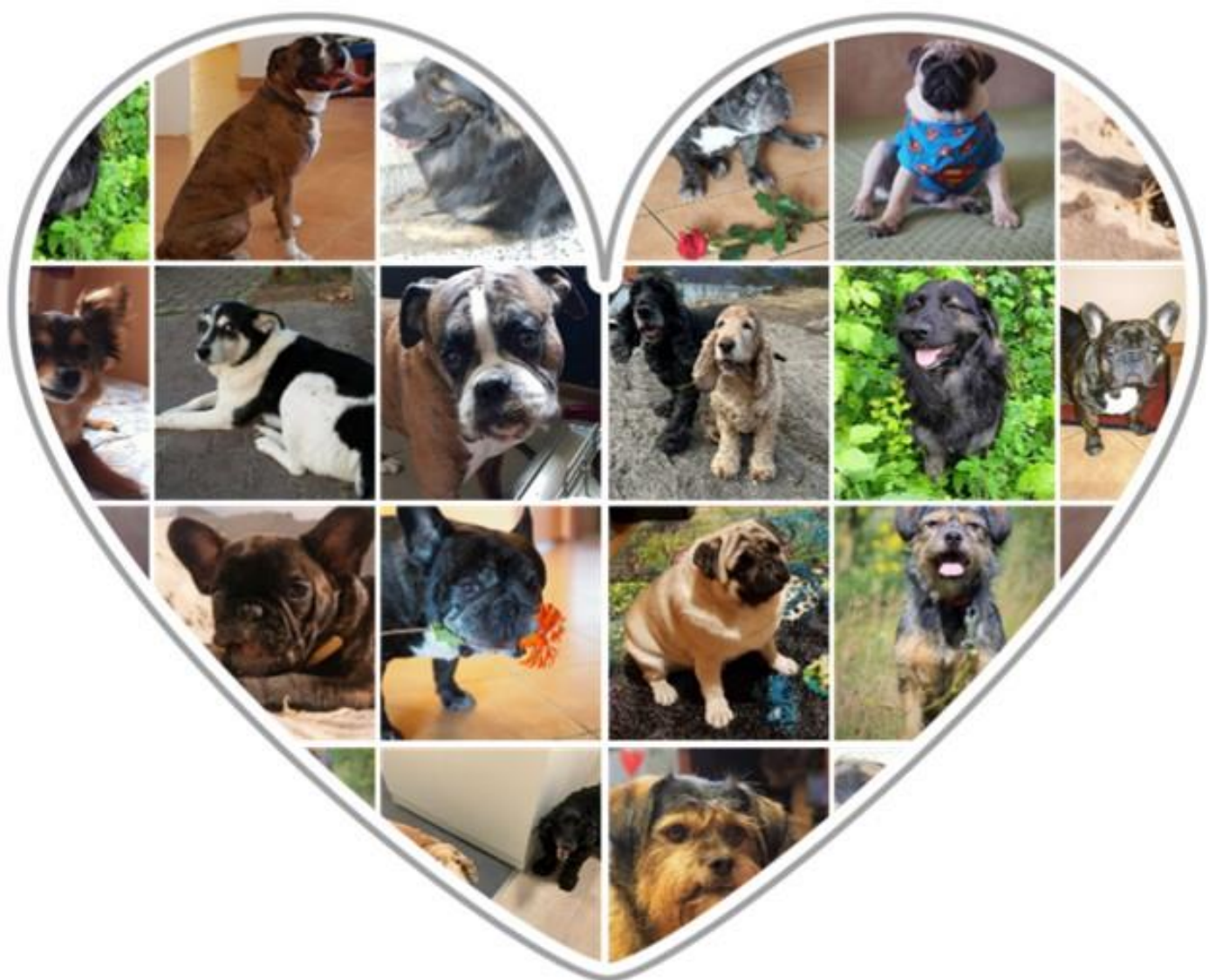


# Pies Przyjaciół Terapeuta



Renata Bociarska,  
Elżbieta Krajewska-Kułak,  
Agnieszka Kułak-Bejda,  
Andrzej Guzowski,  
Katarzyna van Damme-Ostapowicz



**PIES  
PRZYJACIEL I TERAPEUTA**



**Uniwersytet Medyczny w Białymstoku**



# **PIES PRZYJACIEL I TERAPETUA**

Mgr Renata Bociarska,  
Prof. dr hab. n. med. Elżbieta Krajewska-Kułak,  
Dr n. med. Agnieszka Kułak-Bejda,  
Dr n. o zdr. Andrzej Guzowski,  
Dr hab. n o zdr. Katarzyna van Damme-Ostapowicz

Białystok 2024

## **Recenzenci monografii**

**Dr hab. n. med. Bożena Okurowska-Zawada**

Klinika Rehabilitacji Dziecięcej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku  
z Ośrodkiem Wczesnej Pomocy Dzieciom Upośledzonym "Dać Szansę"

**Dr n. med. Anna Ślifirczyk**

Uniwersytet Przyrodniczo Humanistyczny w Siedlcach  
Wydział Nauk Medycznych i Nauk i Zdrowiu  
Instytut Nauk o Zdrowiu

**ISBN 978-83-68268-02-7**

Wydanie I  
Białystok 2024

Opracowanie graficzne: wykorzystano zdjęcia pupili autorów książki

Druk:  
RobotA Piotr Duchnowski, Zaścianki 6, 15-521 Zaścianki

## **AUTORZY**

### **Mgr Renata Bociarska,**

Absolwentka kierunku Pielęgniarstwo, Wydział Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

### **Prof. dr hab. n. med. Elżbieta Krajewska-Kulak**

Zakład Zintegrowanej Opieki Medycznej, Wydział Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

### **Dr n. med. Agnieszka Kulak-Bejda**

Klinika Psychiatrii, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku

### **Dr n. o zdr. Andrzej Guzowski,**

Zakład Zintegrowanej Opieki Medycznej, Wydział Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

### **Dr hab. n o zdr. Katarzyna van Damme-Ostapowicz**

Western Norway University of Applied Sciences, Faculty of Health and Social Sciences, Førde, Norway





*Monografię poświęcamy naszym czworonożnym Przyjacielom,  
których już z nami nie ma –  
Buni, Stelli, Bronkowi, Ugusiowi i Elmuszkowi  
oraz  
tym którzy cały czas są jeszcze obok nas  
Luli, Buniowi, Duvelowi i Batmanowi....*



## ZAMIAST WSTĘPU

**Elżbieta Krajewska-Kulak**

### **Pamięci Ugo**

Spełnione marzenie z dzieciństwa  
Kłębuszek radości  
Witający po przyjeździe do domu  
Cichy słuchacz wyszeptanych problemów  
Wiernie czeka na mnie na Tęczowym Moście  
Może odnalazł tam mojego Tatę  
Może razem bawią się na niebieskiej łące....



### **Pamięci Elmo**

Kłębuszek szczęścia  
Źródło niegasnącej energii  
Mydlane oczy przepełnione miłością  
Wielka dusza i ogromne szczęście  
Więcej niż niejeden człowiek  
Nauczyciel wierności  
Balsam do leczenia wszystkich ran





# SPIS TREŚCI

## WPROWADZENIE

9

Relacje człowiek – pies na przestrzeni wieków	11
Etapy rozwoju psa	20
Rola psa w rodzinie	27
Rola zabawy w życiu psa	33
Pies przewodnik, asystujący i terapeutyczny	37
Wybrane aspekty wpływu kontaktu z psem na układ immunologiczny	43
Wybrane aspekty wpływu kontaktu z psem na układ hormonalny	47
Wybrane aspekty wpływu psa na rozwój dzieci	50
Rola psa w pracy pedagoga i psychopedagoga – wybrane aspekty	58
Wpływ kontaktu z psem na sprawność fizyczną – wybrane aspekty	62
Wpływ kontaktu z psem na kondycję psychiczną -wybrane aspekty	66
Czy psy coś czują?	69

## DOGOTERAPIA – WYBRANE ASPEKTY TEORETYCZNE

101

Wstęp	103
Definicja	106
Wybrane fakty z historii rozwoju dogoterapii	109
Rodzaje terapii	111
Wpływ dogoterapii na psychikę psa	117
Ogólne korzyści z dogoterapii	120
Wskazania do dogoterapii	123
Przeciwwskazania do dogoterapii	125

## DOGOTERAPIA – WYBRANE ASPEKTY PRAKTYCZNE

127

Dogoterapia a spectrum autyzmu	129
Dogoterapia a niepełnosprawność intelektualna	138
Dogoterapia u dzieci niedostosowanych społecznie z zaburzeniami zachowania	141
Dogoterapia w chorobach uwarunkowanych genetycznie	146

Dogoterapia w zespołach z uszkodzeniami ośrodkowego układu nerwowego	150
Dogoterapia w psychiatrii	153
Dogoterapia a choroby układu sercowo-naczyniowego	167
Dogoterapia w niepełnosprawności, fizjoterapii/rehabilitacji	170
Dogoterapia w gerontologii	176
Dogoterapia w onkologii/opiece paliatywnej	182
Dogoterapia w resocjalizacji	188
Pies w biurze	193

## **BADANIA WŁASNE** **204**

Rola terapeutyczna psa w opinii personelu medycznego	206
Wykorzystanie dogoterapii u dzieci z autyzmem	216
Wpływ psa na samopoczucie wolontariuszy schroniska	236
Rola terapeutyczna psa w przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowej	241
Żałoba po stracie psa	253
Covid-19 a rola psa	260
Opinie na temat prowadzenia eksperymentów na zwierzętach	265
Terapeutyczny udział psa w sytuacji doświadczenia przemocy	271

## **PODSUMOWANIE** **278**

Dogoterapia podsumowanie	280
Psie święta	284
Aneks	285

# WPROWADZENIE









## RELACJE CZŁOWIEK - PIES NA PRZESTRZENI WIEKÓW

*Psu jest wszystko jedno, czy jesteś biedny, czy bogaty,  
wykształcony czy analfabeta, mądry czy głupi.*

*Daj mu serce, a on odda ci swoje*

*John Brogan*

Zwierzęta i człowiek stanowią od dawna integralną całość, a z biegiem lat stosunek człowieka do zwierząt ulegał zmianie, nie tylko w aspekcie filozoficznym, etycznym, ekologicznym, ale także w kwestii odchodzenia od ich przedmiotowego traktowania na rzecz współdziałania z nimi, osvajania i udomowiania (domestykacji) [1-3].

Według Grabowskiej [4] „relacja człowiek – zwierzę była zawsze relacją asymetryczną, bowiem dominowało stanowisko, które przyznawało człowiekowi uprzywilejowaną pozycję i prawo do wykorzystywania innych gatunków dla własnych celów”. Autorka podkreśla, że dopiero w latach 60. XX w. rozpoczęto debatę na temat zasadniczej zmiany stosunku do zwierząt [4].

Szacuje się, że wspólna historia psa i człowieka rozpoczęła się około 16. tysięcy lat temu [5]. Informacje na temat roli jaką psy odgrywały w życiu ludzi odnaleziono już w napisach klinowych Mezopotamii, które datuje się na 4000 lat p.n.e. W starożytnej Mezopotamii był z jednej strony uznawany za atrybut bogini Guli (bogini zdrowia), a z drugiej wskazywano na związki psów z demonem Lamasztu (sprawcą wszelakich chorób oraz śmierci) [6]. Natomiast najstarsze zachowane szczątki pochodzą sprzed 12 000 lat p.n.e. [7].

Proces udomowienia (domestykacji) zwierząt, polegający na przekształceniu cech morfologicznych, fizjologicznych, rozwojowych i psychicznych zwierzęcia pod wpływem długotrwałego, wielopokoleniowego oddziaływania człowieka, miał na celu utrwalenie zachowań korzystnych z punktu widzenia zaspokajania ludzkich potrzeb [8]. Najstarsze ślady powyższego datowane są na 17–12 tys. lat [9].

O psie najdawniejsze informacje, za Filipczak [10], pochodzą z kultury sumeryjskiej, gdzie w odniesieniu do niego używano słowa „ur”, które z odpowiednim dookreśleniem służyło także do nazywania innych zwierząt podobnych do psa – np. wydrę nazywali psem wodnym, a borsuka – psem ziemnym. Słowo „pies” w języku Sumerów często było używane w zaklęciach, natomiast bardzo rzadko stanowiło wyzwisko [10]. Motyw psa pojawił się w eposie sumeryjskim o pasterzu Dumuzim, którego kochała bogini Inana. Jego towarzyszem

był czarny pies, który to kolor (jak wierzono), zwiastował nieszczęście [10-14].

Z okresu panowania króla Sanheriba (ok. 7000 lat p.n.e.) zachowały się ciekawe inskrypcje asyryjskie. Jeden z napisów porównuje wychowanie syna królewskiego do wychowania młodego psa, w innym – znajduje się opis znieważenia wziętego do niewoli króla arabskiego Uniti przez nałożenie mu psiej obroży na szyję [10-14].

