



台灣馬術治療中心 Newsletter 2010年04月02日

出版：台灣馬術治療中心 發行人：李崇信 總編輯：林媿恬 執行編輯：張兆遠
電話：(03) 461 7912

捐款帳號：006-50-009206-6 聯邦銀中壢分行，

戶名：財團法人台灣省私立啓智技藝訓練中心

本期重點：

馬場新建設：萬歲！有室內

專業分享：馬術治療在早療的階段

志工專區：看中原大學志工哥哥跟姐姐怎麼說

感恩特區：我們的小小捐款人

捐款證信

【我們的使命】

透過治療性騎乘活動改善身心障礙者身心靈健康，
激發自我潛能及找到自我價值，豐富身心障礙者的生活。

歡迎您一起努力.....

- 認識馬術治療及身心障礙者馬術運動
- 分享馬術治療的經驗
- 捐款支持台灣馬術治療中心及殘障者馬術運動

台灣馬術治療中心網站 <http://www.thrct.org.tw>

馬場新建設：

萬歲！有室內

2009年11月28日對台灣馬術治療中心而言是一個非常重要的日子：那一天我們不只舉辦了第五屆希望盃身心障礙者馬術比賽，更重要的是，那天也是我們室內馬場的啓用典禮。現在的室內馬場本來是一間製作棉被的工場，工場遷移之後改建為一間教室及一間約15mx30m大的室內場。雖然這不是標準的大小，不過對應付變化多端的天氣來說，是非常有用的。



其實，我們很喜歡在室外上課，因為環境提供給孩子很多的刺激，不過對身體脆弱的身心障礙者來說，環境有時也會帶來負面的影響：冬天的冷風會使很多個案的張力提高，讓家長卻步。天氣冷，有些孩子怕癲癇發作。每逢下雨天，馬場幾乎被迫空轉。馬場所在地——中壢地區——的天氣情況又跟我們大部分個案住的地方，台北地區，不太一樣，所以我們常常在中壢等學生來上課，但家長因在台北下雨而認為停課。而如果雨下下停停的，我們就更頭痛，我們到底要不要跟家長說要上課，因為從家長打電話詢問到來馬場的那一小時內，情況也許已經又有所改變了。

有了室內馬場之後，我們壓力減少很多，而治療課程也可以持續進

行。這尤其對我們跟早療中心的合作案是非常有幫助的，因為之前我們都無法定下確定的日期，也無法正確地告訴志工，我們哪幾天需要他們的幫忙。辦學校特教班的校外教學活動也是一樣，老師租好了遊覽車而學生也興沖沖地準備去馬場，結果中壢下雨，活動需重新安排。現在除非暴風雨影響到行車的安全，否則就已經沒有之前這種顧慮了。



在室內馬場舉辦「快樂農場比賽」！

我們感謝所有的捐款人，讓我們多年的希望成真。在室內馬場，我們也可以比較容易安裝各種各樣的教材。有幾樣是台北美國學校幾位高年級的童子軍製做的，其中一個像小屋子的信箱及一個水果攤位特別受到小孩子的歡迎。這些玩具的的確確讓我們的馬場增色不少。

剪綵儀式由桃園縣文化局陳學聖局長、桃園縣腦麻協會何麗梅理事長、華科事業群資慈善基金會陳紹如

董事長、中華民國馬術協會李政憲秘書長、中壢啓智技藝訓練中心李崇信主任，以及國際治療性騎乘協會林嫻恬理事舉行。接著有兩位小學員表演一場雙馬舞。



因有室內馬場，所以我們也第一

次有機會舉辦美術比賽。有遠自高雄的身心障礙小藝術家參加比賽。



成人組的第一名是一位學員的媽媽獲得而她的題材正是她兒子去年參加比賽的情況！

專業分享：

馬術治療在早療的階段

三年前，我們在台灣馬術治療中心要求，要接受馬術治療的小孩一定要三歲以上，因為這個年齡的小孩骨骼上的發育允許他能夠跨坐在馬背上。2006 來自斯洛伐克共和國的卡羅爾霍納賽克醫師 (Dr. Karol Hornacek) 在第十二屆治療性騎乘國際會議上第一次提到嬰幼兒馬術治療。他提倡七個月大，有發展遲緩現象的小孩，可以較容易透過馬背上不同的姿勢來達到肢體的發展如四肢獨立運動、側坐、爬、坐、走及精細動作。

