

## Stępem przez życie

Stępem przez życie, tak powoli i do tego z trudem idą przez życie podopieczni Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym HIPOTERAPIA. Ośrodek Hipoterapii na Ursynowie powstał w roku 1988 i dzięki wsparciu Władz Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego działa nieprzerwanie do dziś. Nic dziwnego, że niektórzy jego jeźdźcy mają już po 20, 30 lat. Kto raz poznał smak przygody z koniem, radości pokonywania przeszkód na jego grzbiecie, niechętnie z tego rezygnuje. Hipoterapeuci pracujący w Fundacji są jednocześnie pedagogami, pedagogami specjalnymi, psychologami, rehabilitantami, instruktorami jazdy konnej i w trakcie zajęć hipoterapii z dziećmi z różnymi zaburzeniami rozwoju starają się poprawić ich funkcjonowanie, zarówno w sferze fizycznej, jak i emocjonalnej, poznawczej i społecznej. Sześć koni przygotowanych do pracy terapeutycznej wspiera ich w tym długotrwałym i wymagającym systematycznej pracy procesie. Jednak nikt i nic nie jest w stanie „wyleczyć” z autyzmu, zespołu Downa, czy niepełnosprawności intelektualnej. Osoby te wymagają wsparcia przez całe życie, a z czasem kiedy skończą już szkołę, warsztaty terapii zajęciowej nie mają już dla nich inspirującej oferty, nie mają szansy na pracę zawodową w ich życiu pojawia się pustka. Nic dziwnego, że podopieczni Fundacji HIPOTERAPIA nie chcą się rozstać z ośrodkiem hipoterapii na Ursynowie, dalej jeżdżą tu konno, pomagają w pracy w stajni, biorą udział w zawodach jeździeckich, biegach myśliwskich i innych atrakcjach organizowanych przez hipoterapeutów. Raz na trzy lata Fundacja Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym HIPOTERAPIA organizuje konferencje hipoterapeutyczne, aby podzielić się swoją wiedzą i doświadczeniami z osobami zainteresowanymi hipoterapią tą niezwykle skuteczną i atrakcyjną dla pacjentów formą terapii wspierającą wieloprofilową rehabilitację osób niepełnosprawnych.

Jedną z takich konferencji odbywała się w dniach 12-13 listopada 2016 roku w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. V Międzynarodowa Konferencja Hipoterapeutyczna „Stępem przez życie”, jak wszystkie poprzednie uzyskała Honorowy Patronat Jego Magnificencji Rektora SGGW. Organizatorami konferencji była Fundacja Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym HIPOTERAPIA i Polskie Towarzystwo Hipoterapeutyczne. Honorowym gościem tegorocznej konferencji była Sanna Mattila-Rautiainen przewodnicząca Międzynarodowej Federacji Konie w Edukacji i Terapii (Federation of Horses in Education and Therapy International - HETI).

Konferencję otworzył przedstawiciel Rektora, Przewodnicząca HETI oraz prezes Polskiego Towarzystwa Hipoterapeutycznego. Wręczyli oni honorowe odznaki PTHip najbardziej zasłużonym członkom tej organizacji. Następnie wykład inauguracyjny „HETI – organizacja łącząca świat hipoterapeutyczny” wygłosiła Sanna Mattila-Rautiainen omawiając rolę HETI w jednoczeniu ruchu

hipoterapeutycznego na całym świecie oraz podnoszeniu i unifikowaniu wiedzy osób zajmujących się tą formą terapii.

Pierwszą sesję poprowadził prof. Jerzy Kita z Wydziału Medycyny Weterynaryjnej SGGW, prezes Polskiego Towarzystwa Hippiatrycznego. Sesja poświęcona była zagadnieniom zootechnicznym i weterynaryjnym z jednym wyjątkiem. Otworzył ją wykład terapeutek Fundacji HIPOTERAPIA mgr Iwony Jeziorskiej i mgr Dominiki Ustjan „Wybrane zagadnienia z dialogu motywującego i ich wykorzystanie w hipoterapii”. Przybliżyły one pojęcie dialogu motywującego, który jest nie tylko specyficzną techniką rozmowy, ale przede wszystkim wyjątkowym podejściem do drugiego człowieka. Jest oddziaływaniem skoncentrowanym na osobie potrzebującej wsparcia z przyjęciem szerokiej perspektywy uwarunkowań w jakiej ona się znajduje. Skupia się na wykorzystaniu indywidualnych zasobów pacjenta, mocnych stronach, wpływa na budowanie gotowości do zmiany. Warto go stosować nie tylko w terapii ale i w życiu codziennym.

