

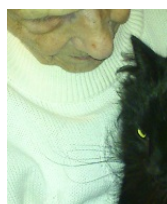
Djurassisterad terapi på Torpet Hårdehall



Där klienten **gör** – inte bara ser och hör

Djurassisterad terapi som habilitering/rehabilitering. *Verksamhet som vänder sig till personer i skolålder och uppåt som behöver bygga upp sin självkänsla, utveckla sin kommunikationsförmåga, få förståelse och utveckla strategier för att hitta nya möjligheter i sin livssituation.*

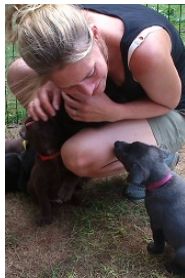
Vad är djurassisterad terapi? - Djurassisterad terapi bygger på friskfaktorer som KASAM och Mindfulness. Målet i vår verksamhet är främst att klienten ska ges möjlighet att bygga upp sin självkänsla, utveckla sin kommunikationsförmåga, få förståelse och utveckla strategier för att hitta nya möjligheter i sin livssituation. Att använda hästar eller hundar i verksamheten har flera fördelar. Många studier visar att djurs förmåga att ge socialt stöd är bättre än det stöd människor kan ge. I mötet med människor ser djur bakom diagnosen och djur bluffar aldrig. Djurs betydelse för människor kan bland annat förklaras med Maslows behovstrappa där de kan ge trygghet, tillgivenhet och gemenskap för många människor. De ger också uppskattning och delad glädje och tillgodoser människors behov av självförverkligande och självrespekt. Aktiviteter tillsammans med djur bidrar också till fysisk aktivitet även hos de människor som inte är intresserade av gymnastik, jogging eller raska promenader.



Naturen är vår viktigaste stödjande och hälsofrämjande miljö. Där det blir mindre verbalt och emotionellt krävande, mindre hotande och konstlat och ger bättre öppenhet och acceptans. **Torpet Hårdehall** verkar väl integrerat med naturen.

Klientens motivation är en förutsättning för att vilja lära och utvecklas. Hästar och andra djur är många gånger tillräcklig motivation för många. (*Människor som inte säger sig tycka om djur kan vara rädda för djur. En rädsla som kan bygga på okunskap och ovana. I sådana fall har vi upplevt att motivationen ofta blivit större om de får möjlighet att komma över sin rädsla eller okunskap.*) Förutom att klienten känner trygghet och motivation så gäller det också att terapin bedrivs på rätt nivå. Är det en person som inte intresserar sig så mycket för varför man t ex ska hantera hästen på ett visst vis utan vill "bara" veta hur man gör, - *Hur gör jag då?* Eller är det en person som kanske vill vara ifred och betrakta och lyssna på håll för att sedan komma fram självmant och bara göra "rätt". Somliga "- *Kan själv*" och andra vill veta allt och ha mycket hjälp. Behandlaren hanterar en professionell bemötanderepertoar med empati, respekt, ansvar, tillit, varsamhet, jämlikhet, ödmjukhet och uppriktighet. Djur och natur har en oslagbar fördel i all inläring där så många sinnen stimuleras och bidrar till att människor blir aktiva.

Hästar har ett mycket känsligt kroppsspråk som tydligt responderar på små signaler. Då vi lär oss att se och lyssna på hästen och ge hästen eftergift blir detta stora djur lyhörd och följsam för oss. Vi får på så vis träna vår känsla, tajming, kommunikation, att vara i nuet och själva se framgångsrika resultat. Med kunskap om och erfarenhet av att vi med mycket små medel kan göra stor skillnad i kommunikationen med en häst kan vi lättare skapa nya strategier också i andra situationer. Har vi dessutom övervunnit en rädsla kan vi också känna hur en inre styrka och ett mod utvecklas och påverkar vårt självförtroende positivt. Vi får möjlighet att ersätta negativa tankar med positiva erfarenheter. Vi blir medvetna om att vi själva kan påverka vår egen situation, ha kontroll över den och göra egna val. Det vill säga vi får en känsla av hur situationen ser ut, en förståelse för vad som händer och upplevelse av att vi kan hantera situationen.



Djurassisterad terapi på *Torpet i Härdehall*
Läs och se mer på www.nimbs.se

Verksamhetsansvarig Lonja Nimbs, Härdehall 785, 39595 Rockneby
e-post nimbs@telia.com, Telefon 0708-818522