

國際身心障礙者馬術協會(FRDI)理事長 Gundula Hauser 女士

2005 年九月份在台灣馬術治療中心講課

今年九月十六、十七日，台灣馬術治療中心舉辦了一場馬術治療及身心障礙者馬術運動的研討會，邀請了現任「國際身心障礙者馬術協會」理事長 Gundula Hauser 女士來台講課。

因為在馬術治療的過程中馬匹的配合非常重要，所以 Hauser 女士首先示範了一些馬匹自然調教法(Natural Horsemanship)。自然調教法乃利用馬匹的習性來跟馬溝通，使人可以用身體語言讓馬服從及信任。

「馬術治療」可以分為傳統的馬術治療、治療性騎乘與治療性馬背體操。Hauser 女士也讓大家體驗到治療性馬背體操的課程，讓大家覺得好玩又有收獲。傳統馬術治療的部份則用個案示範：Hauser 女士非常懂得利用小孩子的想像力使她們自己改變他們的坐姿。

除了以上跟馬直接有關的課程以外，Hauser 女士還特別談到兩個她認為非常重要的題目，那就是在治癒過程中用手接觸病患的問題，以及本身或他人面對殘疾時的階段性心路歷程。前者她用遊戲的方式讓大家體驗一下被陌生人碰觸的感覺，結果大家都領悟到了被不熟悉的人觸碰其實是很不舒服的。後者她用一個「螺旋梯」來說明其心路歷程。以下是她那段演講的內容：

如何克服殘疾的打擊

(認識面對殘疾時的階段性心路歷程)

如果一個人忽然受到嚴重的傷害或一個人生了一個有殘疾的小孩，在他自己或親近的人的心理會產生一些變化，而這些變化是階段性的。雖然這些變化可以用階梯的圖案來呈現，但用「階梯」這個字也許會產生一些誤會，因為大家會以為達到一個階段以後只會往上一層的階梯前進而不會回復到下一層的階段，不過事實並非如此。因此用一個螺旋梯的圖案來做說明是比較妥當的：就算你達到了某一個階段，以後你還是常常會往下滑而必須再努力往上爬。雖然也可能不會滑到最下面的階段去，不過每一次病患經歷生活上一些重大的變化時（進入幼稚園或小學，甚至進入就業市場，想從事某一種工作，因為殘疾的緣故無法順利的去做時）就很容易回到事前的階段而必須再一次的面對。

難道我們所謂的正常人真的都沒有問題嗎？雖然每一個人都希望可以整體性的發展，但其實大家都有明亮的層面及比較灰暗的層面，只是大家都盡量把明亮的一面呈現出來而把灰暗的一面藏起來。一般而言，人們常常不接受他們自己灰暗的一面，只有能理性思考的人才會對自己所有的層面非常清楚而知道怎麼調整它們，運用它們。因此我們發現有一些神明看起來很和善，也有一些神明看起

來很兇惡。其實有這些看起來很兇惡的神明也不是甚麼壞現象，因為人類的世界有好壞之分（我們活在一個兩極（相對）的世界裡：有白天跟黑夜，有健康跟殘疾，有好跟壞等等），所以人們也需要他們。

