



KIMKINE DETI

V poslednom čase sa o canis-terapii ako pomocnej liečebnej metóde píše a hovorí pomerne veľa, ale väčšinou len v teoretickej rovine. Preto sa chcem pokúsiť priblížiť canisterapiu („liečenie psami“) prostredníctvom práce jedného konkrétneho psa a psovoda.

KIMI je moja päťročná sučka spinone italiano, čo je u nás pomerne málo známe plemeno talianskeho hrubosrstého stavača. Je temperamentná, v prírode nabehá denne kilometre, v revíri dokáže dlhé minúty vystavovať zver, miluje vodu a plávanie v každom ročnom období. Keď jej však oblečiem „pracovnú vestičku“ alebo canisterapeutický postroj, zmení sa na pokojného prítulného „plyšáčka“, na empatického štvornohého „psychológa“. Má úžasnú schopnosť vycítiť náladu človeka, rešpektuje, keď sa jej niekto bojí, alebo ju v danej chvíli neprijíma. Skúsi sa mu priblížiť raz, dvakrát, a ak to nejde, stiahne sa. Keď príde do skupiny neznámych detí, určite sa začne venovať tomu „najvážnejšiemu prípadu“ ako prvému. Nikto nevie, ako vycíti, kto ju najviac potrebuje. Deti ju spravidla prijímajú spontánne, málokedy sa stane, že ju dieťa dlhodobo odmieta. A tak má Kimi väčšinou „plné labky a plný jazyček“ práce.

Už viac ako štyri roky chodíme do Detského centra na Cyprichovej ulici v Krasňanoch v Bratislave, kde pracujeme spolu so skúsenými fyzioterapeutkami Vier-

kou

Fedorovou a Katkou Mičkovou pravidelne každý pondelok. Centrum navštevujú deti s rôznym zdravotným znevýhodnením, preto sú Kimkine „metódy“ pomerne rôznorodé a aj výsledky terapie sú rozličné. Isté však je, že Kimi je slniečko, ktoré po príchode do centra rozžiari malú telocvičňu či herňu a deti sa na ňu tešia.

S deťmi, o ktorých budem ďalej písať, sme pracovali pravidelne raz týždenne približne dva roky.

Veľmi inteligentný chlapček (v tom čase asi päťročný), ktorý rád veľa rozpráva. Ústočka a rozumček mu mnohonásobne vynahrádzajú pohybové problémy – má vrodený rázštep chrbtice, a tak ho nožičky neposlúchajú. Je veľmi húževnatý, nikdy sa nevzdáva, vždy sa svojím spôsobom dostane tam, kam potrebuje.

A teraz späť ku Kimi. Matúško s ňou spočiatku nebol veľký kamarát. Trošku sme mu museli prejsť cez rozum a začali sme s Kimkou napodobňovať cviky, ktoré s ním robila fyzioterapeutka. Či už to bolo preňho nepríjemné cvičenie na valci, alebo sa stojac pri stoličke, musel sa s piškótkou v ruke riadne za Kimkou ponahľovať, aby jej piškótku podal. To bol nový fenomén aj pre psíka, musel trpezlivo počkať, „kým za ním odmena príde“, čo vôbec nebolo ľahké. Nepríjemné cviky, často aj bolestivé, začali byť pre chlapčeka zábavou. A vtedy to prišlo: Matúš, ktorý pôvodne prichádzal DO centra s plačom, lebo cvičenie sa mu nepáčilo, začal odchádzať s plačom Z centra, lebo si Kimi nemohol vziať domov. Postupne sme si priberali ďalšie cviky – napr. Matúško a Kimi preliezali jeden po druhom cez valcový tunel, alebo sa pretekali v plazení a víťaz (čo, samozrejme, musí byť vždy dieťa, preto Kimi brzdiť) dostal odmenu. Alebo sme poskladali drevené schodíky, cez ktoré sa tiež pretekali.

Matúško, ktorému státie na nožičkách robí značné problémy, s našou pomocou postojacky zapínal Kimi obojok, česal ju, alebo si z jej postroja vybral cukrík – musel pri tom odlepiť suchý zips na bočnom vrecku a siahnuť pomerne hlboko. To všetko trvá dosť dlho – za normálnych okolností by namáhavé státie už dávno vzdal, ale sústredil sa na psa a VYDRŽAL stáť oveľa dlhšie. Pes uňho zohrával silnú motivačnú úlohu. A psík nie je len motiváciou k väčším výkonom, ale často aj „tvorcom“ silných emočných momentov. Jeden príklad za všetky, myslím, že veľmi silný a dojímavý. Matúš sa vždy veľmi túžobne a s istou dávkou závidy pozeral na deti v centre, ktoré vedú dobre chodiť a vodia Kimku na vôdzke. On to dokázal len tak, že sa pohyboval štvornožky. A tak som sa rozhodla spolu s fyzioterapeutkou, že využijeme „záves“, čo je vlastne akýsi „postroj“ pre dieťa, ktorý sa pohybuje na koľajničkách umiestnených na strope. Dieťa „stojí“, hýbe nohami a má pocit, že chodí. Matúška sme teda dali do „nohavíc“ (on si toto zariadenie takto pomenoval) a v rúčke mal na vôdzke Kimi. Šťastie, ktoré sme videli v jeho očiach, doplnil slovami: „Teraz som ako NORMÁLNY človek, lebo vodím psa.“ Toto bol zatiaľ môj najsilnejší a najdoj-