Kolejne wystąpienia poświęcone były zagadnieniom zootechnicznym bogato ilustrowanym przez wystąpienia dr Jacka Łojka z Wydziału Nauk o Zwierzętach SGGW i jego współpracowników. Były to kolejno „Wpływ masażu klasycznego na parametry pracy serca koni pracujących w hipoterapii. Studium przypadku” opracowane z inż. Joanna Soborską, „Analiza populacji koni wykorzystywanych w hipoterapii w obrębie regionu warszawskiego” opracowane z inż. Magdaleną Guz i dr Anną Łojek oraz „Warunki użytkowania koni w ośrodkach hipoterapeutycznych w okolicy Warszawy” opracowane z inż. Karoliną Barbasiewicz i dr Anną Łojek.

Z powyższych referatów wynikało, że przeciętny koń do hipoterapii ma ok. 14 lat, prosty i mocny grzbiet, że dominują wśród nich konie rasy huculskiej i że różne konie mogą zupełnie odmiennie reagować na masaż i należy się liczyć z tym, że nie w każdym przypadku przyniesie on spodziewany efekt. Zgadza się z tym całkowicie i cieszymy się, że nasze obserwacje jako praktyków znalazły potwierdzenie w badaniach naukowych!

A pozostając przy hucułach to ich miłośniczką była, jest i prawdopodobnie zawsze będzie, kolejna prelegentka dr Katarzyna Kwiecińska-Olszewska, która swój doktorat pisany u Prof. Szczepana Chrzanowskiego poświęciła analizie rodowodowej koni huculskich. Wystąpienie konferencyjne dr Katarzyny Kwiecińskiej-Olszewskiej „Hucuły konie połonin... i hipoterapii” również poświęcone było hucułom, a pod jej tezę, że są to jedne z najlepszych koni do hipoterapii my hipoterapeuci praktycy podpisujemy się obiema rękami. Dr Katarzyna Kwiecińska-Olszewska jest też autorką świeżo wydanej książki „Konie huculskie. Historia rasy” którą polecamy wszystkim miłośnikom hucułów, a jest ich w Polsce niemało!

Ale nie samą miłością hucuł żyje, dlatego w kolejnym referacie studentki Wydziału Nauk o Zwierzętach SGGW Katarzyna Karpiłowska-Sadowska i Izabela Pawłowska omówiły zasady żywienia koni użytkowanych w hipoterapii.

Sesje poświęcone koniom zakończył niezwykle ważny wykład lekarza weterynarii Kamila Górskiego z Wydziału Medycyny Weterynaryjnej SGGW dotyczący profilaktyki weterynaryjnej dla koni użytkowanych w hipoterapii. Dr Kamil Górski omówił podstawowe zabiegi profilaktyczne i przypomniał nam użytkownikom koni, że stosowanie się do zaleceń lekarza weterynarii w sprawie wykonywania regularnych, podstawowych zabiegów typu szczepienia, odrobaczanie, korekcja uzębienia, korekcja kopyt, znacznie podnosi status zdrowotny zwierzęcia. Profilaktyka okazuje się łatwiejszym i tańszym rozwiązaniem, niż usuwaniem skutków chorób. Swoje wystąpienie dr Kamil Górski posumował powszechnie znanym i przypisywanym Hipokratesowi stwierdzeniem, że „lepiej zapobiegać niż leczyć” i warto o tym pamiętać na co dzień.

