

## **Teorija in koncept »Alfaterapije«**

### **Kaj je Alfaterapija?**

Alfaterapija je terapevtski koncept s poudarjeno soudeležbo delfinov, ki temelji na sodobnih znanstvenih dognanjih učinkov bližnjih srečanj z njimi, kot sta »Alfa stanje« in »harmonizacija možganskih hemisfer«, ter na terapevtskem modelu, ki omogoča smotern izkoristek tega posebnega stanja možganskega valovanja. To je gonilna moč, duh in znanost Alfaterapije, ki predstavlja popolnoma novo učno izkušnjo;

Gre za več, kot le za novo metodo. Gre za življensko filozofijo, način kako ustvariti stvarnem prostor, ki ga potrebujejo za svoj razvoj.

Alfaterapija je multimodalni (večnačinovni) terapevtski koncept, ki izkorišča/uporablja pozitivne učinke Alfa stanja, za pospešeno učenje na fizični, kognitivni, psihološki in socialni ravni.

Alfaterapija je kratkoročen terapevtski program, ki deluje na človeka kot (psihofizično) celoto, omogoča pa tudi treniranje/učenje specifičnih veščin/znanj.

Kombinacija terapij in okolja, v katerem se program izvaja, je ustvarjena posebej za spodbujanje in koristno/smoterno uporabo Alfa stanja.

### **Predstavitev:**

Alfaterapija je novost, tako glede uporabljanih terapij, kot tudi okoliščin/pogojev v katerih se posegi dogajajo..

Gre za prvi tovrsten terapevtski koncept, ki izkorišča Alfa stanje možganskega valovanja, na podlagi najsodobnejših neurofizioloških dognanj, poleg tega pa vključuje terapevtske metode, ki učinkujejo na vse različne nivoje človeka, na sistematičen način.

Jedro in osnova teh posegov je Alfa stanje, ki ga izzovemo/dosegamo in ohranjamo/vzdržujemo s pomočjo različnih tehnik.

Z uporabo (aplikacijo) posebnih učnih metod, ki ustrezajo Alfa stanju, dosežemo najboljše učinke in največji izkoristek.

## **Kaj je Alfa stanje?**

Da naši možgani obdelujejo informacije/podatke, so potrebni kemični in električni procesi. Električni prenos se godijo v obliki električnega valovanja različnih frekvenc in valovnih dolžin; Kot na morju se kratki in dolgi valovi pojavljajo hkrati.

Razločevanje, ugotavljanje in definiranje različnih stanj možganskega valovanja temelji na statističnem zbiranju valovnih dolžin znotraj danih kategorij, ki jih imenujemo alpha, beta, gamma in theta.

Kar se zgodi, ko se sprostimo in z uporabo dodatnih metod dosežemo Alfa stanje, je to, da počasni valovi, dolgih valovnih dolžin (Alfa valovi) prevladajo.

Ko pa smo pod stresom, prevladujejo hitri, kratki – beta valovi.

Blagodejni Alfa valovi, ki prevladujejo v Alfa stanju imajo nedvomen, zanesljiv pozitiven učinek na našo zavest, živčni sistem ter endokrini sistem.

V Alfa stanju so vrata zaznavanja («doors of perception») široko odprta, zato je stanje idealno za vnos informacij, ki se tako shranijo v obeh hemisferah človekovih možganov.

Le na ta način so informacije zavarovane pred izbrisom ali pozabljenjem, kot »funkcionalni možganski sistem«;

Podobno kot vožnja z biciklom: ko se je enkrat naučite, te sposobnosti ne morete več izgubiti.

V Alfa stanju sta obe hemisferi sinhronizirani, usklajeni, kar je zelo pomembna predpostavka uspešnega učenja.

Naslednji pomembni aspekt Alfa stanja je nenaporen dostop do naše podzavesti, kar je zelo dobrodošlo/zaželjeno pri psihoterapevtskih posegih.

To so glavni razlogi za visoko učinkovitost terapevtskih posegov v Alfa stanju.

