, utána a pszichológiai lovasterápiával foglalkozunk.

(a) A hippoterápia neurofiziológiai alapokon nyugvó mozgásterápiát jelent lóval, illetve lovon. [BÜKI, 2006] A kezelés a ló lépés jármódjában történik, miközben a páciens a ló hátán ül, a terapeuta pedig vezeti a lovat. A hippoterápia hatásmechanizmusa abban rejlik, hogy a sétáló ember és a lépésben haladó ló ugyanazokat a mozgásmintákat használja. Tehát járás közben az ember medencéje ugyanúgy mozog, mint ahogyan azt lovon ülve a ló passzívan mozgatja. [BÜKI, 2006]

A terápia indikációi közé ortopédiai és neurológiai kórképek tartoznak, ahol a következő célokat fogalmazhatjuk meg: izomtónus szabályozása, egyensúlyjavítás, szimmetria kialakítása, felegyenesedés forszírozása, test és térérzékelés fejlesztése.

A 77 ágyas mozgásszervi- és neurológiai osztályon többek között post-stroke betegek, traumás koponyasérültek, traumás gerincsérültek,

amputáltak rehabilitációja történik komplex szemléletben, így e betegek számára indikálható a hippoterápia, mint kiegészítő gyógytorna kezelés.

(b) A pszichológiai lovasterápia során — egyéb mentális, pszichés zavar kezelési módszerhez hasonlóan —, az arra kiképzett szakemberek biztosítanak terápiás lehetőséget, megfelelő környezetben, lovakkal való munka által. A pszichológiai lovasterápia egy alapvetően nonverbális, cselekvő módszer, mely a páciens — ló — terapeuta háromszögben zajlik. [KARDOS, 2017] A pszichológiai lovasterápia a problémák, állapotok széles körében alkalmazható, többek között szorongásos zavarokban, hangulatzavarokban, személyiségzavarokban, addikciókban, gyermekek esetében például autizmus spektrum zavar vagy ADHD esetében. [HALLBERG, 2018] Egyes kórképeken túl azonban konkrétabb alkalmazási célokat is meg tudunk határozni, ilyen lehet a szociális készségek fejlesztése, az énhatárokkal való munka, a tudatos jelenlét gyakorlása, asszertivitás és együttműködés fejlesztése, általános mobilizálás és energizálás, félelem leküzdése, korrekatív kapcsolati élmény átélése. Pszichológiai lovasterápiában általában ún. földi munka zajlik, azaz a földről dolgozunk a lóval, de egyes esetekben a hátára is felülünk, lovagolunk. [HARTJE, 2012, KARDOS, 2017] A terápia formáját tekintve lehet egyéni, pár, család vagy csoportos, de a terápiás lehetőségen túl alkalmazható önismereti, készségfejlesztő, illetve szervezetfejlesztő céllal is.



2. kép: Munka közben

(c) A gyógypedagógiai lovasterápia intézményünkben nem jelenik meg, hiszen felnőtt páciensek ellátása a feladatunk.

A lovasterápia egyébként nem teljesen új keletű a világban. Több szervezet és központ működik, ahol ezzel foglalkoznak. Néhány példa: EAGALA (The Equine Assisted Growth and Learning Association), ők globálisan kb. 40 országban vannak jelen Dél-Amerikától Európán át Afrikáig. The Equine Psychotherapy Institute — Ausztrália; The Gestalt Equine Institute of the Rockies — USA; Kapcsolat Lovasterápia Központ — Pilisszántó; Magyar Lovasterápia szövetség — Fót; kbo-Isar-Amper-Klinikum München-Ost. Utóbbi azért emeljük ki, mert 2016 nyarán egyikünk hat hetet töltött ott gyakornokként Michaela Scheidhacker pszichiáter mellett, aki a lovasterápiát bevezette a Müncheneri klinika életébe. Ez a mi osztályunk szempontjából azért is fontos tapasztalat, mert egészen hasonló felállásban dolgozott ott a betegekkel, mint amire nekünk lehetőségünk lehet, és reméljük, hogy lesz Kisbéren.

De hogy mi történt eddig nálunk, és hol tartunk most? Az első párbeszéd a kórház és az önkormányzat között 2011-ben volt Dr. Fehér Miklósnak köszönhetően. 2016-ban megnyílt a Pszichiátriai Rehabilitációs osztály Dr. Kassai-Farkas Ákos vezetésével, aki azóta is mindent megtesz a cél elérésének érdekében és mindenben támogat bennünket. Mi négyen különböző időpontokban kapcsolódtunk be ebbe a folyamatba, de most együtt próbálunk lépésről lépésre előre haladni. A múltban sok tényező játszott közre, ami nehezítette az együttműködést, például voltak tulajdonosváltások a lovardában, volt olyan, hogy ló sem volt.

Jelenleg ott tartunk, hogy támogat bennünket az önkormányzat és a kórház vezetősége, illetve a lovarda vezetője is. Vannak lovak, akikkel dolgozhatnánk (bár elég idősek), de őket még le kell vizsgáztatni terápiás lónak. Jelenleg hárman képzésben vagyunk Fóton (a képzés közepén, illetve végén tartunk).