W drugiej połowie pierwszego dnia konferencji „Stępem przez życie” wykładowcy skoncentrowali się na bezpośrednim oddziaływaniu konia i jego ruchu na jeźdźca niepełnosprawnego i podstawowych zasadach prowadzenia badań klinicznych, również tych dotyczących wpływu hipoterapii na funkcjonowanie osób niepełnosprawnych. O dobrych praktykach klinicznych w hipoterapii mówił nasz gość z Finlandii Sanna Mattila-Rautiainen. *Dobra praktyka kliniczna (Good clinical practice -GCP)* to zbiór norm etycznych i naukowych stosowanych w przygotowaniu, przeprowadzaniu, dokumentowaniu i opisywaniu wyników badań z udziałem ludzi. Badania kliniczne powinny być przeprowadzane zgodnie z Deklaracją Helsińską opracowaną przez Światowe Towarzystwo Medyczne. Autorka wystąpienia poleca stosowanie tych zasad w codziennej praktyce, dzięki czemu zebrane informacje będą mogły być wykorzystywane w badaniach naukowych. W tym celu należy skoncentrować uwagę na codziennych procedurach jakie stosujemy w hipoterapii. Jest to niezwykle ważne zagadnienie, ponieważ ciągle brakuje rzetelnych badań naukowych dotyczących efektów hipoterapii i chociaż nas praktyków i naszych pacjentów nie trzeba przekonywać, że hipoterapia ma niezwykle i wieloprofilowe oddziaływanie na wszystkie sfery funkcjonowanie pacjenta zarówno fizyczną jak i emocjonalno-motywacyjną, poznawczą i społeczną, to jednak bez dowodów naukowych świat medyczny ciągle traktować nas będzie z dystansem i niedowierzaniem.

Tymczasem dwa kolejne wystąpienia mgr Anny Sikorskiej rehabilitantki/hipnoterapeutki/terapeutki integracji sensorycznej, członka zespołu terapeutycznego Fundacji HIPOTERAPIA wykazują, że ruch konia ma olbrzymi wpływ na ciało pacjenta i umiejętne wykorzystanie tego może znacznie poprawić funkcjonowanie naszych podopiecznych. Pierwsze wystąpienia A. Sikorskiej dotyczyło zastosowania teorii taśm anatomicznych wg Meyers'a w hipoterapii. Teoria taśm anatomicznych opiera się na założeniu, że człowiek nie jest zbudowany z pojedynczych części, ale stanowi ciągłość, bez której nie mógłby egzystować. Praktyczne zastosowanie teorii podczas zajęć hipoterapii dostarcza wiele nowych sposobów oddziaływań, a przede wszystkim pozwala

jeszcze lepiej zrozumieć wpływ działań terapeuty i konia na ciało pacjenta. Drugie wystąpienie Anna Sikorska poświęciła wpływowi unikalnej ruchomości miednicy uzyskiwanej dzięki hipoterapii na funkcje całego organizmu. Miednica pomimo niewielkiej ruchomości ma zasadniczy wpływ na dostosowywanie, regulację i przekazywanie ruchów do górnej i dolnej części ciała. Ustawienie miednicy ma ogromny wpływ na funkcjonowanie struktur znajdujących się powyżej i poniżej. Najmniejsze zaburzenia w jej ruchomości i ustawieniu będą skutkować problemami nawet w bardzo odległych częściach układu ruchu, lub w sferach, które wydają się z nią nie związane. Dlatego tak istotne jest aby hipoterapeuci znali te zależności i świadomie wykorzystywali je w swojej pracy. Tym wystąpieniem zakończył się niezwykle pracowity pierwszy dzień V Międzynarodowej Konferencji Hipoterapeutycznej „Stępem przez życie”.

Dzień drugi poświęcony był w większości aspektom psychopedagogicznym hipoterapii. A jako pierwsza tego dnia wystąpiła mgr Magdalena Pikul doktorantka Wydziału Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego i hipoterapeutka z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Zbylitowskiej Górze, uczestniczka międzynarodowego Projektu HO.R.S.E realizowanego w ramach programu Erasmus+. Liderem projektu są dwie organizacje greckie, a w projekcie tym biorą udział hipoterapeuci z Czech, Słowenii i Włoch. Polskim partnerem jest Polskie Towarzystwo Hipoterapeutyczne. Projekt poświęcony jest wprowadzeniu hipoterapii do edukacji dzieci z autyzmem, a polscy hipoterapeuci i specjaliści w dziedzinie terapii i edukacji dzieci z autyzmem dzielą się w nim swoim bogatym doświadczeniem w tym zakresie.