## **Delfini in Alfa stanje:**

Znanstvene raziskave potrjujejo, da imajo ultrasonični (nadzvočni) glasovi, ki jih oddajajo delfini, različne učinke na človeške možgane:

»Posameznikova prevladujoča možganska frekvenca, po stiku z delfinom, znatno upade. Ob tem je pomembna tudi perioda medhemisferske sinhronizacije; Možganski valovi obeh hemisfer so v fazi (izmenični napetosti) ter podobnih frekvenc.«, pravi David Cole, »Aquathought foundation«, ki raziskuje učinke delfinov na ljudi.

Delfini za orientacijo in komunikacijo pod vodo uporabljajo sonar; Oddajajo ultrazvoke (ultrasonične zvoke), na zelo visokih frekvencah, okoli 150 kHz. Ob takšni frekvenci se sprošča zelo visoka energija. Če zvok teh frekvenc doseže sinapse v naših možganih, se pospeši cikel sproščanja neurotransmitrov, ki omogočajo prenos informacij/dražljajev.

To pa je zelo zaželjen učinek in točka, na kateri nastopi Alfaterapija: Koristno uporabiti to posebno stanje možganov, ki ga vzpostavi kontakt z delfinom.

Cole pravi: »Da bi razumeli dobljene rezultate teh raziskav, moramo nujno preučiti, v kakšnem odnosu so ti nevrološki podatki z evidentnimi terapevtskimi učinki. Spodbujeno Alfa stanje možganov, po izsledkih psihoneuroimunologije, med drugim ojača človekov imunski sistem.

Skozi tovrstna odkritja postaja evidentno, da kontakt z delfinom bistveno pospeši cikel izločanja možganskih neurotransmitrov. Iz tega ni težko zaključiti, da to učinkuje tudi na celoten endokrini sistem. To je rezultat zvočno-kemičnih (sonokemičnih) sprememb celic v živem tkivu.«

Iz vsega tega sledi, da delfini učinkujejo na človeške možgane zelo pozitivno, kar je moč uporabiti v intenzivnem terapevtskem postopku.

### **Alfaterapija v »Akvatoriju Jalta«:**

Izvajanje terapij vodi osebno g. Norbert Trmpisch, psiholog in osnovelec Alfaterapije. Terapevtske programe z udeležbo delfinov zelo uspešno izvaja na različnih lokacijah že več kot 5 let.

Je tudi raziskovalec in avtor študije o učinkovitosti Alfaterapije, ki bo v kratkem tudi javno objavljena.

Vsi programi se izvajajo v popolnoma novem delfinariju-akvatoriju v hribih nad Jalto, ki ustreza svetovnim standardom delfinarijev.

Objekt je dostopen za invalidske vozičke.

Delfini so najeti iz delfinarija St. Petersburg v Rusiji in so posebej izurjeni za terapevtske namene, predvsem v smislu njihove sposobnosti, da otroku svojo ultrazvočno pozornost posvečajo zelo dolgo časa.

Intenziven kontakt med otrokom in delfinom je zagotovljen!

Polotok Krim v črnem morju je ruska turistična destinacija št. 1 in je ponos Ukrajine. Seveda ima tudi zgodovinski pomen in je poln zgodovinskih znamenitosti. Čudovita pokrajina spominja na italijansko Toscano, prav tako tudi mila klima.

## **Pedagogika Alfaterapije:**

Kognitivna terapija je aplikacija Vygotsky-jeve kulturnozgodovinske teorije in teorije aktivnosti;

V luči teh teorij, ki temeljijo na odkritjih velikih ruskih psihologov Vygotsky-ja, Leontjew-a in Luria (ki je pozneje postal slavni ameriški neuroznanstvenik), so mentalne sposobnosti razumljene, kot funkcionalni možganski sistemi, ki delujejo v hierarhični strukturi, to so: senzomotorika, nižji in višji kognitivni procesi ter abstraktno mišljenje.

V primeru zaostalosti v mentalnem razvoju se določeni možganski sistemi ne razvijejo pravilno, zato tudi ne funkcionirajo pravilno, kar vpliva na celoten sistem, ki je sicer »zdrav«.