Ha minden jól alakul és a vírus is engedi, még akkor is ott van a jövő legnagyobb kérdése: a finanszírozás. Ami viszont előremutató, hogy folyamatban van a Magyar Pszichiátriai Társaságon belül egy Állat-asszisztált szekció megalapítása.

Számunkra az értékmentés tehát azt jelenti, hogy megbecsüljük Kisbér lovas múltját és hagyományait, a lovak értékét tudatosítjuk magunkban és másokban is és igyekszünk átmenteni ezt a jelenbe és a jövőbe, illetve értékmentésnek tekintjük az önkormányzat jelenlegi törekvését is, hogy a kisbéri lovarda sokat látott épületeit megmentse és felújítsa. Az innovációt pedig abban látjuk, hogy a lovasterápia és a lovakkal való munka által egy új fejezetet nyithatunk Kisbér és ló közös történetében, új és nemes feladatot adhatunk a lovaknak a

terápiás szerepük által az eddigi munkaeszköz, csatatéri bajtárs, sporttárs szerepeik után illetve a rehabilitációban is egy innovatív módszert alkalmazhatunk az állat-asszisztált terápia által.

Equine assisted therapy in Kisbér, as an innovation in psychiatric rehabilitation

In Kisbér, at the Department of Psychiatry Rehabilitation of Batthyány Kázmér Hospital we are working on the launch of equine assisted therapy as a form of group therapy. This complex process challenges us from time to time. But two of the most important things, a beautiful riding-hall (The Royal Riding School of Kisbér) and our enthusiasm, are given. One of our psychologists has already finished the equine assisted psychotherapist training in Fót, while another is still being educated there. But the method is not unknown to other staff members: this year, for the second time, we chose equine assisted training as teambuilding for the department.

In the presentation we introduce our department shortly, and we talk about the methodology of equine assisted therapy also with a foreign example. By mentioning some results of international literature we would like to show the value of this method on a psychiatry rehabilitation department. At the end, we talk about the circumstances at Kisbér, about the road ahead until the realization of our goal (in the past, in the present and in the future), about the steps we have taken so far and our vision; in other words we show where we are now.

Keywords: Kisbér, equine assisted therapy, group therapy, psychiatric rehabilitation, innovation

Hivatkozások

Dr. BÜKI Gy. és mtsai. (2006). *Lovasterápia-Hippoterápia*, MLTSZ, Unicornis Egészségforrás Alapítvány.

HALLBERG, L. (2018). *The clinical practice of equine-assisted therapy*, New York: Routledge.

HARTJE W. H. (2012). *Lovasterápia – gyógypedagógiai lovaglás, lovas pszichoterápia*. Budapest: Mezőgazda Kiadó.

KARDOS E., (2017). *Pszichológiai lovasterápia*. Előadás: Lovasterapeuta képzés, MLTSZ, Pilisszántó.

SCHEIDHACKER M., KUPSCH M. (2010). *Die Wirksamkeit von Psychotherapeutischem Reiten als stationäre Kurzzeitgruppenpsychotherapie*, Schizophrenie Springer Verlag.

Irodalom

BRENYÓ J., DR. HECKER W. és PATAKI B. (2020): *A Kisbéri Ménes története — A kisbéri-félvér sorsa*, Szentendre: Erdélyi Szalon Kiadó.

EARLES, J. L., VERNON, L. L., & YETZ, J. P. (2015): Equine-assisted therapy for anxiety and posttraumatic stress symptoms, *Journal of traumatic stress*, 28(2), 149–152.

KARDOS E., PUREBL Gy. (2018): *Szimbiózis másképpen — azaz milyen segítséget nyújthatnak nekünk az állatok, Állatasszisztált terápiák Magyarországon*.

KENDALL, E., MAUJEAN, A., PEPPING, C. A., DOWNES, M., LAKHANI, A., BYRNE, J., & MACFARLANE, K. (2015): A systematic review of the efficacy of equine-assisted interventions on psychological outcomes. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 17(1), 57–79.

NURENBERG, J. R., SCHLEIFER, S. J., SHAFFER, T. M., YELLIN, M., DESAI, P. J., AMIN, R., & MONTALVO, C. (2014): Animal-assisted therapy with chronic psychiatric inpatients: equine-assisted psychotherapy and aggressive behavior, *Psychiatric services*, 66(1), 80–86.

SZABÓ E. H. (2018). *Lovakkal. Együtt. — Négy lábú suttogók*, Budapest: KSZPP Lovarda Kft.

TÓTH B. (2016). *A ló az ló — Lólesben a természetben és a házuk táján*, Budapest: KSZPP Lovarda Kft.

WILSON, K., BUULTJENS, M., MONFRIES, M., & KARIMI, L. (2017): Equine-Assisted Psychotherapy for adolescents experiencing depression and/or anxiety: A therapist's perspective. *Clinical child psychology and psychiatry*, 22(1), 16–33.