Motyw psa często wykorzystywano także przy tworzeniu wizerunków bogów (np. bogini uzdrawiania i opiekunki lekarzy, Gulu) [10-14].

Za panowania Asyryjczyków i Babilończyków w wyższych warstwach zaistniała moda na polowania, co spowodowało wzrost rangi psa [10-14]

Babilończycy wierzyli z jednej strony, że bezpańskie psy to siedlisko duchów poległych wojowników, a z drugiej – że ich postać mogą przybierać demony sprowadzające na ludzi choroby. W związku z tym unikano ich i zabezpieczano się przed nimi za pomocą amuletów [10-14]. Psią ślinę natomiast używano jako lekarstwo, a gliniane posążki psów - w obrzędach magicznych [10].

W religiach Dalekiego Wschodu, chociaż zwierzęta zawsze miały wysoką pozycję i czyniło to zwierzę krewniakiem człowieka w kolejnych wcieleniach, to z racji wiary w reinkarnację i wieczną wędrówkę dusz - pies i świnia byli ulokowani bardzo nisko w hierarchii, a za najmądrzejsze zwierzę uznawano słońca [10-14].

W Upaniszadach (najpóźniejsze, bo pochodzące z VIII–III w. p.n.e., teksty, należące do wedyjskiego objawienia o treści religijno-filozoficznej) napisano, że przybranie w kolejnym wcieleniu postaci psa, świni lub niewolnika, jest karą za grzechy [13].

Szczególnym szacunkiem cieszył się pies u starożytnych Persów, gdzie wierzono, że strzeże on drogi prowadzącej ludzi na tamten świat [10]. W związku z tym przyprowadzano psa do umierającego, by jego spojrzenie w psie oczy odstraszało złe zjawy, przeszkadzające w wędrówce w zaświaty. Do ostatniej posługi wybierane było zwierzę „mające nad oczami wyraźne guzy pokryte sierścią innego koloru, przypominające do złudzenia drugą parę oczu (źródło owej magicznej siły zdolnej odpędzać złe duchy)”. Te starożytne wierzenia zachowały się wśród niektórych Irańczyków do dziś [10].

W religii staroegipskiej Bóg zmarłych i patron balsamistów zwłok, ukazywany był jako czarny człowiek z głową psa bądź szakala, ze szpiczastym pyskiem oraz sterczącymi uszami. Wierzono, że przyjdzie on zmarłemu z pomocą podczas sądu pozagrobowego [10,14].

Pies odgrywał w starożytnym Egipcie olbrzymią rolę i w zachowanych tekstach egipskich można odnaleźć ok. 70 psich imion, jak Szybkonóżka, Pięknołówek, Dobry Stróż.

W Górnym Egipcie dokonano nawet zmiany nazwy miasta Kесе na Psie Miasto (greckie Kynopolis). Dużą popularnością cieszyły się charty (najdawniejsze wizerunki na ścianach egipskich pałaców i grobowców sprzed 5000 lat), które wykorzystywano do polowań na antylopy i strusie oraz jamniki [10,14].

W starożytnej Grecji psy, gdy na to zasłużyły np. pilnowaniem świątyni, mogły uzyskać specjalną opiekę i dobry wikt na koszt państwa [10,15]. Uczestniczyły w polowaniach, stawały się przewodnikami żebraków i ułatwiały kobietom opiekę nad dziećmi. Psy bogatych właścicieli grzebano z przepychem, stawiano im pomniki (np. na wyspie Salamina w Zatoce Saronickiej). Z kolei w mitologii greckiej trójgłowemu psu Cerberowi przypisano rolę pomocnika Hadesa, władcy ciemności. Ortros (Orthrus), dwugłowy pies w greckiej mitologii, strzegł bydła Geriona. Był potomkiem Echidny i Tyfona, bratem Cerbera oraz ojcem Sfinksa i lwa nemejskiego. Jego pierwszym właścicielem był tytan Atlas, który później przekazał go olbrzymowi Gerionowi. Ortros pomagał Eurytionowi w utrzymywaniu i wypasaniu stad Geriona na wyspie Erytii. Został zabity przez Heraklesa podczas wykonywania jego dziesiątej pracy dotyczącej porwania trzody Geriona [10,15].

Pies w starożytnym Rzymie spełniał także ważną funkcję stróża mienia (wartownika na Kapitolu) i pomocnika pasterzy, dostarczał także rozrywki widzom w cyrkach (głównie odmiana molosów), walcząc z innymi zwierzętami [10,16]. Jednakże podczas świąt przeznaczano czasami psy na ofiary. Istniał też okrutny zwyczaj „przybijania co roku zwierzęcia do krzyża za karę, iż jego przodkowie, tak jak słynne gęsi kapitoliańskie, nie ostrzegli Rzymian przed atakiem Gallów” [10]. Obecność psa sygnalizowano napisem *cave canem* („strzeż się psa), któremu często towarzyszył wizerunek czworonoga. Panował także zwyczaj stawiania psom nagrobków [10,16].

Na potencjalne zdolności psa zwracał ludziom uwagę Pliniusz Starszy, a Cynceron na te cechy, które czynią z niego idealnego towarzysza człowieka (czujność i wierność wobec pana, szybkość w polowaniu, odwaga i zażartość w walce) [10,16].

Katon Starszy (słynny wódz rzymski) dużo mówił o metodach przyuczenia psa do roli stróża, Columelli (I w.) opisał różne rasy psów, dając też praktyczne wskazówki dotyczące ich hodowli i pielęgnacji [10,16].

Rzymianie rozróżniali następujące typy psów: stróżujący, myśliwski, luksusowy (pokojowy), bojowy i pasterski [16]. Pies stróżujący powinien być maści czarnej, raczej dużego wzrostu oraz mieć donośny i przerażający głos. W opinii Columella pies wartowniczy, z racji tego, że ma odstraszać potencjalnego złodzieja, powinien mieć przerażający wygląd, groźną postawę, sierść czarną (w dzień daje zwierzęciu odstraszący

wygląd, a w nocy czyni go niewidocznym dla nieproszonych gości) [16].

Niestety, podczas starego rzymskiego święta (luperkaliów), obchodzonego w jaskini *Lupercal* na Palatynie (gdzie według legendy bliźniacy Romulus i Remus byli karmieni przez wilczycę) symbolicznie karano psy za gnuśność i brak czujności [16].

W czasach Pliniusza (I w. n.e.) podkreślano psią wierność i czujność oraz przytaczano wiele przykładów obrony życia pana przez wierne zwierzę. Według niego pies charakteryzuje się następującymi cechami [16]:

- „zawsze poznaje swego pana niezależnie od okoliczności i przebrania;
- rozpoznaje swoje imię i głosy domowników;
- pamięta drogę, którą przebył, nawet wtedy, gdy była bardzo długa;
- ma ogólnie dobrą pamięć – pamięta osoby, które go skrzywdziły i te, które dla niego były dobre;
- przed atakującym psem nie należy uciekać, ponieważ wprawia go to w jeszcze większe podniecenie;
- posiada on bardzo dobry węch, który można wykorzystać w polowaniu”.

W średniowieczu psa uznawano za symbol wierności i oddania [6].

Z kolei Indianie południowoamerykańscy znali psa już w czasach poprzedzających wyprawę Kolumba, a nazwy na jego określenie są prawie we wszystkich dialektach indiańskich (ich liczba przekracza 80) [10].

Znaczenie psa wzrastało dopiero po śmierci, ponieważ wierzono, że jego duch obdarzony jest wielką mocą i np. w tropikalnych dżunglach Ameryki Południowej modlono się do tych zwierząt o pozbycie się pasożytów w jelitach [10].

Plemię Taulipag wierzyło, że psy prowadzą dusze zmarłych do wieczystej krainy i decydują, kto się tam dostanie [10].

W Afryce, np. u niektórych plemion zamieszkujących kotlinę Konga wałęsają się po wsi psy bezpańskie, inne plemiona jedzą je, czasami męcząc je przed śmiercią, aby podnieść smak mięsa, zaś wyżsi dostojnicy często hodują psy myśliwskie [10].

U plemienia Owambo pies jest składany na ofiarę, a psie mięso podawane chorym, co ma przynieść ulgę w cierpieniu [10].

Plemię Loango, bardzo ceniące psy myśliwskie, urządza im pogrzeby, a okres polowań rozpoczyna od uczczenia pamięci zmarłych psów i złożenia im ofiary, najczęściej z kozy [10]. Także plemię Bateru otacza psy myśliwskie sympatią i opieką [10].

Eskimosi wierzyli, że wędrujące dusze mogą czasami przybierać postać zwierzęcą

[10]. W czasach, kiedy powstawały pierwsze prace o mieszkańcach Grenlandii autorstwa Hansa Povelsona Egede (1686–1758), panował zwyczaj układania, obok grobów małych dzieci, psich głów, aby ułatwić dzieciom, niemającym jeszcze rozumu, odnalezienie krainy zmarłych. Eskimosi przypisywali także psom udział w powstaniu białego człowieka – „uważali, że byli pierwszymi ludźmi zamieszkującymi ziemię i ten stan trwał do momentu, gdy pies pojął za żonę eskimoską dziewczynę; dzieci, które wydała na świat, wzbudziły w niej taką niechęć, że wystąpiła je daleko za morze, gdzie stały się prarodzicami białych ludzi” [10].

W południowo-zachodniej części Ameryki Północnej wkładano psom do grobów kości, zabarwione niekiedy na czerwono [10].

W wykopaliskach cmentarnych w Ancon (koło Limy) stwierdzono, że psy były układane w poprzek przed ludzkimi ciałami. Czasami urządzano psom normalne pogrzeby. W państwie Inków występowały trzy rasy psów, wykorzystywanych w pasterstwie i stróżowaniu, których potomkowie żyją do dziś w Andach [10].

W IX stuleciu Karol Wielki psa wybrał za narzędzie szczególnie hańbiącej kary tzw. kynoforii, polegającej na obowiązku przeniesienia na własnych plecach żywego psa z jednej niemieckiej prowincji do drugiej [17].

W Niemczech od XI do XII w. (okres panowania frankońskich cesarzy i Staufów) psy z jednej strony były używane do polowań, a z drugiej były symbolem czegoś nikczemnego, godnego pogardy [10].

W XVIII wieku w Anglii psy były rozpieszczane głównie przez damy z towarzystwa, a we Francji król wydał zakaz posiadania „niepotrzebnych psów” [10].

W Iraku psy są tolerowane jedynie na skraju obszarów pustynnych [10].

Ciekawą populację psów stanowiła grupa pariasów, powszechna już w starożytności, np. w Babilonii, Grecji i Egipcie, czyli bezdomnych, włóczących się zwierząt, żywiących się odpadkami i padliną, przez co oddawały ludności miasta nieocenione usługi. Niestety w miarę upływu czasu stały się prawdziwą plagą [10].

W roku 1910 bezpańskie psy były wyłapane i wywiezione na skalistą, bezludną wyspę Oksia na morzu Marmara, przez co zostały skazane na śmierć głodową [10].

W latach 30. półdzikie psy rozpowszechniły się również w Chinach oraz we wszystkich krajach Starego Świata. Pojawiły się również w Starym Testamencie [10]. Badania genetyczne przeprowadzone przez Adama Boyko i współpracowników z Uniwersytetu Cornell w USA, opublikowane w magazynie „Proceedings of the National Academy of Sciences”, sugerują, że psy pochodzą z Afryki, wraz z przodkami człowieka,

a nie jak dotąd sądzono z Azji. Naukowcy przebadali 318. psów z Afryki, 16. z Puerto-Rico, 102. z USA i kilkadziesiąt z innych stron świata i stwierdzili, że genom afrykański jest równie rozprzestrzeniony wśród psów jak genom azjatycki, podali tym samym w wątpliwość teorię o azjatyckim pochodzeniu psa [18].

Początki udomowienia psa, za Verginelli i wsp. [19] szacuje się na ok. 17-12 tys. lat, był on używany przez myśliwych z Syberii, pojawia się też w Palestynie oraz w Iraku. Do najstarszych ośrodków udomowienia psa zalicza się obszary Europy, gdzie znaleziono najstarsze szczątki tego zwierzęcia, czyli rejony Danii, Niemiec i Anglii, a także odkrycia z okolic Izraela, Iranu, Japonii, czy Turcji. Odkryto także, że na terenach Idaho, w Stanach Zjednoczonych, 10000 lat temu także żył przedstawiciel psa domowego. Prace archeologiczne prowadzone w jaskini *Goyet* na terenie Belgii odkryły pozostałości szkieletu psa pochodzące sprzed 31. tysięcy lat, co weryfikuje dotychczasowe poglądy na temat czasu i miejsca udomowienia psa i wskazuje ludzi z kultury orygniackiej jako pierwszych hodowców tych zwierząt, wykorzystywanych do transportowania zwierzyny łownej oraz do jej wytropienia. Analiza izotopowa pozostałości kostnych pozwala określić z pewnym prawdopodobieństwem, że pierwsze udomowione psy wyglądem były zbliżone najbardziej do współczesnych husky syberyjskich, były jednak od nich większe [20].