至於要從那一個姿勢做起，要看小孩子的發展年齡、他的障礙類別及臨床診斷而定。在馬術治療過程中也要特別注意嬰幼兒的情緒反應(哭、笑等)以及他們的運動表現(頭部掉下來、倦態等)。他建議，發展遲緩嚴重的個案應該從「橫趴」的姿勢開始，而且要經常安排短暫的休息。這是一種降低

張力的姿勢，因嬰幼兒通常張力比較低，所以之前較少使用，不過一般來說，小孩對這個姿勢的反應是良好的。



「橫趴」時，就算眼睛看不到，小孩會經常把頭往馬走的方向轉，故可藉此訓練其頸項的運動。

在馬匹前進中所產生的離心力幫助小孩發展爬行的動作。我們觀察，橫趴的姿勢很適合訓練小孩頭部控制的能力。我們也發現，平常不喜歡把頭往右邊轉的小孩，如橫趴往左邊的話，會把頭往右邊 — 往馬走的方

向一轉。在我們中心還有一個個案在肺部纖維化之後本來要靠呼吸器，不過經過三堂她橫趴在馬背上的課程之後，竟然可以離開呼吸器八個小時！

接著，可以讓小孩直趴在馬背上，先選擇把頭往後面(與馬匹走的方向相反)的姿勢，膝蓋跟手肘要稍微彎曲。小孩子在爬行中要使斜角的兩個肢體如左手跟右腳一起動，因此可以讓斜角兩個肢體彎曲多一點，以便小孩比較清楚地感覺到這種運動模式。



「跟馬匹不同方向直趴」

大約四個月之後，基於發展年齡及治療的成效，有一些小孩已經可以坐起來，用手肘及手心撐著。大約八

個月之後，小孩可以用正確的坐姿跨坐在馬背上。如個案無法自己坐或控制頭部，就建議用「雙貼」的方式，不過個案不應該真的「貼」在治療師的身上而是治療師協助他，讓他盡可能自己出力挺背。

以神經學來看，馬術治療特別適合運用在早療階段，尤其對腦性麻痺兒童或神經系統異常的個案來說，效果最佳。英國籍的老師 Anita Shkedi 在台灣馬術治療中心 2009 年 9 月舉辦的講習中也強調，馬匹可以被視為「巨大而移動性的觸覺面積」，馬匹會使個案的感覺意識提高，幫助感覺統合。



有一定控制能力的個案可以「跟馬匹同方向跪著」來訓練趴行的動作, Anita Shkedi 示範。

志工專區：

看中原大學志工哥哥跟姐姐怎麼說

紋西 (特教系四年級)：

在當陪走員的過程中，我看到了很多孩子的進步，也使我心中湧出莫名的感動。以一個腦麻的孩子為例，他是一個剛開始非常害怕上馬的小朋友，光看到馬他就開始嚎啕大哭，但是現在反而會主動想要上馬背！他從需要兩個枕頭護著，不讓他的身體趴下去，到現在已經不需要枕頭了，而且還可以將頭抬得高高的。

阿雅老師講了一句話，我覺得非常好。她說：「我們身為訓練者，如果連我們都不相信他有能力去做到這件事，那還會有誰相信？」的確，如果我們都沒有信心，那為什麼要做治療？我們不能小看每一個個案的潛能。

君儀 (特教系四年級)：

我在台灣馬術治療中心服務時，看到了學生的進步，尤其是在幾位自閉症孩子的身上。有一位「翰翰」，剛開始都不願意理我跟林教練，過程中我們總是追隨著他的眼神，並且問他：「你在看什麼？樹嗎？」或是：「有樹葉耶，樹葉給你。」等等。慢慢的，他願意跟我們分享他所注意到的事情，像是馬的影子、人的影子、馬的影子不見了、有樹、有小鳥等等。儘管不是用說的，而是用指的，也都讓我覺得很開心，甚至後來他也開始願意發出簡單的音，像「樹、馬、走」，最後還會跟我們說謝謝，讓我幾乎感動到快要哭。

另外有一個腦麻的孩子「東東」，也讓我看到了他的努力：一開始他一直生病，肺裡面都是痰，他在馬背上趴著時就聽得到很沉重的喘氣聲。因為他呼吸道中有痰，所以原本不喜歡上馬，也不想配合練習，但經過了一次又一次的鼓勵後，他開始願意配合，甚至主動多做許多次的練習，像是抬頭運動，本來一堂課做約4次，每次10秒，而東東最後遽然可以做到抬頭37次，每次也都有5-12秒，甚至還會跟老師露出得意的笑容，好像在告訴我們他很厲害，而每次看到他的進步，心裡也都悄悄的說著：哈利路亞讚美主。