當我們期待一個新生命的來臨時，我們都會對這個新生命及其未來有一些期望，也許我們不會把這些希望說出來，不過它們在潛意識中還是存在的。其實每一個人對自己的生活也都有些期待，有的是長期的，有的是短期的，比方說第二天或下一個禮拜想要做什麼就是一種計劃與期待。當一個小孩生出來時有殘疾的話，父母應該知道有些問題會出現，不過他們還不是很確定；而當忽然發生車禍或其他意外的話，當事人及他的親朋好友就會非常震驚。以上屬第一個階段，而進入第二個階段時，他們已經知道發生了什麼事情，不過他們還沒有任何反應，還不知道怎麼樣去處理，或怎麼樣去面對。接著而來的是：談判的階段。談判的意思是說，父母深信：如果他們做某一種事情的話，原來的問題會消失。在這個階段，父母會帶小孩去找各種各樣的醫生或另類的治療師。不管他們是否真的能幫助他們的小孩，他們一切方法都想要試一試。這時，他們也會給當事人很多的建議，不過當事人及其親朋好友早晚會發現他們遇到的問題其實一直都會存在著。這時，他們就會進入憂鬱的階段，而且很多人都會停留在這個階段。他們會覺得這個世界虧待他們，醫生也通通都不好。因此，停留在憂鬱階段的人會過得很痛苦，而這也是他們最需要多一點幫助的階段，幫助他們去接受事實，去接受不管是天生的殘疾或意外所帶來的變化。畢竟，接受事實以後才有辦法開始過一個好的生活。這樣的生活才有價值、有意義。接著，他們會開始過一個更積極的生活，比方說把小孩子帶到馬場不是為了治療而是為了讓他參與騎乘活動。因為他們已經不再花那麼多時間去找各種醫生，所以他們就有空，因而可以很積極的參加一些馬術俱樂部的活動，也可以享受很多快樂的時光。在這個階段，他們會很主動的安排他們的生活。而參加「帕奧」或「特奧」正可以是這個階段的重要的活動。最後一個階段就是協助別人。這可以是直接的，也可以是間接的協助，比方說以自己當做榜樣來鼓勵別人。

在澳洲就有一位女士叫 Sue Hayder，是腦性麻痺患者。她不只學過騎馬，也參加過馬術比賽，甚至通過所有馬術教練的鑑定考試而成為一個有執照的馬術教練。她的例子鼓舞了很多人，帶給很多人莫大的希望。

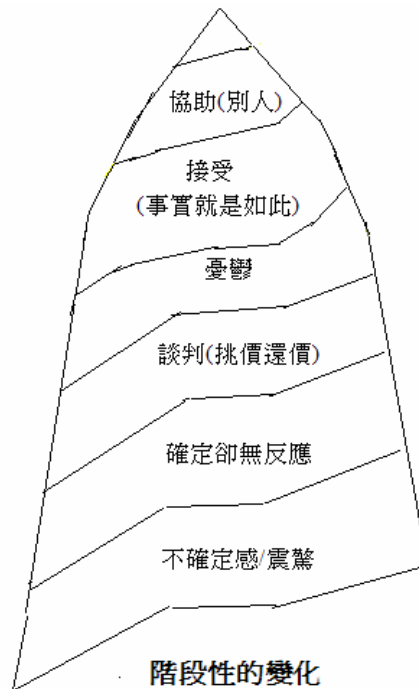
如果一個人已經達到最後一個階段的話，他再往下滑的可能性就少多了。不過，如果有一個人停留在憂鬱的階段，他就會很容易再往下滑，因為他會常常回想到起初的震驚及不確定感，而對命運生氣：為什麼是我？

其實，馬兒對一些遭受意外或天生殘障者的初期可以有非常多的助益，不過他們通常在談判的階段才會去接觸到馬匹。

Mrs. Hauser 本身常常會找一些機會讓父母也上馬，目的並不是要讓父母學騎馬或者做什麼活動，而是讓他們放輕鬆，給他們機會把他們的負擔放下來。她會跟父母說「讓馬背著你渡過你經歷過的時間，你現在從馬背上往下看你經過了什麼事情，把它放下吧！」剛開始父母會覺得其所經歷過的時間很沉重，會把他們

往下拉，可是做過幾次以後他們會覺得「時間」越來越輕。那些有辦法把他們的負擔放下來的父母通常會很積極的參加馬場的活動，也會幫助其他的人。

有一位澳地利人曾說過：只有一種人沒有殘疾，那就是真正有愛的人。



林嫻恬

台灣馬術治療中心總監

NARHA Registered Instructor