Althaus, za [21] wyróżnił cztery fazy w procesie domestykacji psa:

- symbiozy, w której zarówno wilk (odpadki żywieniowe) jak i człowiek (czujność wilka ostrzegająca przed zbliżającym się niebezpieczeństwem) czerpią korzyści z współistnienia.
- zacieśnienia więzów z człowiekiem, stopniowe blokowanie dostępu do zwierząt dziko żyjących.
- świadomej selekcji hodowlanej na potrzeby człowieka.
- hodowli psa ze względu na jego eksterier.

W Polsce, za Kryspin [22] najstarszą pozostałością psa domowego jest czaszka odkryta w okolicach Sandomierza, datowana na ok. 4 tysiące lat p.n.e. Znaleziono tam także grób z 1700 roku p.n.e., w którym pochowano człowieka z pięcioma psami, prawdopodobnie członka starszyny rodowej. Wykopaliska szczątków psów pochodzące z okolic Opola dostarczają informacji o dwóch psach hodowanych- pierwszy o większym psie, o typie wyglądem zbliżonym do wilka, a drugim - typie mniejszym, zbliżonym do szpica [22].

W okresie średniowiecza na ziemiach polskich najliczniej psy (charty, ogary, wyżły i brytany) wykorzystywano do polowań na grubego zwierza [22]. Przywilej polowania oraz trzymania psów wyznaczonych do tego zadania przypadał jedynie królom i możnowładcom,

ale także opatom oraz biskupom. Później psy hodowała również szlachta ziemiańska, w celu polowań na drobną zwierzynę. Wraz ze spadkiem liczebności zwierzyny leśnej oraz z nasileniem się karczowania coraz większych połaci lasu zaczęto rezygnować z hodowli brytanów i ograniczać liczbę chartów i ogarów. Na terenach nizinnych od XVI wieku trzymano łagodne psy strzegące stad owiec [22].

Odkąd rozpoczął się proces udomowienia psa pies pełnił przede wszystkim w świecie ludzkim funkcję użytkową. Pomagał w polowaniu, tropiąc i płosząc zwierzynę. Pilnował i zganiał zwierzęta gospodarcze – owce czy bydło. Ponadto pomagał handlarzom, ciągnąc zaprzęgi z ciężkimi ładunkami. Nie można też nie wspomnieć o tym, że teriery wykorzystywane były do łapania szczurów w miastach. Obecnie pies jest przede wszystkim przyjacielem człowieka i nieodłącznym członkiem grup społecznych. Pracuje też w wojsku czy policji, pełniąc tam funkcje obronne lub tropiące. Są dziedziny, w których pomoc psa jest nie do zastąpienia, np. poszukiwanie ludzi w zawałonych budynkach, wykrywanie narkotyków czy ładunków wybuchowych. Można go również spotkać na ulicach, w charakterze przewodników osób niewidomych. Ponadto wykorzystuje się go jako wsparcie terapeutyczne (kynoterapia lub dogoterapia) w leczeniu różnych schorzeń [23].

Istnieje pewna specyficzna relacja człowieka z psem, u której podstaw niekoniecznie leży czerpanie namacalnych korzyści, ale zaspokojenie ludzkiej potrzeby tworzenia więzi. Psy domowe rozwinęły zdolność współpracy i zaufanie wobec człowieka, bez trudu odczytują ludzkie gesty, rozpoznają komendy słowne, są podatne na sugestie, zdolne do empatii i tworzenia więzi z człowiekiem [24].

Próby usystematyzowania sposobów oddziaływania psów na człowieka doprowadziły do wyróżnienia kilku mechanizmów:

- afektywnego – opartego na uczuciach rodzących się pomiędzy człowiekiem a psem
- stymulacji psychologicznej – interakcji z psem stymulującej zachowania społeczne oraz funkcje poznawcze
- rekreacyjnego – zabawa z psem to powód do radości i śmiechu, co jest szczególnie ważne dla osób cierpiących z powodu izolacji i niskiej samooceny; ponadto, zabawa ze zwierzęciem wymaga ruchu, jest zatem doskonałym ćwiczeniem fizycznym
- psychosomatycznego – wymienione wcześniej mechanizmy (afektywny, psychologiczny i rekreacyjny) niosą implikacje psychosomatyczne, co wynika z faktu, że liczne schorzenia somatyczne mają komponentę psychiczną;
- fizycznego – ważnym elementem w kontaktach jest komponent fizyczny, gdzie ruch



w towarzystwie zwierzęcia odgrywa kluczową rolę;

- skojarzonego – w kontakcie ze zwierzęciem często rolę odgrywa jednocześnie kilka spośród wymienionych powyżej mechanizmów

Poza subiektywnymi odczuciami poprawy stanu zdrowia psychicznego i fizycznego wykazano liczne biologiczne korzyści wynikające z kontaktów ze zwierzętami [24, 25, 26].

### PIŚMIENNICTWO

1. Cutt H., Giles-Corti B., Knuiaman M., Timpero A., Bull F.: Understanding dog owners' increased levels of physical activity: results from RESIDE, *The American Journal of Public Health*, 2008, 98(1), 66–69.
2. McConnell A.R., Brown Ch.M., Stayton L.E., Shoda T.M., Martin C.E.: Friends With Benefits: On the Positive Consequences of Pet Ownership, *Journal of Personality and Social Psychology*, 2011, 101(6), 1239–1252.
3. Połomski P.: Zwierzę w rodzinie a przystosowanie, *Małżeństwo i Rodzina*, 2003, 8, 29–31.
4. Grabowska B.: Zmiany relacji człowiek – zwierzę, czyli cena postępu, *Kultura i Wartości*, 2014, 2(10), 105–120.
5. Savolainen P., Zhang Y., Luo J. et al. Genetic evidence for an East Asian origin of domestic dogs. *Science*, 2002, 298(5598), 1610–1613.
6. Allen K., Blascovich J., Mendes W.: Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosom. Med.*, 2002, 64, 727-739
7. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A. Dogoterapia – historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej. *Medycyna Paliatywna w Praktyce* 2014, 8(4), 163–167.
8. Grandgeorge M., Hausberger M. Human-animal relationships: from daily life to animal-assisted therapies. *Annali dell' Istituto superiore di sanita* 2011, 47, 397–408.
9. Verginelli F., Capelli C., Coia V. et al.: Mitochondrial DNA from Prehistoric Canids Highlights Relationships Between Dogs and South-East European Wolves, *Molecular Biology and Evolution*, 2005, 22(12), 2541–2551.
10. Filipczak K.: Pies w życiu i wierzeniach naszych przodków, *Dwumiesięcznik ZKwP PIES*, 2000, 1(279).
11. Pawleta M.: Pies w świecie człowieka przeszłości, *Czas Kultury*, 2002, 1.
12. Plis K., Stojak J.: Proces domestykacji psa: próba rozwikłania zagadki udomowienia,

- Kosmos, Seria A, Biologia, 2019, 68(1), 65–73.
13. Kudelska M.: Upaniszady. Zaranie myśli indyjskiej, PAN Oddz. w Krakowie, Kraków, 2004.
  14. Černý J.: Religia starożytnych Egipcjan, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa, 1974.
  15. Day L.P.: Dog Burials in the Greek World, *AJA*, 1984, 88(1), 21–32.
  16. Bardel M.: Bestiarium Pliniusza, czyli o relacji ludzi i zwierząt w starożytnym Rzymie, *Miesięcznik Znak*, 2008, 637.
  17. Bauer H.: Z psem przez stulecia, Wiedza Powszechna, Warszawa, 1968.
  18. Boyko A.R. , Boyko R.H., Boyko C.M. et al. Complex population structure in African village dogs and its implications for inferring dog domestication history. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2009, 18, 106(33), 13903–13908.
  19. Verginelli V., Capelli C., Coia V. et al. Mitochondrial DNA from Prehistoric Canids Highlights Relationships Between Dogs and South-East European Wolves. *Mol. Biol. Evol.* 2005, 22(12), 2541–2551.
  20. Dwa razy dłuższa historia psa, *Rzeczpospolita*, 22 października 2008, A21, numer 248 (8149)
  21. [https://szkolnictwo.pl/szukaj,Pies\\_domowy](https://szkolnictwo.pl/szukaj,Pies_domowy), data pobrania 09.08.2024.
  22. Kryspin M. R. Historia psa i kynologii [w:] *Psy rasowe w Polsce*, Borkowski T., Frankiewicz E., Kryspin M.R., Lutyński W., Ratajczak G., Rozłubirski E., Staniszevska-Borkowska J., Szymankiewicz M. (red.), 1989: 12-13.
  23. <https://johndog.pl/blog/zdrowie/etapy-dojrzewania-i-rozwoju-psa-od-szczenia-ka>, data pobrania 09.08.2024.
  24. Grandgeorge M, Hausberger M. Human-animal relationships: from daily life to animal-assisted therapies. *Annali dell' Istituto superiore di sanita* 2011, 47, 397-408.
  25. De Rose P., Cannas E., Cantiello P.R. Donkey-assisted rehabilitation program for children: a pilot study. *Annali dell' Istituto superiore di sanita*. 2011, 47, 391–39;
  26. Ballarini G. Pet Therapy. *Acta Bio Medica*, 2003, 74, 97-100.

### ETAPY ROZWOJU PSA

*Jedynymi stworzeniami, które ewoluowały na tyle,  
by przekazać czystą miłość są psy i niemowlęta*

*Johnny Depp*

Znajomość i respektowanie zasad rozwoju psiej psychiki, za Klosiński [1] pozwala na właściwe ułożenie relacji człowiek-pies już od chwili pojawienia się w domu małego i rozkosznego szczeniaczka.

Pies domowy (*Canis lupus familiaris*) to potomek mięsożernych ssaków drapieżnych, (*Carnivora*), pochodzących z ery kenozoicznej, czyli sprzed około 55. milionów lat [2].

W przebiegu ewolucji drapieżne ssaki mięsożerne wykształciły wiele różniących je gatunkowo cech, przystosowujących ich do zmieniających się warunków środowiskowych [2].

Mniej więcej do ukończenia 4. miesiący poszczególne etapy rozwoju psów różnych ras pokrywają się. Później pojawiają się pewne różnice zależne od rasy i wielkości psa. Zasadą jest, że psy małych ras wchodzą w poszczególne fazy szybciej niż psy ras dużych [1,3,4]:

- Okres prenatalny (58-68 tyg.
- Okres neonatalny (0–2 tygodni)
- Okres przejściowy (2–4 tygodni)
- Okres socjalizacji (4–12 tygodni)
- Okres młodzieńczy (12 tygodni – 7 miesięcy)
- Okres nastoletni (7–18 miesięcy)
- Okres dojrzewania płciowego (2 lata)
- Dorosłość (2,5–3)

#### **Etap noworodka - pierwsze 2 tygodnie życia**

Etap bardzo intensywnego kształtowania się zmysłów. Szczeniaki rodzą się ślepe, głuche, bezzębne i nie są w stanie utrzymać prawidłowej temperatury ciała. W związku z tym odczuwają stałą potrzebę wtulania się w matkę [1,3,4].

Ich węch od dnia narodzin jest dobrze rozwinięty więc używa rozwijających się zmysłów (szczególnie węchu) do poznawania otaczającego świata na drodze pozytywnych i negatywnych doświadczeń, np. dzięki temu bezbłędnie trafiają do sutków matki [1,3,4].

W tym okresie człowiek pachnie dla nich obco, lecz z każdym dniem szczenię przy-

zwyczajają się do nowych otaczających je zapachów. W związku z tym cały okres pierwszych dwóch tygodni szczeniaki spędzają z matką, którą doskonale znają, czują się bezpieczne. Suka ogrzewa je, myje i pielęgnuje. Główne czynności szczeniaka na tym etapie rozwoju to ssanie i spanie [1,3,4].

W tym okresie życia intensywnie rozwijają się wszystkie zmysły szczeniaka. Najczęściej pomiędzy 10 a 14 dniem następuje otwarcie szpar powiekowych. Widziany przez psa obraz na początku jest mocno rozmyty, a skala barw to głównie szarości, ale z każdym dniem szczeniak zaczyna lepiej dostrzegać kolory i kształty. Zaczynają także szczeniackowi rosnać zęby, w tym jako pierwsze pojawiają się mleczne siekacze (cęgi, średniaki i okrajki). Dodatkowo około drugiego tygodnia życia otwierają się kanały zewnętrzne uszu i pies zaczyna słyszeć pierwsze dźwięki. Szczeniak ma także więcej siły i jego pełzanie zaczyna coraz bardziej przypominać ruch czterokończynowy. Psiaki doskonale też rozpoznają już swoje rodzeństwo [1,3,4].