Po tej teoriji mora terapevt s testi ugotoviti kateri funkcionalni možganski sistemi so prizadeti, ter na podlagi te analize osnovati terapevtski načrt rekonstrukcije disfunkcionalnih možganskih sistemov, s pomočjo funkcionalnih.

V praksi se to izvaja z multi-stimulacijo vseh čutov/čutil skozi naloge, ki pomenijo izziv na določeni ravni zmožnosti.

Pomembno je, da vedno delamo na obeh možganskih hemisferah, saj je le znanje, ki je shranjeno v obeh hemisferah trajno in obstojno.

Pomembno vlogo v sistemu Alfaterapije ima aktiviranje kranosakralnega sistema (psihološki sistem, kot imamo še npr. kardiovaskularnega in respiratornega-dihalnega), ki pripravi fizične pogoje, okolje, v katerem možgani in hrbtenjača funkcionirajo in se razvijajo.

Tehnika blagih dotikov deluje z naravnimi in edinstvenimi ritmi naših različnih telesnih sistemov, za precizno določanje in odpravljanje izvorov problemov.

Za dopolnitev procesa naravnega zdravljenja telesa se preventivno vedno več uporablja CST (Kraniosakroterapija – »craniosacrotherapy«), zaradi svoje sposobnosti da podpira upiranje bolezni in širokega polja učinkovitosti pri zdravstvenih problemih, povezanih z bolečinami in disfunkcijami.

## **Nastanitev: Hotel Jalta:**

Hotel s svojo okolico nudi vsvojem gostom vse potrebno udobje; Sobe so dostopne z invalidskim vozičkom in klimatizirane.

Rezervacije so možne tudi preko vseh večjih potovalnih agencij.

### **Stroški:**

10 dni Alfaterapije s posebej treniranimi delfini, medicinska in psihološka oskrba, za 1 klienta ter spremljevalca. Prevozi med delfinarijem in hotelom. 30-40 terapevtskih seans v roku 10 dni.

**Cena: 4.800 €**

### **Dodatni stroški:**

Let in nastanitev: 800 €/osebo, z vseh večjih mest EU;  
Rezervacije možne v vaši lokalni potovalni agenciji.

### **Postopek prijave:**

Prosimo, kontaktirajte nas glede prostih mest v željenem terminu vaše udeležbe. Prosimo upoštevajte, da se skupine polnijo hitro, zato je dobro, da se oglasite takoj, ko se odločite za udeležbo, da bi vam lahko zagotovili željene datume. Po potrditvi termina izpolnite prijavnico in plačate 500 € akontacije. (V primeru, da udeležbo kasneje odpoveste, se ta akontacija ne vrača.) Potem rezervirate hotel in let v Simferopol, UKR.

Da bi vam izdelali ustrezen plan terapije, potrebujemo zdravstvene in psihološke podatke o klientu, ki jih moramo prejeti vsaj mesec dni pred začetkom terapije!

En mesec pred udeležbo mora biti plačan tudi preostanek stroškov. Prosimo, seznanite se tudi s pogoji preklica, ki so na naši spletni strani!

### **Pogoji udeležbe:**

Klient mora biti v primernem zdravstvenem stanju za udeležbo takšnega programa, ki neizogibno vključuje polet z avionom, visoke temperature (poleti) in plavanje v morski vodi.

Ni potrebno, da klient zna plavati sam, mora pa imeti poprejšnje izkušnje z vodo in ne sme imeti strahu pred velikimi živalmi.

Epilepsija ni ovira za udeležbo, vendar nas z njo seznanite ob prijavi, da lahko vnaprej zagotovimo še dodatne varnostne ukrepe za vašega otroka.

### **Kontakt: Alpha – Therapy:**

Mag. Norbert Trompisch  
Zollerg. 14/5a. Vienna. Austria

Tel: 0043 19257885

Mobilec: +43 6763063857

Internet: [www.dolphinswim.net](http://www.dolphinswim.net)

e-mail: [office@dolphinswim.net](mailto:office@dolphinswim.net)

**Prisrčno vabljeni v družbo delfinov!**