mavejší canisterapeutický zážitok. Keď pre nič iné, tak pre tento moment sa moja doterajšia aktivita so psom oplatila.

A dnes je Matúško už úspešný školáčik.



matúško



Krehký chlapec (v tom čase asi trojročný) sa často roz-
tomilo vyznával zo svojej lásky ku Kimke. Štebotal „čes-
koslovenčinou“: „Mám ji rád, tu Kiminku.“

V prvých týždňoch nemal o priamy kontakt so psí-
kom veľký záujem, jeho otec ho však príjemnou for-
mou presviedčal, že psík je kamarát, aby ho pohladil.
Neskôr si s Kimi dobre rozumel a najmä sa s ňou veľmi
rád fotografoval. Dokonca jej aj z ručičky začal podávať
odmenky. Trošku mu prekážali Kimkine slinky, a preto
musel mať vždy poruke čistý uterák. Sám seba zvykol
presviedčať, keď bola Kimkina prítomnosť trochu viac
„slintavá“, ako mu bolo milé: „Je mi to príjemné...“ a pou-
tierať si rúčky.

Výrazne sa jeho vzťah voči Kimi v pozitívnom zmysle
slova posunul, keď sme sa raz pri jeho a našom prícho-
de do centra stretli na ulici. Prekvapene zareagoval: „A ja
som si myslel, že tá Kimi je len v telocvični.“ Odrazu zistil,
že je to normálne zvieratko a nie iba „inventár“ centra.

S Tominkom sme využívali najmä činnosti, ktoré roz-
víjajú jeho jemnú motoriku, pretože má atrofiu svalov.

TOMinko



Psíka česal, počítali sme spolu pazúriky a vankúšiky na
labkách, poťahovali sme jemne psíka za ušká, či hlad-
kali jeho teplučký kožušok. Rád si tiež urobil zo psíka
„vankúšik“, ležal na ňom a počúval tlkot srdiečka, alebo
si cez Kimi prevesil nožičky a tak si ich prehrieval.

Kimi sa stala Tominkovou štvornohou kamarátkou.





Krásny ako dieťa z reklamy (v tom čase asi päťročný), je to taký malý „uragán“. Keď vojde do miestnosti, človek sotva stíha sledovať jeho pohyb, hneď je tu a hneď zase tam, vylezie, kam sa len dá, pozapína všetky dostupné prístroje a hlavne sa nedokáže na nič sústrediť. A s tým bolo treba niečo urobiť. Kimku väčšinou nevnímal, respektíve doslova hral, že ju nevidí. Bolo potrebné upútať jeho pozornosť, čo vôbec nebolo ľahké. Rád sa hrával s malým buldozérom, a to som využila. Položila som na radlicu piškótu a on ju odviezol psíkovi, najprv raz, potom viackrát. Hurá! – veľký úspech, Filip sa sústredil na jednu činnosť dlhšie ako 5 – 10 sekúnd.

FILIPKO

A prišiel deň, bolo to asi po troch mesiacoch terapie, keď chlapec, ktorý dovtedy vôbec nerozprával, povedal pri príchode a odchode Kimi „Ahoj“. Neskôr zistil, že pes ho poslúcha, a to sa mu páčilo. Spočiatku dával Kimke pokyny, aby vyskočila hore, sadla si, ľahla si iba posunkami, neskôr jej povedal: „Hop, sadni, ľahni...“ Pri jednom stretnutí lákal Kimi do detského plastového domčeka, čo sme mu nedovolili, lebo pes by domček mohol poškodiť. Filip vošiel dnu, otočil sa a sám od seba povedal: „Nejde.“

Bol to neopísateľný pocit zažiť, že Filipko vďaka psíkovi začína rozprávať, vydrží sa na aktivity so psom sústrediť aj niekoľko minút – zapína mu obojok, vodí ho na vôdzke po celom centre, chvíľočku ho češe a podobne, a hlavne, robí mu to radosť.