### **Etap psiej socjalizacji - od 3 do 7 tygodnia życia**

Okres socjalizacji można podzielić na dwa etapy. Pierwszy, między 4 a 8 tygodniem życia, to czas, gdy pies uczy się dogadywać i porozumiewać z innymi psami (swoją mamą i rodzeństwem). Suka uczy swój miot poprawnych zachowań, karcąc młode, gdy te ciągle się gryzą. Pies ma także coraz lepiej rozwinięte zmysły. Doskonale też kontroluje już swoje ciało, dzięki czemu jest gotowy zdobywać świat. Obraz staje się mniej rozmyty, kolory – ostrzejsze. Węch jest bardziej wyczulony, słuch wyostrzony, a szczenię bardzo szybko się uczy nowych komend i poleceń [1,3,4].

W tym okresie szczenięta zarówno wyglądem, jak i zachowaniem coraz bardziej przypominają dorosłe psy [1,3,4]. W zabawach używają ostrych mlecznych zębów, uczą się jak należy ugryźć aby zadać ból, a czując ugryzienia innych - dowiadują się czym jest zadany ból. Pod koniec tego etapu matki zaczynają odstawiać szczenięta od piersi. W tym etapie szczeniak uczy się jak przystosować się do życia wśród ludzi [1,3,4].

Na tym etapie każdy szczeniak ma już otwarte szpary powiekowe oraz zewnętrzne kanały słuchowe i zaczynają docierać do niego nowe, dotąd nieznanne bodźce. Staje się bardziej czujny oraz lepiej i baczniej obserwuje swoje środowisko (matkę, rodzeństwo oraz ludzi przebywających w pobliżu) [1,3,4].

Szczenię, obserwując matkę, naśladuje ją i uczy się podstawowych psich zachowań - czystości i pomału odchodzi od miejsca, w którym śpi, aby załatwiać swoje potrzeby. Bawi się także ze swoim rodzeństwem [1,3,4]. W tym okresie szczeniaki mogą już zacząć szczekać, a niektóre potrafią nawet wyć.

Następuję też duży postęp w rozwoju ich węchu, dzięki czemu psy porozumiewają się na spacerach (obwąchując nowo napotkanego kolegę odczytują wszystkie najważniejsze informacje na jego temat), a wachając napotkane odchody - odczytują sygnały i najczęściej pozostawiają także swój ślad (informację dla kolejnych psów) [1,3,4].

Szczeniaki zaczynają także w tym czasie wykazywać zainteresowanie psim pożywieniem i skradać się do miski suki [1,3,4].

Do 10. tygodnia życia pies powinien mieć już wykształcone wszystkie zęby mleczne. Jest ich 28. (14. w żuchwie oraz 14. w szczęce). Szczeniak nie ma zębów mlecznych trzonowych [1,3,4].

Blżej 12. tygodnia szczeniaki zaczynają przesypiać całą noc, a oddawanie moczu i kału zaczyna być bardziej regularne [1,3,4].

Okres między 5 a 7 miesiącem życia to okres wzmożonej lęklności u czworonoga. Szczeniak nagle reaguje strachem na sytuacje z życia codziennego, z którymi wcześniej nie miał problemu (np. ciemność, cień, rower, trzepoczące na wietrze flagi). Jest nieufny, szczeka, odmawia podejścia bliżej lub stroszy sierść ze strachu. Nie jest to jednak regułą i nie dotyczy każdego szczeniaka [1,3,4].

### **Etap ustalania miejsca w grupie - od 12 do 16 tygodnia życia**

W tym czasie pies przestaje być szczeniakiem, a staje się dorastającym psiakiem, czującym się wystarczająco pewnym siebie i zadowolonym w swoim otoczeniu. W tej fazie rozwoju pies zmienia zęby, co wiąże się zawsze z nadmiernym gryzieniem i niszczeniem wszystkiego co popadnie [1,3,4]

### **Etap ucieczek - od 4 do 8 miesięcy**

W tym czasie pies odczuwa jakby „zew wolności” – co jest normalnym zachowaniem w wilczym stadzie. Młody samiec zaczyna np. rozglądać się za partnerką seksualną, a młoda samica ma pierwszą cieczkę. Pies oddziela się także samodzielnie od stada, aby zwiedzić samodzielnie okolicę. Jest to wiek, który odpowiada wiekowi czternastu, szesnastu lat u ludzi [1,3,4].

### **Etap dorastania (między 3 a 4 miesiącem życia)**

Ten etap często jest porównywany do nastoletniego buntu (pies przestaje słuchać komend/poleceń właściciela), ale jego przebieg jest różny u różnych szceniąt [1,3,4].

Około 4. miesiąca życia szczeniak zaczyna żuć i gryźć, co tylko napotka na swojej drodze, czemu towarzyszy obrzęk i bolesność dziąseł. W tym czasie zaczynają także wypadać pierwsze zęby mleczne. Wymiana zębów na stałe zaczyna się od siekaczy. Jest to proces zmienny osobniczo i rasowo, niemniej przyjmuje się, że do 8. miesiąca życia pies powinien

mieć już wyrżnięte wszystkie zęby stałe wraz z trzonowcami. Razem ma ich w sumie 42. Odpowiednio: 12. siekaczy, 4. kły, 16. przedtrzonowców i 10. zębów trzonowych. Liczba stałych zębów może być jednak zmienna w przypadku niektórych ras. U psów również pojawiają się wady zgryzu: przodozgryz, tyłozgryz, zgryz naprzemienny. Część szczeniaków (około 15%), w szczególności ras małych, ma problem z wymianą zębów - tak zwane przetrwałe zęby mleczne, czyli sytuację, gdy obok wyrżniętych już zębów stałych widoczne są zęby mleczne. Stan ten doprowadza to chorób przyzębia (młodzieńcze zapalenie) i zaburza proces prawidłowego formowania się i wyrzynania zębów stałych. Najczęściej dotyczy to siekaczy i kłów, ale może dotyczyć wszystkich zębów. Problem ten ma podłoże wieloczynnikowe, głównie genetyczne [1,3,4]

### **Okres dojrzewania (między 6 a 18 miesiącem życia)**

Okres dojrzewania przypada u psów w różnym czasie, co jest zależne osobniczo, przy czym psy ras małych osiągają dojrzałość płciową szybciej niż ras średnich i dużych, ale nie jest to także regułą [1,3,4].

Mimo że pies wygląda już jak dorosły, to jego emocje oraz psychika są nadal takie jak u młodziaka [1,3,4].

Jego sierść nie jest już szczenięcym puchem, a dojrzałym, w pełni wybarwionym włosem [1,3,4]. W tym czasie po osiągnięciu dojrzałości płciowej u suk może pojawić się pierwsza ciecзка. Zazwyczaj dzieje się to, gdy osiągną 2/3 swojej docelowej wagi. Czas, w którym pojawia się pierwsza ciecзка, to cecha zmienna osobniczo. Suczki ras małych dojrzewają już w wieku 6. miesięcy, średnich między 8 a 12 miesiącem życia. Suki ras dużych i olbrzymich pierwszą cieczkę zaś mają między 12 a 20 miesiącem życia. Samce po osiągnięciu dojrzałości podnoszą już nogę podczas oddawania moczu, zaczynają się ekscytować na widok samic, a niekiedy i wykazywać agresję wobec innych samców [1,3,4].

Wielkość psa to również cecha zmienna osobniczo, zależna przede wszystkim od rasy, sposobu żywienia czy kondycji zdrowotnej. Generalnie pies rośnie maksymalnie do roku (na wysokość), ale masy może nabierać nawet do 2 lat (rasy duże i olbrzymie) [1,3,4].

W organizmie dorastających psów zachodzą w tym okresie duże zmiany hormonalne i podobnie jak u ludzkich nastolatków przeżywających okres "burzy i naporu", psych nastolatków dotyka ten sam problem [1,3,4]. W czasie, gdy organizm zmagają się z ustaleniem nowej równowagi hormonalnej, mogą pojawić się wygórowane czy wręcz niezrozumiałe reakcje i zachowania, a obojętne dotąd przedmioty/zjawiska mogą być przyczyną lęku lub agresji. Bywa jednak, podobnie jak u nastolatków, że okres dojrzewania może przebiegać bez większych manifestacji [1,3,4].

### Okres dojrzałości (między 18 a 24 miesiącem życia)

Czas, w którym szczeniak osiągnie pełną dojrzałość jest zmienny, jednak przyjmuje się, że z wieku 18. miesięcy psa można nazwać już dojrzałym zarówno fizycznie, jak i emocjonalnie, a jego charakter jest już w pełni ukształtowany [1,3,4].

### Pies senior

Psy zaczynają się starzeć między 6 a 10 rokiem życia. Im mniejszy pies, tym ten proces rozpocznie się później, a im większy - tym niestety szybciej się zestarzeje. Wynika to z tego, jak długość życia psów jest zależna od wielkości poszczególnych ras [1,3,4]:

- Psy ras małych – stają się seniorami około 12. roku życia.
- Psy ras średnich – stają się seniorami około 10. roku życia.
- Psy ras dużych – stają się seniorami około 8-9 roku życia.
- Psy ras olbrzymich – stają się seniorami około 6-7 roku życia.

Wraz z wiekiem psy coraz gorzej się czują - co kilka tygodni/miesiący pojawiają się kolejne problemy związane ze starzeniem się organizmu [3]. Pierwszą oznaką jest często pogorszenie wzroku (zaćma starcza). Szacuje się, że w wieku 13. lat każdy pies ma rozwiniętą już w jakimś stopniu zaćmę i często jej towarzyszy pogorszenie słuchu, węchu. W wyniku zmian w mózgu pojawia się także demencja starcza - pies nie słyszy komend lub nie rozumie ich i ignoruje je. Osłabiona odporność i wytrzymałość objawiają się częstymi infekcjami układu oddechowego, pęcherza moczowego i ze strony przewodu pokarmowego. Spada także masa ciała (głównie w wyniku utraty masy mięśniowej). Gorsza jest również jakość okrywy włosowej. Zaczynają odczuwać bóle stawów, mają też mniejszy apetyt i objawy związane z chorobami serca. Problemy kardiologiczne przede wszystkim zaczynają się od pogorszenia kondycji psa lub od kaszlu. Pierwsze objawy u psów ras dużych mogą pojawić się już od około 4-8 roku życia, a u ras małych około 8-10 roku życia. Artretyzm dotyczy przede wszystkim ras dużych i olbrzymich. Szacuje się, że pies każdej rasy, który osiągnie 75% długości swojego życia, wykazuje objawy osteoartretyzmu. Psy z nadwagą są również bardziej narażone na zwyrodnienia stawów. U psów ras dużych będzie to widoczne od około 6-7 roku życia, a psy ras mniejszych od 12 roku życia [3]. Do najczęstszych efektów starzenia należą [5,6]:

- cukrzyca
- inkontynencja (nietrzymanie moczu) u obu płci i zapalenie gruczołu krokowego u samców
- osłabienie mięśni i kości

- osłabienie układu odpornościowego prowadzące do zakażeń
- otępienie
- szmery sercowe
- torbiele i rak sutka u samic
- utrata słuchu
- utrata wzroku (zaćma)
- utrata zębów
- wzrost wagi (zapotrzebowanie energetyczne starszych psów może być o 30–40% mniejsze niż u młodych)
- zaburzenia żołądkowo-jelitowe
- zapalenie i inne problemy stawów
- zmiany skórne (grubsza lub ciemniejsza skóra, suchość prowadząca do zmniejszonej elastyczności, utrata lub siwienie sierści)
- zmiany stóp i pazurów
- zmniejszona aktywność, więcej snu i zmniejszony poziom energii (częściowo w związku ze zmniejszoną pracą płuc)

### Zmysły psa

- Najważniejszym zmysłem dla psa jest węch, którym zaczyna się posługiwać już jako szczenię.
- Wzrok – wzrok psa jest słabszy niż człowieka, bowiem jego skala kolorów jest żółto-niebiesko-szara (nie ma w niej czerwieni czy zieleni). Objawia się to mniejszą zdolnością spostrzegania przedmiotów czy osób nieruchomych. Za to dobrze sobie radzi w słabym świetle (wspomagając się zmysłem węchu i słuchu). Również ostrość wzroku psa różni się od tej, jaką ma ludzkie oko – obraz jest zdecydowanie bardziej rozmyty, ale jego wzrok przyciągają bardziej elementy ruchome oraz zdecydowanie lepiej widzą o zmroku niż ludzie. Siłę wzroku, a także zmysł węchu, słuchu oraz dotyku determinuje rasa psa.
- Słuch – zasięg słuchu jest większy w porównaniu ze słuchem człowieka, słuch psa jest lepiej rozwinięty i bardziej wyczulony niż u człowieka – słyszy on niesłyszalne dla ludzi ultradźwięki. Niektóre szczenięta, np. ras pasterskich, mają jeszcze bardziej wyczulony słuch od pozostałych psów. Przyjęto, że psy o uszach stojących lepiej słyszą od kłapouchych.
- Dotyk – wrażenia dotykowe pies odbiera całą powierzchnią ciała. Najważniejsze są dla niego włosy czuciowe (wąsy) nad oczami oraz pod dolną wargą. Wąsy te zwane



wibrysami są długie i sztywne. Nie wolno ich strzyc.