帶著孩子做馬術治療的過程中，也曾經歷過許多挫折，像是自閉症孩子不理我，或孩子才上馬沒多久就開始哭等等，但在看到了孩子們的進步後，就覺得那些過程都好值得。這些孩子的進步讓我看到了未來的無限可能，不只是在馬術治療中，甚至是在我們未來的班級中也都可以有這樣的成效出現。我一直很喜歡「畢馬龍效應」，也就是教師對學生的期待會造就學生的學習結果。不管孩子需要多久時間，當他感受到自己的成長正在被關注，自己小小的努力都能夠有成效時，他就會願意去學，這也是我在馬術中心所實際體驗到的。馬術本身雖然也會使孩子提升學習動機及意願，或是能夠讓孩子能夠增加更多的運動量，但他之所以成功的最大因素卻是在於「相信」。

實習過程中經歷了許多磨練，也被糾正了許多，但也學到了許多，很感謝馬術中心的教練們帶給我們這麼多的知識、技能及技巧，也很感謝馬兒和領馬員的配合，更謝謝每一位可愛的孩子願意讓我有機會為他們服務，讓我看到：「未來，他們是很有希望的」，所以永不放棄任何一個孩子，No child left behind，不是嗎？

柏良 (心裡系四年級)：

這學期選擇了「台灣馬術治療中心」當作要服務的機構，一開始聽了阿雅的介紹後心裡只是覺得「酷耶！可以跟馬一起做事」。很少聽到像這樣的治療，因為台灣也不太普遍，而且和其他機構不一樣，其他機構可能還要去個案家拜訪，聽起來有點麻煩，而去馬場我只要當個陪走員就好了，所以就抱著好玩又投機的心態，我選擇了「馬場」當作我這學期所要服務的機構。

第一次到了馬場見到的小朋友，大多數是患有腦性麻痺的小孩，再加上少數幾位自閉症患者。其實在陪走的時候，我心裡在想「天阿！這真是一件不簡單的工作」，我們一方面要幫助張力高的小朋友能夠握東西，所以要出力氣幫他們把

大拇指扳開，才能讓其他手指也跟著打開握東西，另一方面張力低的小朋友需要我們出力氣去扶著他們，以免他們從馬背上掉下來。而有自閉症的小朋友的情緒比較不穩，不僅要安撫他們的情緒，還要避免他們不經意的攻擊，還有三不五時爲了獎勵小朋友而出現的快步，再加上小朋友的家人虎視眈眈的看著你，當然還有不習慣只有我一直在說話而得不到回應的感覺。第一次當陪走員時，我只覺得這真是一件吃力不討好的工作，壓力大，體力消耗更大。因此，我想，我要把它當作每個禮拜固定的磨練時間了。

幾次下來，我發現小朋友的能力一點一點在進步，原本害怕馬的小朋友，現在已經不需要使用枕頭來隔開他和馬的距離；原本張力高，身體一直都很緊的小朋友，在馬背上跟著馬運動時可以慢慢地放鬆自己的身體；有的小朋友可以開始靠著自己把頭抬起來；有的小朋友經過幾次課程後也可以開口講話。儘管那只是模仿，儘管那對他們而言沒有任何意義，但是好的開始是成功的一半。想到自己付出那麼多體力還犧牲了早上睡覺的時間，這一切都值得了。

在馬場服務的過程中，我覺得最高興的就是自己接觸了這些小朋友，其實我們心理系沒有什麼實務的課程，有的話也只是去國中輔導一些行爲偏差的學生，但在這次的服務中我接觸到了患有腦性麻痺和患有自閉症的小孩。通常我們只能透過醫院觀察他們而已，但是這次服務我是真真實實的和這些小朋友有實質上的接觸。不需要透過玻璃、不需要有距離的觀察他們的活動，而是真的和他們相處和他們玩，不然我可能永遠都無法了解到老師上課在說什麼、不知道課本在寫什麼，我想這些機會比什麼都難得的！我們可能還要等考上研究所、讀完碩士、開始實習才有可能接觸到，畢竟理論和實務永遠都差一大截。我很開心有這種機會去接觸到這些小朋友！尤其阿雅在治療過程中也告訴我們一些關於患有腦性麻痺和患有自閉症的小孩可能會有的情況。因此，不管是從阿雅身上或是小朋友身上，使我們從中學習到很多。更加難能可貴的是：看到小朋友接受治療而有所進步！！

