

# Társállat-terápiás, kiscsoportos foglalkozások a törökbálinti Bóbita Óvodában

VÖRÖS ZSUZSANNA

Bóbita Óvoda

*Fontos pedagógiai lépés az állatasszisztált pedagógiai és állatasszisztált terápiás foglalkozások lehetőségeinek megteremtése a törökbálinti Bóbita Óvodában. Az óvodavezetői támogatás fejleményeként az állatasszisztált foglalkozások megjelentek a pedagógiai programban is. Írásomban összefoglalom a „Nyúllal segített pedagógiai fejlesztés” nevű pilotprogram segítségével végrehajtott nyúllal segített pedagógiai és terápiás fejlesztés előgyakorlat legfontosabb tapasztalatait. Az állat-asszisztált terápia fontos lehetőség a teljesítményszorongás kezelésében. Írásomban a gyakorlati megvalósításra, a feladatok, eszközök adaptálására az állat-asszisztált terápiához fókuszálok, miközben felvázolom egy állatasszisztált terápiás foglalkozás felépítését, valamint beszámolok tapasztalatokról, eredményekről és tervekről.*

**Kulcsszavak:** nyúllal segített terápia, teljesítményszorongás, adaptálás, gyakorlat, szorongásoldás

2015-ben kilenc kolléganómmal együtt végeztem el a Kaposvári Egyetemen a Társállat terápiás fejlesztő szakember szakirányú továbbképzést. A következő nevelési évben 3-an kutyával, 6-an pedig egyéb kisállattal kezdtük meg az állatasszisztált pedagógia, illetve terápia alkalmazását a törökbálinti Bóbita Óvodában.

Az óvodavezetőnk elkötelezetten támogatja munkánkat, illetve lehetőséget biztosít minden ehhez kapcsolódó program szervezéséhez és látogatásához, ami a témában való mélyebb ismeret- és tapasztalatszerzésünket szolgálja. Az intézmény Pedagógiai Programjába is bekerült az állatasszisztált pedagógia és terápia.

Ilyen támogató környezetben, lelkesen fogtunk bele a munkába. A képzés alatt, a kiváló elméleti felkészítés mellett lehetőségünk nyílt arra is, hogy ellenőrzött körülmények között a gyakorlatban is kipróbáljuk, mi fán terem az állatasszisztált foglalkozás, hisz részt vettünk egy pilotprogramban, ami a nyúl (mint terápiás állat) hatását vizsgálta a gyermekek kognitív képességeinek alakulására.

Úgy gondolom, nagy szükségünk volt erre a „próbára”, hisz a kutyákkal és lovakkal folytatott különféle terápiás munkákról bőven hozzáférhetünk információkhoz, ám az

egyéb kisállatokkal folytatott terápiás munkáról szólók ezekhez képest elenyésző számúak.

Ezért a képesítés megszerzése után, saját munkámban is a pilotprogram sémájára és az ott szerzett tapasztalatok alapján kezdtem kidolgozni a fejlesztés tartalmát.

A pilotvizsgálat összefoglaló eredménye az volt, hogy a nyúl fizikai közelsége, illetve jelenléte az egyéni fejlesztő foglalkozásokon nagymértékben hozzájárul a gyermekek teljesítményéhez, elsősorban a kellemes, szorongásmentes pszichés állapot elérésével, ami többek között jobb figyelemkoncentrációt eredményez.

Ezért az állatasszisztált terápiában résztvevő gyermekeket elsősorban a teljesítményszorongásban szenvedők közül választottam ki.

A foglalkozások tervezésénél nem volt más dolgom, mint az egyébként is tervezett, a fejlesztőmunkában általánosan használt képességfejlesztő feladatokat, feladattípusokat „nyulasítani”. Ez azt jelentette, hogy a legkülönbözőbb új eszközöket készítettem, például nyulas és nyúltartással kapcsolatos képeket, memóriakártyákat, apró figurákat, bábokat. Úton-útfélen beszereztem minden használható apróságot, ami ha a leghalványabb módon is, de kapcsolható volt a nyúlhoz, így többek között nyuszifarkat idéző pom-pomokat, matricákat, dekorációs anyagokat, különféle

változatos formájú és színű rágcsálótápokot, szénát, szalmát.. Színezőlapokat, kifestőkönyveket kerestem, barkácsötleteket gyűjtöttem. A témakör jellege megengedte a kicsit tágabb értelmezést, így a nyúlhoz mint alapfigurához hozzá tudtam kapcsolni egyéb állatokat, első-sorban háziállatokat is.

Ennyi átalakított eszköz mellett már igazán csak egy kis fantázia kellett, hogy a megfelelő fejlesztő játékokat, feladatokat kitaláljam és alkalmazzam.

Tervezem, hogy egy feladatgyűjteményben tematikusan, a fejlesztendő részterületek szerint, összegyűjtöm, leírom ezeket az egyéni vagy kiscsoportos keretek között használható feladatokat. Erre biztatom óvodapedagógus kollégáimat is, hisz nagy létszámú csoportban az óvodai játékokat adaptálva ötletadó lehetne a hasonló terveket dédelgető kollégák számára.

A nyuszival való első találkozás alkalmával először a gyermekek a ketrecben lévő nyúllal ismerkedtek meg. Etethették, simogathatták, ügyelve arra, hogy ne zaklassák fel az állatot. Ezután megbeszéltük a legfontosabb tudnivalókat a nyúlról, támaszkodva meglévő ismereteikre. Rögzítettük a szabályokat az állattal való helyes bánásmódról. Majd kiengedtem a nyuszt a ketrecből, ahol a gyermekek szabadon játszhattak vele. Ölbe vehették, simogathatták, etethették. Kis idő múlva visszatettük a ketrecbe, és megbeszéltük élményeiket, tapasztalataikat.