- Smak – wrażenia smakowe są uzależnione od wrażeń węchowych. Zmysł ten nie ma dla psa znaczenia w odbieraniu wrażeń otaczającego świata [1,3,7].

### PIŚMIENNICTWO

1. Kłosiński A. Etapy rozwoju psa, <https://coape.pl/etapy-rozwoju-psa>, data pobrania 09.08.2024.
2. Hamankiewicz-Jarczak Z., Gruss W., Nowak T. Redakcja: Iwona Cieślik, rzeczniczka prasowa UPP. Pięćdziesiąt twarzy psa, <https://puls.edu.pl/nauka-i-badania-materia-y-prasowe/pi-dziesi-t-twarzy-psa>, data pobrania 09.08.2024.
3. Małgorzata Glema; Etapy dojrzewania i rozwoju psa od szczeniaka, <https://johndog.pl/blog/zdrowie/etapy-dojrzewania-i-rozwoju-psa-od-szczenia-ka/>, data pobrania 09.08.2024.
4. <https://bozita.com/pl/zycie-z-psem/rozwoj-psa/rozwoj-psa-od-okresu-szczeniecego-do-doroslosci/>, data pobrania 09.08.2024.
5. What to Expect as Your Dog Ages, <https://www.petplace.com/article/dogs/pet-care/what-to-expect-as-your-dog-ages>, data pobrania 09.08.2024.
6. Paylo J. Questions About Senior Dogs, <https://www.petplace.com/article/dogs/pet-care/questions-about-senior-dogs>, data pobrania 09.08.2024.
7. Smyczyński L. Psy, rasy i wychowanie, Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne, Warszawa, 1989.

## ROLA PSA W RODZINIE

*Pies jest odbiciem rodzinnego życia.*

*Czy widział kto wesołego psa w ponurej rodzinie  
albo ponurego psa w pogodnej i szczęśliwej rodzinie?*

*Mrukliwi ludzie mają warkliwe psy, niebezpieczni – groźne.*

*A przejściowe nastroje jednych udzielają się drugim.*

*Arthur Conan Doyle*

Psy towarzyszą ludzkości już od zarania dziejów. Już nasi praprzodkowie ludzi żyli razem z wilkami, które chroniły ich przed niebezpieczeństwem oraz ostrzegały o nadchodzącym zagrożeniu. W zamian człowiek ofiarowywał im jedzenie i ciepło z ognia, co pomagało im przetrwać najgorsze chłody. Obecnie pies pełni rolę przede wszystkim przyjaciela i pełnoprawnego członka rodziny. Jest fenomenalnym gatunkiem badanym przez wielu socjologów czy etologów, przez których nazywany bywa „kameleonem ewolucji” [1,2].

Posiadanie psa w domu, w którym są dzieci musi być bardzo dobrze rozważone – trzeba przeanalizować wszystkie przesłanki przemawiające za zaadoptowaniem czworonoga oraz wszystkie przeciw powyższemu [1,2].

### **Zalety posiadania psa**

Posiadanie psa w domu [1,2]:

- obniża stres,
- uczy empatii,
- uczy czułości
- uczy troski,
- dba o zdrowie fizyczne i psychiczne właściciela – wspomaga aktywność fizyczną
- pomaga rozwijać się dzieciom,
- podnosi komfort życia,
- uczy systematyczności ,
- uczy odpowiedzialności,
- zmniejsza problemy z rówieśnikami i interakcjami społecznymi,
- uczy podejmowania właściwych decyzji i dokonywania trudnych wyborów,
- zmniejsza poczucie samotności
- jest pocieszeniem, wsparciem, powiernikiem tajemnic.

Badacze zajmujący się relacjami człowiek–pies uważają, że duże znaczenie dla wykształcenia przez dorosłych ludzi prawidłowej postawy względem zwierząt towarzyszących, mają doświadczenia wyniesione z dzieciństwa [3].

Stwierdzono, że stały kontakt z czworonogiem, a jeszcze bardziej z kilkoma różnymi, umożliwia lepsze zaaklimatyzowanie się człowieka do gatunku innego niż ludzki. W ramach socjalizacyjnych i klasowych funkcji rodziny odbywa się także „przekazywanie wiedzy o świecie przyrody i społecznym, przekazywanie umiejętności instrumentalnych” [4] oraz „nauka adekwatnych do zaistniałej sytuacji idei i wzorców zachowań” dzieciństwa [3].

Badania wykazały, że respondentów którzy obecnie nie posiadali psa i nie mieli takiej możliwości w dzieciństwie (27,38%) było ponad sześć razy więcej, niż wyodrębnionych w grupie badanych właścicieli (4,55%). W opinii osób posiadających czworonogi, najbardziej istotne w ich relacji z ulubieńcami okazały się wartości związane z przyjaźnią (31,56%), akceptacją (15,98%) i towarzyszeniem (12,7%) [1]. Według większości (90%) badanych, czworonogi powinny towarzyszyć rodzinie człowieka, a mieszkający z ludźmi przez 77,65% ankietowanych postrzegany był jako członek rodziny [1]. Odpowiedź - „Pies uważany jest za członka rodziny” stanowiła od 86,61 do 82,93% wypowiedzi w grupach mieszkających z bliskimi kobiet z wykształceniem średnim, posiadających psa oraz z wykształceniem wyższym, w wieku 20–39 lat. Najniższy poziom identyfikacji z takim stwierdzeniem zanotowany został w zbiorowości mieszkających z osobami uznanymi za obce (33,33%) oraz w wieku 60+ (35,71%) [1].

W piśmiennictwie [4] zwraca się uwagę na fakt, że czworonogi mogą mieć udział w większości funkcji przypisywanych ludzkim rodzinom – np. obecność psa w przypadku niektórych rodzin odnosi się do funkcji prokreacyjnej i z zaspokojeniem potrzeb związanych z pełnieniem zadań rodzicielskich. Zwłaszcza małżeństwa bezdzietne traktują zwierzę jako substytut dziecka, z kolei dla młodych ludzi posiadanie psa staje się próbą przed decyzją o potomstwie [1].

Badania przeprowadzone przez naukowców z Uniwersytetu w Uppsali miały na celu ustalenie, czy różne cechy psów modyfikują ryzyko astmy u dzieci mających kontakt z psami w pierwszym roku życia [5]. W głównej analizie wykorzystano dane z krajowych rejestrów dotyczące wszystkich dzieci urodzonych w Szwecji w okresie od 1 stycznia 2001 roku do 31 grudnia 2004 roku, które w pierwszym roku życia miały w gospodarstwie domowym zarejestrowanego psa (n = 23 585). Wykorzystano modele regresji logistycznej, aby zbadać związek między cechami psa a ryzykiem rozpoznania astmy lub alergii i przyjmowania leków w wieku sześciu lat. Częstość występowania astmy w wieku sześciu lat wynosiła 5,4%.

U dzieci narażonych na kontakt z sukami ryzyko astmy było niższe w porównaniu z dziećmi narażonymi na kontakt z psami płci męskiej, iloraz szans, OR = 0,84 (95% przedział ufności, CI 0,74 do 0,95). U dzieci posiadających dwa lub więcej psów ryzyko astmy było niższe w porównaniu z dziećmi posiadającymi tylko jednego psa, OR = 0,79 (95% CI 0,65 do 0,95). Dzieci, których rodzice cierpieli na astmę i alergię, częściej miały kontakt z psami ras anegdotycznie określanych jako „hipoalergiczne” w porównaniu z rodzicami bez astmy i alergii (11,7% vs 7,6%,  $p < 0,001$ ). Kontakt z tymi rasami był powiązany z wyższym ryzykiem alergii OR = 1,27 (95% CI 1,02 do 1,59), ale nie astmy. Podsumowując, są to dowody na związek między płcią psa a liczbą psów charakteryzujących się niższym ryzykiem astmy u dzieci mających kontakt z psami [5].

Pawlik-Popielarska [6] twierdzi, że prawidłowo przygotowany i zastosowany program terapeutyczny z udziałem psa może sprzyjać integracji środowiska rodzinnego

### Argumenty za posiadaniem psa

- **aspekt wychowawczy:** obcowanie ze zwierzęciem uczy dziecko empatii, poczucia obowiązku, opiekuńczości, umiejętność dzielenia się, obserwacji oraz liczenia z uczuciami oraz potrzebami innych; nie można jednak uznać go za zastępstwo rodzeństwa,
- **aspekt terapeutyczny:** świetnie odreagowują stres, działają na dzieci uspokajająco, relaksująco,
- **aspekt korzystnego wpływu na odporność:** kontakt ze zwierzęciem sprzyja wzmocnieniu czynności immunologicznych, zmniejsza wrażliwość na alergeny a w efekcie przyczynia się do podwyższenia odporności,
- **aspekt aktywności fizycznej:** pies wymusza na właścicielu spacerować, ruch na świeżym powietrzu oraz aktywność, co korzystnie wpływa na kształtowanie aktywnego modelu życia [1,2,7].

### Argumenty przeciw posiadaniu psa

- **aspekt zniszczeń:** czasami dorastający szczeniaki pozostawiane same w mieszkaniu, zamiast przeznaczonych dla niego zabawek wybiera sprzęty i meble znajdujące się w domu,
- **aspekt higieny:** w sytuacji częstych kontaktów psa i dziecka konieczna jest szczególna dbałość o zabiegi odrobaczania, czystość sierści oraz podłóg,
- **aspekt hałasu:** pies, w zależności od rasy oraz osobowości, częściej lub rzadziej szczeka,

- **aspekt zachowania:** zachowania dzieci jak i psów nie są do końca przewidywalne, stąd trudno przewidzieć niektóre reakcje zwierząt na prowokujące zabawy oraz zachowanie ze strony dzieci - broniąc się przed niezrozumiałymi dla siebie sytuacjami, zaskoczone lub źle traktowane mogą użyć zębów aby się obronić,
- **aspekt czasu:** pies wymagać czasu opiekuna, więc konieczne jest nabycie umiejętności dzielenia czasu pomiędzy dziecko, swoje zadania i psa,
- **aspekt wyjazdów:** nadal wiele restauracji, miejsc użyteczności publicznej czy przyrody chronionej pozostaje niedostępna dla czworonoga, co zmusza właściciela do szukania opieki zastępczej nad psem,
- **aspekt „znudzenie”:** dziecko może z czasem znudzić się sprawowaniem opieki nad psem i cały zakres obowiązków spocznie na osobie dorosłej [1,2,7]

### Wybieranie odpowiedniej rasy psa

Przy wyborze psa należy uwzględnić poniższe kryteria [1,2,7]:

- **Alergie itp.** – generalnie nie ma ras „niealergizujących”, (jak próbują lansować swoją hodowlę niektórzy hodowcy), powinno się więc wybrać taki typ sierści, która nie ulega obfitemu linieniu, a wykluczyć rasy o bogatym podszerstku, mocno zrzucające runo na poczet ras nieliniejących, posiadających szorstki typ sierści, ewentualnie włos;
- **Format rodziny** - dokonując wyboru czworonoga trzeba wziąć pod uwagę zarówno wiek jak i ilość dzieci w domu. małe dzieci nie zawsze rozumieją, że ich często natrętne „zabawy” nie muszą być tolerowane przez czworonoga albo też mogą stać się przyczyną krzywdy.
- **Przeznaczenie** - wybór psa bez znajomości jego przeznaczenia, historii rasy oraz typowych form zachowań może sprawić, iż nie będzie on spełniał oczekiwań właściciela i może wprowadzić do chaos. Tak więc, np. osoba uwielbiająca swój ogródek nie powinna mieć jamnika, uwielbiającego kopać;
- **Tryb życia** – przy preferowaniu spędzania czasu np. przed telewizorem nie wybiera się jako towarzysza np. dobermana, a jeśli zaś spędzamy czas aktywnie - np. mops. Jeżeli planuje się częste podróże – warto wybrać rasę małą.
- **Typy osobowości** - pies powinien także być dobrany do cech osobowości właściciela - gdy drażni nas pies szczekliwy, ruchliwy, wymuszający zainteresowanie swoją [https://www.cbdzoe.pl/pds/pies-w-rodzynie-czy-to-juz-czas?srsItd=AfmBOorwDJ870Q8n6uVKbZ- CdM56Xp0dKIYgUm-GEes\_mGWecEa\_k97f]osobą to nie wybiera się np. chihuahua, zaś jeśli nie akceptujemy niesubordynacji oraz skłonności do samodzielnych wycieczek - nie wybieramy beagla.

- **Wielkość psa** – stosownie do warunków lokalowych oraz tego, czy jesteśmy na etapie bardzo małych, czy starszych już dzieci. Rasy małe i miniaturowe nie sprawdzają się jako towarzystwo dla maluchów, są bowiem delikatne i nietrudno im wyrządzić krzywdę, a także impulsywne i reagujące agresją na zadawany im nieświadomie ból;

### **Rasy polecane na towarzysza dzieci, jak np. [1,2,7]:**

1. Beagle,
2. Bichon frise,
3. Bokser,
4. Border collie,
5. Buldog angielski,
6. Cairn Terrier,
7. Cavalier King Charles spaniel,
8. Cocker spaniel,
9. Golden retriever,
10. Labrador retriever,
11. Mops,
12. Nowofunland,
13. Owczarek szetlandzki,
14. Owczarek szkocki collie,
15. Pudel,
16. Seter irlandzki.

