

## Reálná výpověď dospívající pacientky z Kosmonos:

*Už jako dítě jsem trávila veškerý svůj volný čas u koní, byli to jediné kamarádi, kterým jsem se mohla svěřovat se svými těžkostmi a vždy mě vyslechli. Je zvláštní, že jako dítě jsem měla dveře do koňského světa zcela otevřené, čím jsem byla starší, tak se ty dveře postupně zavíraly. Jednoho dne se zavřely zcela úplně, a to bylo v den kdy mou hlavu zcela ovládly psychické problémy. Jak jsem se snažila vnitřně bojovat se svými démony neviděla jsem nic, v mé hlavě nic nebylo, žádná radost ani štěstí.*

*Po uvážení s doktorkou jsem nastoupila na oddělení K20 v PN Kosmonosy, vyrovnávání se s tím, že jsem jiná mě dohánělo do ještě většího boje sama se sebou. Po zjištění, že máme terapie s koňmi jsem nemluvila o ničem jiném, a tak jsem se jednoho dne dostala na svoji první hiporehabilitaci. Pamatuji si, že začátky pro mě nebyly vůbec lehké. Vracelo se mi neustále období, kdy jsem byla šťastná a spokojená, teď jsem byla nešťastná a bez života. Nedokázala jsem koně pustit do svého srdce tolik, jak bych chtěla, nešlo to. Koňští terapeuti pro mě byli ale neustálou podporou, byli tam, když mi nebylo dobře a snažili se abych vnímala jejich teplo, jejich energii a klid. Společné dýchání na zádech si dodnes pamatuji, jako by to bylo včera. V mé hlavě nastal klid a ticho, po nekonečných bojích s vnitřními hlasy jsem měla čistou hlavu.*

*U mě proběhly celkem 3 hospitalizace. Vždy jsem utíkala na hiporehabilitace. Poslední hospitalizace v roce 2019 na mě měla největší vliv. Nejenom, že jsem bojovala s emočně nestabilní poruchou, ale ještě jsem potratila miminko a ta bolest byla obrovská. Můj život neměl směr a smysl, a tak jsem poprosila znovu o pomoc. Když bylo možné, trávila jsem u koní nejvíce času, moji největší láskou byl poník Elfík a teplokrevná kobyłka Britney. Elfíček se ode mě nechal mazlit, pusinkovat, naslouchal mi a já se tak smála a byla šťastná. S Britney jsme dokonce vyhrály pohár, poprvé v životě jsem něco vyhrála, a tak šťastná jsem byla, až jsem plakala.*

*A pak jsem si uvědomila, že se chci opět naplno vrátit ke koním se vším všudy. Být s nimi, smát se a plakat. A koně mi zase dali důvod se smát a žít. Celým svým srdcem budu navždy vděčná Hipocentru PN Kosmonosy, že mě vrátili zpátky do života, že mi vrátili chuť žít a radovat se.*

### **Eliška, 17 let**

(text je autentický, z důvodu zachování soukromí pacientky jsme museli změnit jméno)