Kolejnym wystąpieniem był referat absolwentki Wydziału Nauk o Zwierzętach SGGW, która od ponad 20 lat mieszka w Holandii i pracuje tam jako hipoterapeutka. Agnes de Groot-Biegaj przedstawiła referat zatytułowany „Zastosowanie metody CREF (Circle Reprint Emotional Foundation) w terapii osób po traumatycznych przejściach”. Model CREF został opracowany przez Baukje van Leeuwen holenderską hipoterapeutkę i psychoterapeutkę, która dokonała transformacji hierarchicznej piramidy potrzeb Masłowa i przedstawiła ją w formie okręgu zawierającego siedem potrzeb życiowych. Autorka twierdzi, że dzięki temu nowemu podejściu możliwe jest dotarcie do znacznie głębszych pokładów świadomości w społecznym i emocjonalnym rozwoju każdego z nas. Metoda ta została stworzona początkowo na potrzeby osób, którym konwencjonalna terapia nie była w stanie pomóc, a koń odgrywa w niej nieocenioną rolę.

Kolejne referaty zaprezentowały terapeutki Fundacji HIPOTERAPIA. Mgr Barbara Gąsiorowska i mgr Joanna Salbert omówiły zasady budowania relacji z pacjentami w terapii z udziałem konia. Prelegentki mówiły o tym jak dostrzegać możliwości budowania tej relacji, jak ją podtrzymywać? Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych a także jak zapobiegać ich powstawaniu? Przedstawiły model relacji terapeutycznej oparty na podmiotowości osoby, z

którą pracujemy i uważności terapeuty na jej potrzeby oraz zaprezentowały wskazówki dla terapeutów chcących wykorzystać proponowane idee.

Niezwykle malownicze, bogato ilustrowane filmami było kolejne wystąpienie mgr Katarzyna Bronc i Ewy Kwiecień „Rola muzyki i tańca w usprawnianiu psychofizycznym i społecznym jeźdźców niepełnosprawnych intelektualnie”. Katarzyna Bronc, będąca jednocześnie instruktorem tańca stwierdziła, że taniec i jazda konna mają ze sobą wiele wspólnego, a taniec może stanowić doskonałe uzupełnienie i urozmaicenie treningu jeździeckiego. Ma on pozytywny wpływ na sferę fizycznego rozwoju (poprawia koordynację ruchową, wytrzymałość i zwinność, wzmacnia mięśnie), a także sferę psychiczną (powoduje wydzielanie endorfin, poprawiających nastroj i samopoczucie, jest sposobem na wyrażenie emocji). W zajęciach tanecznych, z grupą jeźdźców niepełnosprawnych dochodzi jeszcze bardzo ważny aspekt społeczny, wynikający z tego rodzaju aktywności - ułatwienie integracji grupy i wspólne spędzanie czasu w miły i atrakcyjny sposób. Dołączany do prezentacji film w pełni potwierdził te tezy!

Z kolei mgr Barbara Gąsiorowska pedagog/hipoterapeuta/terapeuta SI przygotowała dla hipoterapeutów uczestniczących w konferencji niezwykle ważne narzędzie pracy - kwestionariusz sensomotoryczny dla dzieci korzystających z hipoterapii. Hipoterapia to oddziaływanie niebywale bogate w doznania sensoryczne i jako takie, może być dla dzieci z nieprawidłowym wzorcem przetwarzania sensorycznego ogromnym wyzwaniem. Może generować zachowania, których się nie spodziewamy, których nie rozumiemy. Kwestionariusz sensomotoryczny dla dzieci korzystających z hipoterapii ma za zadanie rozpoznanie problemów sensorycznych dzieci, ich skategoryzowanie a w konsekwencji lepsze planowanie procesu terapeutycznego w kierunku zaspokojenia potrzeb sensorycznych naszych pacjentów na koniu.

Kolejne dwa wystąpienia dotyczyły oddziaływania konia i jazdy konnej na dorosłe osoby niepełnoprawne. Mgr Anna Strumińska omówiła rolę terapeutycznej jazdy konnej w kształceniu ustawicznym i wychowaniu młodzieży niepełnoprawnej intelektualnie, a mgr Renata Werpachowska znaczenie zajęć z udziałem konia w terapii dorosłych osób z autyzmem.

Anna Strumińska przedstawiła uczestnikom konferencji pracę Sobotniego Klubu Jeździeckiego dla młodzieży niepełnoprawnej intelektualnie. W ośrodku hipoterapii na Ursynowie działają dwa takie kluby sobotni i piątkowy i jeździ w nich w sumie 16 jeźdźców. Autorka opisuje jak w sprzyjających warunkach w atmosferze bezwarunkowej akceptacji, empatii i autentyczności przeżywanych sytuacji jeźdźcy rozwijają swoje talenty i umiejętności. Jak odzyskują naturalną dla nas wszystkich motywację do poznawania nowych rzeczy, gdy nie muszą bać się niepowodzenia, które tak często towarzyszyło im w edukacji szkolnej. Jak zmieniają się ich wzajemne relacje, poprawia komunikacja i umiejętność współpracy. Najlepszym dowodem na to są wiersze pisanie przez uczestników zajęć, wiersze o koniach, ludziach, o otaczającym ich świecie.