Badania psychologiczne, za Kurzeja [8] potwierdzają, że posiadanie zwierzęcia w dzieciństwie, kontakt z nim, ma wpływ na późniejsze zachowania w życiu dorosłym, a także, że zwierzę pełni funkcje psychoterapeutyczne. W procesie socjalizacji rodzice przekazują swoim dzieciom pewne wzory interakcji z domowymi zwierzętami. Jeżeli rodzice byli związani silnymi więzami z domowymi zwierzętami, to ich dzieci w życiu dorosłym prawdopodobnie także będą zachowywały się podobnie [8].

Bergler i Endenburg, za Coren [9], uważają iż istnieje wiele dowodów na to, iż osoby, które łączy więź ze zwierzętami, w życiu codziennym są towarzyskie, wykazują większą troskę o innych i postrzegane są jako mniej agresywne, bardziej wrażliwe, sympatyczne i empatyczne.

### **PIŚMIENNICTWO**

1. Werner J.: Pies w rodzinie, Oficyna Wydawnicza MULTICO, Warszawa, 1998.

2. <https://johndog.pl/blog/wychowanie/rola-psow-kiedys-i-dzis/>, data pobrania 09.08.2024.
3. Stawarz-Popek K. Rodzina z czworonogiem. Wybrane przejawy relacji człowiek–pies, Państwo i społeczeństwo, 2011, 11(3), 125-140.
4. Tyszka Z. Z metodologii badań socjologicznych nad rodziną, Wydawnictwo Pomorze, Bydgoszcz, 1988.
5. Fall T. Edberg S., Lundholm C. et al. Dog characteristics and future risk of asthma in children growing up with dogs. *Sci Rep.*, 2018, 15, 8(1), 16899.
6. Pawlik-Popielarska B. Terapia z udziałem psa. Gdańsk: Wydawnictwo Via Medica, Gdańsk, 2005.
7. Pies w rodzinie ... czy to już czas, [https://www.cbdzoe.pl/pds/pies-w-rodzinie-czy-to-juz-czas?srsId=AfmBOorwDJ870Q8n6uVKbZ-CdM56Xp0dKIYgUm-GEes\\_mGWe cEa\\_k97f](https://www.cbdzoe.pl/pds/pies-w-rodzinie-czy-to-juz-czas?srsId=AfmBOorwDJ870Q8n6uVKbZ-CdM56Xp0dKIYgUm-GEes_mGWe cEa_k97f), data pobrania 09.08.2024.
8. Kurzeja A., Godawa J. Wykorzystanie zooterapii w terapii pedagogicznej na przykładzie terapii z udziałem psa. *Chowanna*, 2009, 1, 85-96.
9. Coren S. Dlaczego kochamy psy. Wyd. Prószyński i sp. , Warszawa, 2003.

## ROLA ZABAWY W ŻYCIU CZŁOWIEKA

*Wielcy ludzie mają zazwyczaj tak wielkie serce,  
że się w nich zawsze znajdzie miejsce dla uczciwego psa.*

*Kornel Makuszyński*

### Wprowadzenie

Jednym z ważniejszych elementów w życiu psa jest zabawa. W jej czasie pies jest rozluźniony, ma przyjemne doznania, czerpie radość. Pozwala mu ona odstresować się od różnych bodźców z którymi spotkał na spacerze lub w domu. Dzięki zabawie pies może [1]:

- uczyć się kompetencji społecznych, socjalizacji z innymi
- wzmocnić więź z opiekunem
- się rozwijać
- ćwiczyć pamięć
- ćwiczyć koordynację, szybkość i spostrzegawczość
- zaspokoić naturalne instynkty np. polowania
- wzmacniać aktywność fizyczną
- rozładować emocje
- wyciszyć się lub pobudzić się
- opóźnić proces starzenia się
- nauczyć się różnych strategii radzenia sobie w stresujących sytuacjach (np. nosić w pysku przedmiot)
- wzmacniać pewność siebie i lepiej sobie radzić z odwiedzającymi dom gośćmi lub wykorzystać tę strategię, kiedy pojawi się stresujący bodziec
- pozbyć się niepożądanych zachowań jak na przykład podgryzanie.
- poprzez wygrywanie, rozwiązywanie łamigłówek (gry logiczne, łamigłówki węchowe – *nosework*) może obniżyć/wyeliminować zaburzenia lękowe oraz zaburzenia emocjonalne.

Dobrze wprowadzona zabawa wzmacnia relacje, więź pomiędzy opiekunem a podopiecznym, opiera się na wzajemnym zrozumieniu oraz zaufaniu. Dzięki zabawom węchowym pies może wykorzystać strategie węszenia do samoregulacji czy też uspokojenia drugiego osobnika. Wyróżnia się zabawę i pracę z wykorzystaniem elementów zabawy bądź zabawki. W zabawie nie powinno się narzucać haseł, powinna być swobodna, nie oparta na komendach np. “puść”, “łap”, nie może być pod rygorem [1].



### Przykładowe rodzaje zabaw [1,2,3]

- **Autozabawa** - pies bawi się sam. Może to być spontanicznie podrzucanie zabawki, szarpanie, gryzienie zabawa ziemią, kopanie dołek, wyszukiwanie patyków. Dzięki autozabawie rozwija u siebie strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach przy użyciu przedmiotu, jakim może być np. szarpak, piłka, gryzak (sztuczny lub naturalny):
- **zabawa z drugim psem** – zaspakajająca jedną z ważniejszych psich potrzeb jaką jest potrzeba kontaktów społecznych w obrębie własnego gatunku. Umożliwia ona socjalizację, uczy psa prawidłowego porozumiewania się w stadzie. W zabawie psów między sobą powinno się odnaleźć kilka elementów, takich jak np. psy zamieniają się rolami - np. raz jeden jest łowcą raz drugi
- **samoupośledzenie** - np. silniejszy osobnik podkłada się słabszemu - w miękki sposób się kładzie, bądź szybszy pies zwalnia, aby ten drugi mógł go dogonić.
- **wspólne przerwy** - psy potrafią na chwilę przestać, zaczynają węszyć, każdy zajmuje się sobą
- **zabawa z opiekunem** - „Szarpanie się” z opiekunem - umożliwia psu rozładowanie emocji oraz uczy, że na odpowiednią komendę powinien odpuścić i oddać kontrolę nad szarpakiem opiekunowi. Jest to aktywność ćwicząca ciało i umysł psa.

Na wszelkie psie komunikaty należy patrzeć biorąc pod uwagę pełen kontekst. Przeważnie jeżeli pies warczy podczas zabawy, to jest w nią zaangażowany. Agresja pojawia się w sytuacji afektywnej, czyli kiedy pies czuje się zagrożony. Jeżeli ma dobrą relację ze swoim opiekunem to wspólna zabawa nie wzbudzi agresji. Trzeba natomiast uważać, aby wspólna zabawa nie była oparta o rywalizację. Sygnałem o tym, że pies rywalizuje z bawiącym się z nim podczas zabawy może być położenie łapy wysoko na zabawce i przytrzymywanie jej, uderzenie pyskiem w dłoń, czy skracanie chwytu. Inne sygnały to wyszarpywanie zabawki na siłę, uciekanie z zabawką i brak powrotu z nią.

- **Zabawa dyskiem (frisbee)** - uczy współpracy człowieka i psa, buduje psią kondycję, poprawia koordynację ruchową, pozwala na efektywne spożytkowanie energii.

Należy jednak pamiętać, że jest to zabawa dość kontuzyjna i zanim się ją zacznie należy sprawdzić czy w pobliżu nie ma dołów, wystających kamieni, ostrych przedmiotów, aby pies nie wyrządził sobie krzywdy. Warto też ten rodzaj zabawy poprzedzić rozgrzewką.

- **Zabawy węchowe** - pozwalają zaspokoić instynkty łowieckie, ćwiczą psi nos, uczą skupienia i budują pewność siebie, dlatego są doskonałą formą zabawy dla psów

lęklwych i niepewnych.

- **Gryzienie i rzucie zabawek** - redukuje stres i wspomaga pielęgnację psich zębów. Ważne jest jednak nauczenie psa, które przedmioty są przeznaczone do gryzienia, a które nie. Trzeba też zwrócić uwagę czy pies nie gryzie zabawek zbyt żarliwie, z zawziętością, co może, że jest mocno sfrustrowany i należy w inny sposób zadbać o jego zdrowie psychiczne.
- **Zabawy edukacyjne** - skłaniają psa do myślenia i kombinowania, ćwiczą psi umysł i wytrwałość
- **Zabawa w chowanego** - sprzyja rozwijaniu posłuszeństwa i zmysłu węchu psa i wzmocnienia więzi z właścicielem.
- **Zabawa w slalom**, to zabawa rozwijająca zręczność i koordynację psa.

### Rodzaje zabawek [3]

- **Zabawki interaktywne** - angażują psa w aktywność fizyczną lub umysłową, pomagają w treningu i stymulacji umysłowej psa.

Są to np.

- Puzzle dla psów - wymagają od psa rozwiązania zagadki, aby zdobyć smakołyk.
- Kongi - gumowe zabawki wypełniane smakołykami, które pies musi wydobyć.
- Zabawki do aportowania - np. piłki, frisbee, które pies musi przynieść do właściciela.
- Zabawki do gry w przeciąganie - np. szarpaki, które pies musi przeciągnąć w rywalizacji z właścicielem.
- **Zabawki do gry w przeciąganie**
  - Szarpaki z węzłami - wykonane z mocnych materiałów, takich jak bawełna czy juta, z węzłami na końcach.
  - Gumowe szarpaki - elastyczne i trwałe, idealne dla psów o silnych szczękach.
  - Szarpaki z piłką - łączące elementy aportowania/przeciągania, z piłką na końcu.
  - Szarpaki z uchwytem - z rączką dla właściciela, ułatwiającą kontrolowanie zabawy.
- **Zabawki do zabaw węchowych**
  - Maty węchowe - wykonane z miękkich materiałów z ukrytymi kieszeniami na smakołyki, które pies musi odnaleźć.
  - Zabawki typu "snuffle ball" - piłki z materiałowymi paskami, w których można ukryć smakołyki.

- Woreczki węchowe - małe torby z ukrytymi smakołykami, które pies musi wyczuć i otworzyć.

### Czas trwania zabawy z psem [3]

Długość zabawy z psem zależy od wielu czynników, takich jak wiek, rasa i poziom energii psa:

- **Szczenięta** - krótkie, ale częste sesje zabaw (5-15 minut), aby uniknąć przeciążenia stawów i mięśni.
- **Dorosłe psy** - dłuższe sesje zabaw (30-60 minut), w zależności od poziomu energii i wytrzymałości psa.
- **Psy starsze** - umiarkowane sesje zabaw (15-30 minut), dostosowane do indywidualnych potrzeb i kondycji psa.

W czasie zabaw należy obserwować psa i dostosować czas trwania do jego potrzeb oraz reakcji na zabawę.

### Nagradzanie psa podczas zabawy [3]

Odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu jego motywacji i zachęcania do pozytywnych zachowań:

- **Pochwała głosowa** – z użyciem pozytywnego tonu głosu, aby wyrazić zadowolenie z zachowania psa.
- **Głaskanie** - szczególnie w miejscach, które lubi być głaskany.
- **Smakołyki** - podawanie smakołyków w umiarkowanych ilościach, aby utrzymać zainteresowanie psa i nie przekarmić go.
- **Zabawki** – używać należy ulubionej zabawki psa jako nagrody za dobrze wykonane zadanie lub pozytywne zachowanie.

Nagradzać psa powinno się od razu po pozytywnym zachowaniu, tak aby skojarzył nagrodę z konkretnym działaniem [2,3].

## PIŚMIENNICTWO

1. <https://wojtkowszkolenia.pl/zabawa-jako-element-terapii-behawioralnej-psow/>, data pobrania 09.08.2024
2. <https://gamedog.eu/pl/2021/08/05/zabawa-w-zyciu-psa>, data pobrania 09.08.2024
3. [https://leopardus.pl/blog/jak-bawic-sie-z-psem-kompleksowy-poradnik-po-zabawach-dla-psa?srsId=AfmBOopbkUzIRDLVkp1ZGaSS\\_TbVA4aIy4fwnN2mWMHLMippBfg7EMuQ](https://leopardus.pl/blog/jak-bawic-sie-z-psem-kompleksowy-poradnik-po-zabawach-dla-psa?srsId=AfmBOopbkUzIRDLVkp1ZGaSS_TbVA4aIy4fwnN2mWMHLMippBfg7EMuQ), data pobrania 09.08.2024

## **PIES ASYSTUJĄCY, PRZEWODNIK I TERAPEUTYCZNY**

*Jeśli przyjmiesz do siebie zabiedzonego psa i sprawisz,  
że zacznie mu się dobrze powodzić – nie ugryzie cię.  
Na tym polega zasadnicza różnica między psem a człowiekiem.*

*Mark Twain*

### **Pies asystujący**

To pies odpowiednio wyszkolony i specjalnie oznaczony, którego zadaniem jest ułatwienie osobie z niepełnosprawnością aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Pierwsze regulacje dotyczące psów asystujących wprowadzone zostały do polskiego prawa w roku 2008 i od tego momentu ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych przyznaje osobom poruszającym się z psami asystującymi prawo wstępu wraz z nimi do wielu przestrzeni publicznych, o czym będzie jeszcze mowa w dalszej części publikacji [1].