Dnes už je z neho školák.



sofinka

Zlaté slniečko (v tom čase asi deväťročná), je dievčatko s detskou mozgovou obrnou, ktoré Kimi doslova miluje a Sofinka psíka tiež veľmi ľúbi. On prvého okamihu boli s Kimkou spriaznené duše, ktoré si vzájomnú blízkosť priam vychutnávali. Pri Sofinke sme využívali takzvané POLOHOVANIE. Dievčatko sme vyzliekli donaha a psíka sme prikladali v rôznych polohách k jej telíčku. Pes má vyššiu telesnú teplotu (až do 40 stupňov Celzia) a tým telíčko dieťaťa prehreje a odovzdáva mu aj svoju bioenergiu. Kimi pritom niekedy tak tuho zaspala, že nahlas chrápala a Sofii tiež klipkali očká.

Najväčší pôžitok mali obe, keď som Sofinke natrela na ruky, nohy, chrbátik a bruško mäkký syr alebo šľahačku a Kimka ju oblizovala, teda vlastne masírovala. Keď jej zospodu oblizovala chodidlá, Sofia sa až zadúšala od smiechu a takmer zabúdala dýchať. Celá táto masáž uvoľnila Sofinke spazmy natoľko, že dokázala psíka pohladkať, jemne mu vytrhávala chlípky a ukladala ich cielene na kôpku, pokúšala sa ho učesať, potiahnuť za ušká a pod. Nám sa tieto činnosti zdajú banálne a jednoduché, ale pre dieťa, ktoré má bežne rúčky stiahnuté krčvito v päst, je to veľký výkon a veľmi sa tomu teší. Dokonca sa v deň canisterapie dokázala vďaka uvoľneným spazmám lepšie a rýchlejšie najesť.

Pre Sofiu bol psík impulzom k väčšiemu výkonu aj v inej situácii. Ona nevie sama vzpriamene držať hlavu, ale keď sme ju preložili bruškom cez ležiacu Kimi oproti zrkadlu, dokázala sa vypnúť natoľko, že zdvihla hlavu a niekoľko sekúnd sledovala s úsmevom seba aj Kimi v zrkadle.

A čo bolo najhlavnejšie, Sofinkin deň s Kimkou bol vždy radostný a krásny.



Tak toto všetko – a ešte oveľa viac – sa dá robiť a dosiahnuť pomocou canisterapie, ak sa to robí fundovane, pravidelne a dlhodobo. Je úplne jedno, akého plemena je pes, môže byť aj kríženec, je úplne jedno, či má dieťa nejaký hendikep, alebo je zdravé, pes môže byť kamarátom, partnerom, ale aj výborným pomocníkom pri alternatívnej liečbe, samozrejme, ak sa s ním pracuje správne. Pes a psovod musia byť absolútne zohratí, pes nesmie byť pracovne preťažený – nemal by robiť terapiu častejšie ako dvakrát týždenne maximálne po dve hodiny, polohovanie by nemalo trvať dlhšie ako 15 – 20 minút. Psovod musí akceptovať psa, ak si chce urobiť v práci prestávku. A čo je asi najdôležitejšie, pes sa musí na stretnutia s klientmi tešiť, musí vedieť, čo sa od neho očakáva. A Kimi to vie, často je empatickejšia ako ľudia a niekedy urobí rozhodnutie, čo je pre klienta najlepšie, rýchlejšie ako ja.

Verím, že som týmito niekoľkými konkrétnymi obrázkami z našej therapeutickej práce presvedčila aspoň niekoľkých skeptikov, že canisterapia má zmysel, a že som prebudila záujem aspoň u niekoľkých ľudí, ktorí ešte o canisterapii nepočuli.

Ak máte záujem dozvedieť sa o nás viac, uvádzam o nás niečo v skratke:

Náš canisterapeutický tím KI.NA.ZA tvoria: Mgr. Yvetta Virágová – stredoškolská profesorka na dôchodku, Mgr. Janka Kiacová – špeciálna pedagogička, naše tri sučky, ktoré sa volajú Kimi, Naty, Zaša. Môžete sa o nás dozvedieť na webe, Facebooku.



Názov pochádza z lat. canis = pes. Je jednou z foriem animoterapie. Canisterapia využíva pozitívne pôsobenie psa domáceho na fyzickú, psychickú

o canisterapii

a sociálnu pohodu človeka. Uplatňuje sa najmä ako pomocná psychoterapeutická metóda v situáciách, keď iné metódy nemožno použiť, alebo nie sú účinné. Kladie dôraz na riešenie psychologických, citových a sociálno-integračných problémov. Pôsobenie na fyzické zdravie človeka je pri canisterapii druhotné, motivuje k rehabilitácii a povzbudzuje imunitu prostredníctvom psychiky.

(Zdroj: Wikipedia)

kontakt:

Ak sa chcete dozvedieť viac:
<http://ki-na-za.webnode.sk>
 FB: KI.NA.ZA.
kinaza.canisterapia@gmail.com