### **Koń**

*Miły, ciepły, kochany,  
Lubi jeść, jeździć kłusem,  
Szybko, daleko,  
Koń.  
Kasia F.*

### **Pogoń za lisem**

*Wesoła, radosna,  
Łapie lisa,  
W lesie, na łące,  
Pogoń za lisem .  
Adam J.*

### **Drzewa i ludzie**

*Wszyscy potrzebują słońca i wody,  
Jedzą, piją i żyją,  
Ludzie szybko, drzewa wolno,  
Drzewa i ludzie.  
Kasia F.*

Natomiast zajęcia z udziałem konia według Renaty Werpachowskiej terapeutki Fundacji SYNAPSIS zajmującej się osobami z autyzmem mają wyjątkowy walor terapeutyczny, niezależnie od poziomu funkcjonowania tych osób, czy ich problemów komunikacyjnych. Dzięki specyfice zajęć z udziałem konia osoby z autyzmem mogą podczas nich zaspokajać wiele swoich potrzeb. Koń i przebywanie z nim dostarcza różnorodnych możliwości. Od bezpośredniego kontaktu z nim, który już jest stymulacją sensoryczną, poprzez jazdę na nim, która oprócz przyjemności daje poczucie sprawstwa, po zajęcia w stajni, które są konkretną pracą na rzecz innych.

Ostatnie dwa wystąpienia konferencyjne należały do fizjoterapeutek absolwentek II Wydziału Lekarskiego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Mgr Patrycja Mroczkowska mówiła o zastosowanie hipoterapii w aktywizacji osób starszych. Ta zaniedbywana dotąd gałąź hipoterapii ma według nas dużą przyszłość ze względu na starzenie się naszego społeczeństwa i konieczność poszukiwania działań, które pozwoliłyby jak najdłużej zachować sprawność fizyczną i umysłową ludziom starym.

Natomiast mgr Karolina Wójcicka przedstawiła przegląd badań dotyczących hipoterapii dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym. Przegląd ten potwierdził że podstawową bolączką hipoterapii jest brak wiarygodnych badań opisujących jej efekty. Autorka podjęła próbę oceny wiarygodności i przydatności materiałów naukowych. Analizie poddano artykuły, które zostały wyszukane w medycznych bazach danych. Zebrane prace zostały poddane ocenie jakości prac źródłowych według wytycznych Sacketta, zgodnie z którymi

wyróżnia się pięć poziomów kategorii rekomendacji. W toku poszukiwań odnaleziono 13 prac źródłowych na temat hipoterapii jako metody usprawniania w mózgowym porażeniu dziecięcym. Wyniki przeprowadzonej analizy podają, iż do najbardziej wiarygodnych artykułów zaliczyć można aż 7 spośród 13. Każda z tych prac jako wnioski przedstawia ogólnie pozytywny wpływ hipoterapii lub poprawę konkretnych badanych parametrów. Optymizmem napawa z w ostatnich latach tych prac jest coraz więcej i są one na coraz wyższym poziomie wg skali Sacketta.

Podsumowania konferencji dokonała Anna Strumińska prezes Polskiego Towarzystwa Hipoterapeutycznego i Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym HIPOTERAPIA dziękując wykładowcom i uczestnikom konferencji oraz władzom Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego za pomoc w jej organizacji. To bardzo ważne, że hipoterapeuci, sympatycy i osoby zainteresowane hipoterapią mogły się spotkać w murach Uczelni, której misją jest służenie rozwojowi gospodarczemu i intelektualnemu polskiego społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem obszarów wiejskich i szeroko rozumianego środowiska naturalnego. Mamy nadzieję, że konferencja „Stępem przez życie” będzie miała swój skromny wkład w realizację tej misji, a w szeroko rozumianym środowisku naturalnym koń, jako zwierzę towarzyszące człowiekowi od tysięcy lat zajmie należne mu miejsce.

Anna Strumińska