Pies asystujący to pojęcie zbiorcze, a polskie prawo wyróżnia cztery rodzaje takich zwierząt [1]:

- Pies przewodnik osoby niewidomej lub niedowidzącej – jego zadaniem jest dawanie właścicielowi z niepełnosprawnością narządu wzroku możliwości samodzielnego i bezpiecznego poruszania się bez obawy, że natrafi on na przeszkodę.
- Pies asystent osoby z niepełnosprawnością ruchową towarzyszący osobie poruszającej się na wózku, specjalizuje się w podnoszeniu, podawaniu i otwieraniu różnych przedmiotów oraz naciskaniu przycisków.
- Pies sygnalizujący osoby głuchej lub niedosłyszącej, którego rolą jest asystowanie osobie z niepełnosprawnością słuchu przez zwracanie jej uwagi na określone dźwięki, a następnie doprowadzenie jej do źródła hałasu.
- Pies sygnalizujący atak choroby (np. epilepsji, chorób serca) –wyczuwający nadchodzący atak choroby i ostrzegający o tym opiekuna lub osoby z jego otoczenia, a także reagujący na atak choroby.

Delta Society [2] psy w służbie ludziom chorym dzieli się na następujące:

- terapeutyczne, czyli te, które są wykorzystywane w dogoterapii,
- serwisowe, czyli asystenci osób niepełnosprawnych pomagające w codziennych czynnościach,
- słyszące, czyli psy przewodniki osób głuchych i niedosłyszących sygnalizujące ważne

dźwięki w otoczeniu,

- przewodniki, czyli te, które ułatwiają poruszanie się osobom niewidomym,
- sygnalizujące, czyli psy pomagające przewidzieć atak przeznaczone dla osób chorujących na padaczkę.

Katalog miejsc, do których może wejść osoba poruszająca się z psem asystującym jest szeroki. Uprawnienie to dotyczy obiektów użyteczności publicznej, w tym w szczególności budynków i ich otoczenia przeznaczonych na potrzeby [1]:

- administracji publicznej,
- wymiaru sprawiedliwości,
- kultury,
- oświaty,
- szkolnictwa wyższego,
- nauki,
- opieki zdrowotnej,
- opieki społecznej i socjalnej,
- obsługi bankowej,
- handlu,
- gastronomii,
- usług,
- turystyki,
- sportu,
- obsługi pasażerów w transporcie kolejowym, drogowym, lotniczym, morskim lub wodnym śródlądowym,
- świadczenia usług pocztowych lub telekomunikacyjnych,
- wykonywania innych, podobnych funkcji (w tym w budynkach biurowych oraz socjalnych).

Aby osoba z niepełnosprawnością mogła korzystać z praw, które przewidują przepisy, to pies asystujący musi [1]:

- być odpowiednio wyszkolony i posiadać certyfikat wydany przez podmiot, który został wpisany do specjalnego rejestru prowadzonego przez Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych,
- posiadać uprząż i być odpowiednio oznaczone (czyli posiadać plaketkę „pies asystujący”),

- posiadać zaświadczenie o wykonaniu wszystkich szczepień weterynaryjnych dla psa.

Dodatkowo przepisy zastrzegają, że takie zwierzę nie musi nosić kagańca i być prowadzone na smyczy. Przysługujące osobie z niepełnosprawnością uprawnienia nie zwalniają jej jednak z odpowiedzialności za szkody wyrządzone przez psa [1].

Pierwszeństwo otrzymania psa asystującego przysługuje osobom aktywnym, tzn. uczącym się, studiującym, pracującym lub udzielającym się społecznie, ale np. [1]:

- niepełnosprawnym ruchowo,
- w wieku aktywności zawodowej (18-60 lat),
- lubią zwierzęta na tyle, że chce spędzić z psem kilkanaście lat swego życia i uważają, że będzie w stanie psu zaufać,
- posiadającym odpowiednie warunki finansowe i lokalowe do utrzymania psa,
- zdającym sobie sprawę z obowiązków i odpowiedzialności, jaką pociąga za sobą praca z psem i są gotowi tych obowiązków się podjąć,

### **Pies przewodnik**

To szczególny rodzaj psa asystującego, który wspiera osobę z niepełnosprawnością narządu wzroku i pracują niemal 24. godziny na dobę [1].

Rolą psa przewodnika jest asystowanie osobie niepełnosprawnej (niewidomej lub niedowidzącej) podczas wykonywania codziennych czynności, a do jego zadań należy między innymi:

- ignorowanie innych psów, kotów, ludzi i zapachów,
- omijanie różnego rodzaju przeszkód,
- podawanie różnych przedmiotów.
- prowadzenie osoby środkiem chodnika,
- szukanie wolnego miejsca siedzącego w autobusie,
- zaznaczanie krawędzi chodników przy wchodzeniu i schodzeniu z jezdni,
- zaznaczanie początku i końca schodów,

Niektóre z tych zadań pies wykonuje na komendę opiekuna (np. pokazanie drzwi do budynku czy miejsca siedzącego w autobusie), inne np. omijanie przeszkód czy zatrzymywanie się przed przejściem dla pieszych, pies przewodnik musi wykonywać z własnej inicjatywy.

### **Psy terapeutyczne**

Towarzyszą swojemu opiekunowi w zajęciach jednoosobowych oraz sesjach grupowych, pozostając w dyspozycji i czekając na przyznanie im zadania. Pies terapeutyczny

ma do czynienia z bardzo różnymi osobami: z takimi, które mają trudności z mówieniem lub poruszaniem się; które poruszają się bardzo mało lub prawie wcale, a także z osobami nadpobudliwymi i nerwowymi. Pracuje z dziećmi, z dorosłymi i seniorami. Jest w stanie odpowiadać na indywidualne potrzeby pacjenta [4-9].

Praca psa terapeutycznego najczęściej odbywa się poza domem, a on sam jest konfrontowany jest nieustannie z nowymi sytuacjami, pomieszczeniami, zapachami i sprzętem medycznym wydającym najróżniejsze odgłosy, co oznacza dla psa stres, który jako pies terapeutyczny musi wytrzymywać [4-9].

Psy terapeutyczne wykorzystywane są w wielu dziedzinach, a obszar zastosowania psów terapeutycznych obejmuje dziedziny takie jak np. [4-9]:

- psychoterapia,
- ergoterapia,
- terapia edukacyjna (zwłaszcza u dzieci),
- terapia mowy i logopedyczna,
- fizjoterapia,
- pedagogika specjalna,

Psy terapeutyczne oddziałują na ludzi w różnorodny sposób, zarówno w obszarach psychologicznych i społecznych, jak i fizjologicznych, w tym np. [4-9]:

- łagodzą zaburzenia równowagi i percepcji,
- obniżają ciśnienie krwi i tętno,
- podwyższają poczucie własnej wartości,
- polepszają koncentrację i wspierają poczucie odpowiedzialności,
- poprawiają motorykę i możliwości aparatu mowy,
- rozluźniają mięśnie,
- wspierają komunikację społeczną i interakcję,
- wspierają percepcję własną zmysłów i ciała,
- wspierają stabilność emocjonalną, redukują niepokój i agresję,
- zwalczają poczucie stresu.

Ważne jest, aby rasa psa była dobrana indywidualnie do potrzeb pacjenta, np. psy o krótkiej sierści mogą lepiej sprawdzić się u osób z alergiami, a o długiej sierści u osób potrzebujących większej stymulacji sensorycznej [4-9].

Pies terapeutyczny to pies społeczny, przewidywalny i reprezentujący rozumne posłuszeństwo [10].

Szkolenie psa do dogoterapii musi nauczyć go posłuszeństwa oraz przyzwyczaić do systematycznych interakcji z różnymi ludźmi i zwierzętami [4-9]. Pamiętać należy, że to nie rasa a indywidualne cechy czworonoga są najważniejsze podczas podejmowania decyzji o wykorzystaniu go w dogoterapii. Skutecznymi terapeutami, niezależnie od rasy mogą być psy, które wykazują zdolności do budowania relacji z ludźmi i które mają naturalną skłonność do pomagania innym. Aby zakwalifikować się do szkolenia, pies musi posiadać szereg pozytywnych cech [4-9]:

- brak lęklivosti i reaktywności – pies powinien zachować spokój nawet w mało przyjemnych sytuacjach, np. gdy nagle rozlegnie się hałas,
- być posłusznym,
- być przyjaźnie nastawiony nie tylko do osób znajomych, ale również do obcych i osób w różnym przedziale wiekowym (np. dzieci, osoby starsze),
- być wrażliwym i jednocześnie odpornym na stres,
- czuć silną więź z opiekunem,
- duże pokłady cierpliwości i wyrozumiałości – pies powinien lubić dotyk i zachować spokój nawet wówczas, gdy poczuje lekki ból (np. przy szarpnięciu za ucho),
- łatwo uczyć się,
- mieć łagodne usposobienie, zrównoważony temperament i brak tendencji do agresji,
- nie wykazywać trybu obronnego czy stróżującego,
- współpraca z ludźmi, słuchanie i wykonywanie poleceń opiekuna,
- wykazywać odwagę i nie wykazywać stresu w obliczu nowych osób i sytuacji.

Rasy psów często spotykane wśród psów terapeutycznych to [4-9]:

- beagle,
- bernardyny,
- border collies,
- cavalier king charles spaniel.
- golden retrievery.
- labradory,
- leonbergery,
- maltańczyki,
- mopsy,
- nowofundlandy,
- owczarki australijskie,



- owczarki niemieckie,
- pudle.

W terapii nie powinny być używane psy z grup, których pierwotna użytkowość wymagała zachowań agresywnych, takie jak psy obronne np. Tosa Inu, psy stróżujące np. Rottweiler i psy bojowe np. Dogo Canario [10].

### PIŚMIENNICTWO

1. Jagura J. Praktyczny poradnik o prawach osób poruszających się z psem przewodnikiem, Polski Związek Niewidomych, Warszawa, 2023.
2. <https://www.deltasociety.com.au/>, data pobrania 10.08.2024.
3. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A. Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
4. Nawrocka-Rohnka J., Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 304-310.
5. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
6. Franczyk A., Dogoterapia w pracy terapeutycznej, *Biuletyn Logopedyczny*, 2012, 26, 52-64.
7. [www.polskietowarzystwologopedyczne.pl](http://www.polskietowarzystwologopedyczne.pl), data pobrania 10.08.2024.
8. Karbowniczek J., Mielczarek J., Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2016, 4/2, 37-45.
9. Jastrzębska E., Wadas E. Dogoterapia – jak to się zaczęło, *Przegląd hodowlany*, 2020, 88(3), 28-31.
10. Stuba-Poppek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie nauki pisania i czytania u dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Kraków 2013, [https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia\\_jako\\_naturalna\\_metoda\\_wspomaganie\\_nauki\\_pisania\\_i\\_czytania\\_u\\_dzieci\\_o\\_specjalnych\\_po.pdf?z%3A1U%2BOS%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u](https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia_jako_naturalna_metoda_wspomaganie_nauki_pisania_i_czytania_u_dzieci_o_specjalnych_po.pdf?z%3A1U%2BOS%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u), data pobrania 11.08.2024.

WYBRANE ASPEKTY WPLYWU KONTAKTU Z PSEM  
NA UKŁAD IMMUNOLOGICZNY

*Zwykle można powiedzieć,  
że człowiek jest dobry,  
jeśli ma psa, który go kocha*  
Bruce Cameron

Badania Ownby`ego i wsp. [1] sugerują, iż kontakt ze zwierzętami we wczesnym dzieciństwie lub nawet życiu płodowym, może powodować mniejszą skłonność do wzmożonej reakcji na alergeny i zmniejszać ryzyko wystąpienia astmy czy egzemy.

Powyższe potwierdzają badania wykonane przez Gerna i wsp. [2]. Autorzy w grupie 285. dzieci sprawdzali wzorce wydzielania cytokin oraz wskaźniki atopii, a następnie czy mają kontakt z psem w domach. Wyniki wykazały, iż dzieci posiadające psa w domu miały wyższy poziom IL-10 i IL-3 oraz rzadziej cierpiały na choroby alergiczne. W związku z powyższym uznali, że kontakt z psem może stymulować układ immunologiczny i zmniejszyć ilość chorób o podłożu alergicznym u dzieci z grupy ryzyka [2].

