

TERAPIJA DOTIKA – Z MASAŽO DO BOLJŠEGA POČUTJA 2. del

Metoda Linde Tellington Jones – legende terapije dotika in utemeljiteljice svetovno znane šole »TT.E.A.M.«

Američanka Linda Tellington Jones se z metodo dotika ukvarja že več kot 30 let. Začela je s problematičnimi in poškodovanimi konji, nadaljevala s psi, pa tudi z divjimi živalmi, potrebnimi njene pomoči. Sodelovala je pri snemanju filma Free Willy in kitom orkam nudila terapijo s pomočjo svoje preizkušene metode. Metoda TT. E.A.M. (Tellington Touch Equine Awareness Method) pri psih obsega vaje vodenja na povodcu in posebne dotike, s katerimi opisujemo krogce. »Krogci so kot jezik brez besed,« pravi Linda. Poglobi se odnos med človekom in živaljo, poživi se funkcija celic. Večina nezaželenih oblik vedenja izhaja iz neugodja v telesu psa. V začetku, dokler niso bile z meritvami potrjene kemične reakcije v celicah pod vplivom čustev, je Linda intuitivno opisovala svojo metodo kot sproščanje strahu in neugodja iz telesa živali. Danes vemo, da je TT učinkovita in z znanstvenimi meritvami preverjena metoda pri celem nizu težav, ki jih imajo naši štirinožci v vsakdanjem življenju, terapevti in veterinarji pa metodo v svetu priznavajo kot preizkušeno in učinkovito:

- za sproščanje, odpravljanje stresa in šokovnega stanja
- za odpravljanje agresivnega in dominantnega vedenja ter strahu
- za izboljšanje gibalnih sposobnosti,
- kot terapijo bolečine pri kolčni in komolčni displaziji
- za izboljšanje fertile sposobnosti, odpravljanje simptomov lažne brejosti
- za lajšanje težav pri uhajanju urina
- za poživitev imunskega sistema, regeneracije tkiv
- kot velik uspeh pri hiperaktivnih psih
- po kirurških posegih in poškodbah priporočajo mnogi veterinarji, ker je tako delo s psom uspešnejše
- izboljšamo splošno počutje, za znatno izboljšanje problematičnega vedenja in učnih sposobnosti ter koncentracije
- kot pomembna metoda za pripravo na napore (stresne situacije, potovanja, porod, razstave, izpiti, delovne naloge lavinskih psov in ruševinarjev)
- za lajšanje starostnih tegob
- za odpravo strahu pred grmenjem in pokanjem petard
- za odpravo slabosti med vožnjo

Metoda ima akumulativen učinek in za razliko od masaže, ki sprošča mišičje, tu pes sam išče nadaljnje dotike. Odprejo se živčne povezave z možgani in vzpodbudi se celična aktivnost. TT je oblika neverbalne komunikacije z živaljo in je bila tudi znanstveno potrjena. Seveda pa jo potrjujejo tudi neštete delavnice, ki jih vodi Linda Tellington. **Po svetu dela v 26 državah, med drugim tudi pri nas, več kot**

1000 usposobljenih terapevtov, ki so opravili šolanje. Veliko od njih deluje v zavetiščih za pse in morajo s prestrašenimi in travmatiziranimi psi najprej opraviti nekaj terapij, ker jih le tako lahko usposobijo za posvojitev. Linda Tellington sama in srečanje z njo pa je pravo doživetje, še posebej, ko opazuješ očiten napredek pri živalih, s katerimi komunicira na preprost način, razumljiv in dosegljiv vsakomur. Brez dvoma je to je edinstvena izkušnja.

Vaje za vodenje na tleh se opravljajo s pomočjo posebej postavljenega labirinta in oglavnice Halti v kombinaciji s klasično ovratnico. Linda odločno zavrača uporabo ovratnice na zateg, saj se z njo prepreči psu sproščeno obnašanje in mišljenje. Pes se namreč s celim telesom skuša upreti stresu, ki mu ga še dodatno povzroča vodnik z zatezanjem. Če je pes napet, impulzi iz možganov ne morejo potovati po telesu. Tako je pes pod vplivom adrenalina (enako kot človek) pripravljen na beg ali spopad, nikakor pa se ne more osredotočiti na nalogo, ki je pred njim. Povodec je pripet na ovratnici in oglavnici hkrati, s slednjo psa terapevt le usmerja in ne vleče. S hojo skozi labirint se prične pes zavedati svojega položaja v prostoru in lastnega telesa, izboljša se ravnotežje, samokontrola, natančnost, koordinacija gibov. Zanimivo je, da podobno metodo uporabljajo nevrologi pri terapiji otrok z nevrološkimi motnjami. Izboljša se namreč pacientova predstava o telesu v prostoru. Pri terapiji – enako kot pri učenju - je izredno pomembna tudi komunikacija: pes znano osebo rad gleda v oči, tujca pa ne. Zato prestrašenega psa nikdar ne gledamo v oči, prav tako se s prestrašenim psom nikdar ne igramo na način, ki vzpodbuja agresivnost. Vedeti moramo, da je vzrok za večino agresij strah: tega pa je treba spoštovati. Zadnjega dela telesa se pes na splošno zelo slabo zaveda, zato je potrebna previdnost in postopnost ter posebne metode s povijanjem.

Pri obravnavanju šestih psov z različnimi vedenjskimi in zdravstvenimi težavami sta na delavnici, ki jo je imela Linda Tellington - po naših podatkih – na edini njeni delavnici v Sloveniji doslej, prav gotovo izstopala rotvajlca, ki sta imeli hude travmatične izkušnje. Linda je ugotovila, da je eden od obeh prestal izredno grobo šolanje in je izjemno prestrašen, zaradi agresije pa je življenje z njim praktično nemogoče. Vodnica tega psa se je morala zavedati, da je vzrok agresije strah in to zavedanje mora občutiti tudi pes. S psom je potrebno komunicirati v celih stavkih, ne le preko povelj. Prisotni skrbniki psov so ugotavljali, da je skrajni čas, da se tudi v našem načinu šolanja nekaj premakne na bolje in v korist psov. Klasično šolanje, je dodala Linda, je primerno le za rezultate na povodcu: v trenutku, ko je pes spuščен, pa ne uboga več, ker si enostavno ne želi več biti z vodnikom.

Masažni gibi delujejo predvsem na mišice, »T« dotiki v obliki krogcev pa – kot že rečeno – vzpodbujajo živčne povezave z možgani in aktivirajo celično aktivnost. Krožni gibi, ki obsegajo cel krog in eno četrtino, se pričnejo vedno na spodnji točki kroga, večinoma pa gre gibanje v smeri urinega kazalca (v izjemnih primerih tudi v obratni smeri). Psa je potrebno najprej umiriti z božanjem in s t.i.«ušesnim dotikom», ki sprošča in učinkovito preprečuje posledice stresa.

Glede na izredno širok spekter delovanja metode Linde Tellington, primerne za domačo vsakdanjo rabo, bi bilo primerno po vzoru tujih društev in klubov tudi za

naše skrbnike psov organizirati izčrpnije delavnice, namenjene skupinski terapiji slabo socializiranih psov in tečaje za skrbnike psov z določenimi zdravstvenimi oz. vedenjskimi težavami (displazija, strah, agresija, lažna brejost, alergije, artritis, slab zadah, neželjeno lajanje, uničevanje predmetov in kopanje itd.) pod vodstvom usposobljenih terapevtov.

Mojca Sajovic