Nagyon élénkké tette a gyermekeket a nyuszival való találkozás, szívesen, aktívan vettek részt a beszélgetésben, sok élményt és ismeretet idéztek fel. Leginkább az otthoni, saját állattal való élményeikről beszéltek. Ilyenkor alkalmam nyílt a különböző fajta állatok közötti különbség-hasonlóság megbeszélésére. Ezzel az általános ismeretanyagukat bővíthettem, rendezhettem.

Szókincsbővítésre, a kifejezőképesség javítására, az egymásra való odafigyelésre, a kívárára, késleltetés gyakorlására, udvariassági szokások betartására is remek lehetőség nyílt a beszélgetés alatt.

A következő találkozáskor, és minden további alkalommal a következő menetrend szerint folytak a foglalkozások:

- a nyuszi köszöntése, simogatás nyitott ketrecben,
- szabad játék a nyuszival,
- nyuszi visszahelyezése a ketrecbe, pihenés,
- a kiválasztott fejlesztendő területeknek megfelelő „nyulasított” feladatok elvégzése,
- szabad játék a nyuszival,
- elköszönés a nyusztól.

Az állandó menetrendet természetesen rugalmasan kezeltem. A gyermekek nagyon szívesen, önként vettek részt az alkalmankénti nyúlketrec-takarításban is. Természetesen nagyon ügyeltem a higiéniai szabályok betartására, a ketrectakarításhoz a gyermekek gumikesztyűt húztak. Minden foglalkozás előtt és után kezet mostak.

Szerettem volna minél több olyan feladatot kidolgozni, ahol, csakúgy mint a kutyák, a nyúl is aktív résztvevője a feladatvégzésnek. Nem könnyű vállalkozás, hisz sajnos ahhoz, hogy nyulat idomítsak, még nincs meg a tudásom, és az idomítandó alany sem tartozik a könnyen idomítható állatfajták közé. Tervezem, hogy felkutatom a klicker-technikával való nyúlidomítás lehetőségeit.

Egy módon tudtam tevékenyen bevonni a nyulat a foglalkozásokba, azzal, hogy a különféle alakú és színű nyúltápot használtam eszközként. Ilyenkor többek között a számlálás gyakorlására, mennyiségek összehasonlítására, a több-kevesebb fogalmának rögzítésére, a szerialitás, a finommotorika, a fantázia, a kreativitás fejlesztésére, az ellentétpárok kifejezésének gyakorlására, a munkatempó normalizálására, a figyelemkoncentráció fejlesztésére nyílt a legtöbb alkalom. Végül a nyúl elfogyasztotta a tananyagot...

A foglalkozások során igen erős kötődés alakult ki a gyermekek és nyuszi között. Az állat felélénkült, mikor az ismerős gyermekek megérkeztek a fejlesztőszobába. A gyermekek a foglalkozások közötti időben rendszeresen érdeklődtek a nyúl felől. A nyuszi csak az állatasszisztált fejlesztő foglalkozások napján tartózkodott az óvodában, heti egy alkalommal. Az üres ketrecet látva a gyermekek mindig spontán beszélgetést kezdeményeztek a nyúl horgyléte felől.

A foglalkozások után, az egyébként visszahúzódó, csöndes, szorongó gyermekek gyakran beszámoltak óvónőjüknek és társaiknak frissen szerzett élményeikről, nem kis irigységet keltve társaikban. A kiemelt figyelem, a „kiválasztottság-érzés” és nem utolsósorban az állat fizikai és pszichés állapotra ható jótékony hatásainak eredményeképpen jelentősen csökkent a fejlesztésre járó gyermekek általános szorongása. A teljesítmény-

szorongásról pedig szinte el is felejtkeztem, mert már az első foglalkozáson sem találtam ennek semmi jelét a gyermekeknél. Oldott, laza, kényelmes, vidám hangulatban folynak a foglalkozások.

Tapasztalva a kizárólag pozitív eredményeket továbbra is azon munkálkodom, hogyan lehetne még teljesebbé, kidolgozottabbá tenni az óvodánkban folyó állatasszisztált foglalkozásokat.

#### **A small group, animal-assisted therapeutic work in Bóbita kindergarten, Törökbálint**

*It was a big step to create the facilities of the animal-assisted educational and therapeutic work in Bóbita kindergarten, Törökbálint. It was carried out with the support from the director; animal-assisted work is now part of the Educational Programme. In this text I summarise the outcomes of rabbit-assisted educational and therapeutic prework which was carried out with the help of the 'Rabbit-assisted educational development' programme. As the gist of the text I summarise the most important experiences gained during the pilot program. Animal-assisted therapy is a possible treatment of anxiety deriving from burden of performance. We implement and adapt the tasks and devices to the animal-assisted therapy, worked out a possible structure of the animal-assisted therapeutic work.*

**Keywords:** words: rabbit-assisted therapy, anxiety deriving from burden of performance, adaptation, therapeutic work, ease of anxiety

Vörös Zsuzsanna (2017): Társállat-terápiás, kiscsoportos foglalkozások a törökbálinti Bóbita Óvodában. *Gyermeknevelés*, 5. 2. sz., 30–32.