感恩特區：

我們的小小捐款人



爲了早日建室內馬場，芷好捐出了她那滿滿的僕滿。僕滿上寫著：「小事不做，大事難成」。她把捐出僕滿的內容當作小事來看，她的大目標是要替馬場募款一百萬元！



過年後第一個禮拜六，惠仔拿了她的紅包捐給馬場。她說，因爲還沒有賺錢的能力，所以只能用過節的紅包感謝大家的付出。

對我們來說，一方面不忍心拿兩位小女生的零用錢，一方面又不想讓

她們失望。她們願意這樣做，表示馬場對她們來說非常重要的。她們願意拿出她們唯有的錢，是希望馬場可以一直繼續存在，帶給他們及其他的小朋友健康與快樂！她們的期待促使我們要更加努力，不要讓她們的希望落空。

2010 年 1-4 月捐款徵信

時間	日期	金額
099/01/04	張麗華	5,000.00
099/01/21	蕭美玲	20,000.00

099/01/23	郭子仁	20,000.00
099/01/23	張雅均	500.00
099/01/23	張瑜瀟	500.00
099/02/06	張麗華	5,000.00
099/02/06	柳茜蓉	1,000.00
099/02/06	許育菁	2,000.00
099/02/06	李明臻	1,000.00
099/03/03	鍾惠仔	3,000.00
099/03/05	李淑文	1,000.00
099/03/30	陳書慧	1,000.00
099/03/30	陳書璋	2,000.00
099/03/30	陳有良	400.00
099/03/30	彭錦鑫	1,000.00
099/03/30	汪仁安	6,000.00
099/03/30	陳咸臻	2,000.00
099/03/30	林坤聰	1,000.00
099/03/30	梁欣妮	1,000.00
099/03/30	李政達	5,000.00
099/03/30	張儷馨	2,000.00
099/03/30	陳科庭	1,000.00
099/03/30	胡沛晴	1,000.00
099/03/30	陳俊樺	1,000.00
099/03/30	張哲維	2,000.00
099/03/30	陳雪芬	1,000.00
099/03/30	劉慶昇	2,000.00
099/03/30	魏郁玲	1,000.00
099/03/30	許育齊	1,600.00
099/03/30	沈明朗	1,000.00
099/03/30	李明臻	1,000.00
099/03/30	李義宗	1,000.00
099/03/30	陳孟葳	1,000.00
099/03/30	陳俊銘	2,000.00
099/03/30	許育榕	2,000.00
099/03/30	林麗花	3,000.00
099/03/30	龍雲凡	1,000.00
099/03/30	龍顯盛	1,000.00
099/03/30	溫杏嬋	1,000.00

099/03/30	錢田章	2,000.00
099/03/30	蘇珮瑜	3,000.00
099/03/30	涂淑惠	1,000.00
099/03/30	涂清城	1,000.00
099/03/30	李晏青	1,000.00
099/04/09	健策精密工業股份有限公司	100,000.00
099/04/16	梁育承	20,000.00
099/04/21	億王龍車業有限公司	6,000.00
099/04/21	李孟釗	1,000.00
099/04/21	李昌翰	1,000.00
099/04/21	李蕙倩	1,000.00
099/04/21	簡黃守蔥	1,000.00
099/04/21	鄭鈺德	1,000.00
099/04/21	白如玉	1,000.00
099/04/21	李晏青	1,000.00
099/04/21	李國豪	3,000.00
099/04/21	黃大耀	3,000.00
099/04/23	曾鄭若娃	1,000.00
099/04/23	曾萬祥	1,000.00
099/04/23	曾淑娟	1,000.00
099/04/28	郭子仁	5,000.00
099/04/28	張麗華	10,000.00
	合計	270000

敬請支持參與台灣馬術治療中心

捐款專戶 帳號：006-50-009206-6 聯邦銀行中壢分行(803)

戶名：財團法人台灣省私立啓智技藝訓練中心

啓智技藝訓練中心電話：(03)4525864 台灣馬術治療中心電話：(03)4617912

傳真：(03)4513792 網站：www.thrct.org.tw

業務聯絡人：林嫻恬教練 電話：0936098115 uta@thrct.org.tw

張兆遠教練 電話：0937181576 thrct.alain@gmail.com