Zdaniem Pohlbelna i wsp. [3] obecność psów w domach jest związana z podwyższonym poziomem wolnych endotoksyn, a ich stała obecność w kurzu domowym może powodować redukcję ryzyka chorób atopowych we wczesnym dzieciństwie.

W badaniu przeprowadzonym w rejonie San Francisco wzięło udział 4106. respondentów obojga płci w wieku 21–74 lat, w tym 1591. osób chorujących na chłoniaka nieziarniczego. Wyniki badania sugerują, iż osoby, które miały częsty kontakt ze zwierzęciem, w szczególności psem lub kotem wykazywały mniejszą zachorowalność na chłoniaka, przy czym ryzyko zachorowania zmniejszał również długi, liczony w latach, czas posiadania zwierząt w domu [4].

Guay [5] wraz ze współpracownikami wykazali, iż osoby starsze, które uczestniczyły w regularnych spotkaniach z psem, jednak nie posiadające go na co dzień w domu, skarżyły się na wysypkę, katar sienny, biegunkę czy nasilenie napadów astmy.

Podobnie miała się sytuacja w przypadku osób, które zdecydowały się na posiadanie psa dopiero w starszym wieku. Osoby te także znacznie mocniej narażone były na zarażenie się chorobami odzwierzęcymi niż osoby, które miały psa w młodszym wieku [5,6].

Zdaniem Nawrockiej-Rohnka [7] może to wynikać z faktu, iż młody układ immunolo-

## WYBRANE ASPEKTU WPLYWU KONTAKTU Z PSEM NA UKŁAD IMMUNOLOGICZNY

giczny w kontakcie ze zwierzętami, nabywa tolerancji w stosunku do ich antygenów, a w starszym wieku jest bardziej narażony na wzmożoną reakcję. W związku z tym wydaje się bardzo zasadne, aby już od najmłodszych lat dzieci miały kontakt ze zwierzętami.

W tym miejscu warto zacytować słowa jednego z naukowców [cyt. za 8] „Kiedy wprowadzasz psa do domu, nie tylko wprowadzasz psa, ale także wprowadzasz zestaw taksonów związanych z psami (mikrobów) bezpośrednio do środowiska domowego, a niektóre z nich mogą mieć bezpośredni lub pośredni wpływ na zdrowie ludzkie.”

Badania [9,10] wykazały, że w miejscach występowania bakterii związanych z psami, w tym w poszewkach na poduszki, znajduje się około dwa razy więcej bakterii niż w domach, w których nie ma psów. Ta dodatkowa różnorodność bakteryjna, składała się z gatunków, o których wiadomo, że żyją na psiej sierści. Panuje przekonanie, że ta dodatkowa różnorodność jest korzystna dla układu odpornościowego. Wcześniejsze badania, jak już wspomniano, wykazały również, że u dzieci mających kontakt ze zwierzętami w pierwszych latach życia ryzyko wystąpienia alergii jest mniejsze. Naukowcy uważają, że powodem tego jest narażenie na szeroką gamę bakterii, które utrzymują układ odpornościowy w dobrej kondycji i zapobiegają jego atakowi w organizmie w postaci alergii [cyt. za 8].

Badania przeprowadzone przez North Carolina State University [11] także ujawniło, że w domach, w których przebywają psy, panuje znacznie większa różnorodność bakterii niż w domach, w których nie ma psów i to właśnie różnorodność bakterii jest zdaniem naukowców kluczowa. W środowisku naukowym powszechnie panuje teoria, że ludzie jako gatunek stali się zbyt czysti. Jest coraz więcej dowodów na to, że psy mogą faktycznie poprawić nasze zdrowie odpornościowe. Dzieje się tak głównie dzięki legionom bakterii, które wprowadzają do naszych domów, narażając nas na kontakt z szeroką gamą bakterii, z którymi normalnie nie spotkalibyśmy się. Coraz większy nacisk kładzie się na podkreślenie, że zabijanie każdego drobnoustroju, który dostanie się do naszego domu, może w rzeczywistości szkodzić naszemu układowi odpornościowemu. Naukowcy uznali to za „hipotezę higieniczną” [cyt. za 12].

Wiadomo również, że dzieci w domu są ważnym czynnikiem determinującym rozwój mikroflory u dzieci [9]. Ostatnie badania pokazują, że narażenie psów na kontakt z psami we wczesnym okresie życia wiąże się ze zmienionym mikrobiomem jelitowym u niemowląt, co może zmniejszyć ryzyko rozwoju egzemy i astmy. Zatem rodziny myślące o powiększeniu gospodarstwa domowego o zwierzę mogą być dobrym pomysłem [13].

Deai i wsp. [14] także podkreślają, iż zwierzęta domowe mogą być bardzo korzystne dla zdrowia ludzkiego, a nawet mogą pomóc w rozwoju układu odpornościowego człowieka. Badanie autorów koncentrowało się szczególnie na obszarze posiadania zwierząt domowych i jego wpływie na zdrowie, w tym ocenie układu odpornościowego w różnych grupach wiekowych i etnicznych. Aby to sprawdzić przeprowadzono ankietowe badanie pilotażowe obejmujące 136. Uczestników. Autorzy stwierdzili, że posiadanie zwierząt domowych zmniejsza częstotliwość chorób, która różniła się w zależności od grupy etnicznej, w porównaniu do osób nie posiadających zwierząt domowych. Okazało się ponieważ czarnoskórzy i Latynosi mieli wyższy wskaźnik zachorowań niż jakikolwiek inne grupy etniczne. Dzieci w wieku od 3 do 6 lat charakteryzowały się najniższym wskaźnikiem zachorowalności, długości trwania choroby i występowania alergii. Uważają także, że mógł rozwinąć silniejszy układ odpornościowy w wyniku kontaktu ze zwierzętami domowymi we wczesnym wieku. Sugerują jednak uwiarygodnienie wyników i przeprowadzenie badań na większej próbie [14].

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Ownby D., Johnson C.: Does exposure to dogs and cats in the first year of life influence the development of allergic sensitization? *Curr. Opin. Aller. Clin. Immunol.*, 2003, 3, 517-522.
2. Gern J., Reardon C., Hoffjan S. et al.: Effects of dog ownership and genotype on immune development and atopy in infancy. *J. Aller. Clin. Immunol.*, 2004, 113(2), 307-314.
3. Pohlabein H., Jacobs S., Bohmann J.: Exposure to pets and the risk of allergic symptoms during the first 2 years of life. *J. Aller. Clin. Immunol.*, 2007, 17, 302-308.
4. Tranah G., Bracci P., Holly E.: Domestic and farm-animal exposures and risk of non-Hodgkin lymphoma in a population-based study in the San Francisco Bay Area. *Cancer Epidemiol. Biomark. Prev.*, 2008, 17(9), 2382-2387.
5. Guay D.: Pet-assisted therapy in the nursing home setting: Potential for zoonosis. *Am. J. Inf. Cont.*, 2001, 29, 178-186.
6. Rich M., Roberts L.: MRSA in companion animals. *Vet. Rec.*, 2006, 159, 535-536.
7. Nawrocka-Rohnka J. Wpływ kontaktu z psem na organizm człowieka – przegląd literatury, *Nowiny Lekarskie* 2011, 80, 2, 147–152.

8. <https://www.optibacprobiotics.com/learning-lab/in-depth/general-health/dogs-bacteria-could-be-good-for-our-immunity>, data pobrania 10.08.2024.
9. Ownby D.R., Johnson C.C., Peterson E.L. Exposure to dogs and cats in the first year of life and risk of allergic sensitization at 6 to 7 years of age. *JAMA*, 2002, 288, 963-972.
10. Nafsted P., Magnus P., Gaarder P.I. et al. Exposure to pets and atopy-related diseases in the first 4 years of life. *Allergy*. 2001, 56(4), 307-312.
11. Dunn R.R., Fierer N., Henley J.B. et al. Home Life: Factors Structuring the Bacterial Diversity Found within and between Homes. *PLOS ONE*. 2013, 22, 8(5), e64133.
12. Christensen E.D., Hjelmsø M.H., Thorsen J. et al. The developing airway and gut microbiota in early life is influenced by age of older siblings. *Microbiome*, 2022, 13, 10(1), 106.
13. Panzer A.R., Sitarik A.R., Fadrosch D. et al. The impact of prenatal dog keeping on infant gut microbiota development. *Clin. Exp. Allergy*, 2023, 53(8), 833-845.
14. Desai V., Leung C., Lim Y.R. et al. Pets: do they enhance our immunity? A pilot study on pet ownership and the incidence of illness by age and Ethnicity. file:///C:/Users/User/Downloads/2\_Pets\_Do\_They\_Enhance\_Our\_Immunity-1.pdf, data pobrania 10.09.2024.

## WYBRANE ASPEKTY WPLYWU KONTAKTU Z PSEM NA UKŁAD HORMONALNY

*Pies jest jedyną istotą na świecie,  
która pokocha cię bardziej niż siebie samego*  
Josh Billings

W opinii Kikusui i wsp. [1] regulacja hormonalna odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu indywidualnej homeostazy, funkcjonującej od starożytnych organizmów. Szlaki endokrynologiczne rozszerzyły swoje funkcje, aby utrzymać relacje społeczne, takie jak relacje matka-dziecko, współpraca i faworyzowanie grupy wewnętrznej. Związek człowieka z psem, który od ponad 35 000 lat kształtuje współistnienie międzygatunkowe, jest jednym z najciekawszych modeli analizujących społeczną funkcję układów hormonalnych. Podczas procesu udomowienia funkcje glukokortykoidów i oksytocyny odegrały zasadniczą rolę w połączeniu między psami i ludźmi [1].

Psy są wyjątkowo dobrze przystosowane do życia w pobliżu ludzi, za Wirobski i wsp. [2], a podstawowym mechanizmem mogą być zmiany w ich układzie hormonalnym podczas procesu udomowienia. W szczególności zasugerowano, że niskie stężenie kortyzolu w krążeniu w połączeniu z jednocześnie wysokim stężeniem oksytocyny mogło skutkować zwiększoną uległością psów (hipoteza „doboru ze względu na osvajanie”) i zwiększoną skłonnością do interakcji i tworzenia relacji z ludźmi (hipoteza „nadmiernej towarzyskości”) w porównaniu do wilków. Aby to zbadać autorzy przeanalizowali stężenia metabolitów kortyzolu i oksytocyny w próbkach moczu hodowanych, żyjących w stadach psów domowych i ich niedomowych krewnych, szarych wilków. Opierając się na hipotezach przedstawionych powyżej, przewidywali niższe stężenie kortyzolu, ale wyższe stężenie oksytocyny u psów niż u wilków. Wbrew przewidywaniom stwierdzili wyższe stężenie kortyzolu u psów niż u wilków. Jednakże stężenie oksytocyny było wyższe u psów w porównaniu do wilków, chociaż efekt był stosunkowo niewielki. Samce psów miały najwyższe stężenie oksytocyny, podczas gdy stężenie oksytocyny u samic było porównywalne z stężeniem wilków. Stan karmienia, faza rozrodcza i specyficzne interakcje społeczne również znacząco wpływały na stężenie kortyzolu i oksytocyny [2].

Wykazano, za Nawrocka-Rohnka [3], iż kontakt z psem może wpływać na sekrecję:

- oksytocyny - odgrywającej znaczącą rolę podczas akcji porodowej i w okresie połogu,

## WYBRANE ASPEKTY WPŁYWU KONTAKTU Z PSEM NA UKŁAD HORMONALNY

ale wpływającej także na tworzenie więzi międzyludzkich oraz na przywiązanie i troskę o inne istoty

- kortyzolu -związany jest z reakcją organizmu na stres.

Miho i wsp. [4] oceniali poziom oksytocyny u osób mających kontakt z psem, mierząc go przed samym kontaktem oraz tuż po nim. Właściciele psów podzielili na dwie grupy – pierwszą stanowiły osoby deklarujące silną relację ze swoim psem (pies patrzył na nich dłużej), a drugą – osoby deklarujące słabszą relację z psem (pies patrzył na nich krócej). Obie grupy poddano dwóm eksperymentom. W pierwszym z nich właściciele mogli bawić się z czworonogami 30. min, a w drugim natomiast przebywali w jednym pomieszczeniu, jednak nie mogli nawiązywać kontaktu wzrokowego z psem. Wyniki wykazały, iż każdorazowo poziom oksytocyny był wyższy u właścicieli, którzy mieli lepszą relację ze swoim psem. Kolejną obserwacją był fakt, iż w przypadku możliwości swobodnej zabawy poziom oksytocyny był znacznie wyższy niż w przypadku, gdy tylko pies i właściciel przebywali razem w jednym pomieszczeniu bez nawiązywania kontaktu wzrokowego. Autorzy badania sugerują, iż kontakt z psem, w szczególności inicjowany przez psa (patrzenie na właściciela), może podnieść poziom oksytocyny w moczu właściciela, co prawdopodobnie jest to związane z odwzajemnioną reakcją przywiązania u ludzi. Oznacza też, że ludzie i psy wytworzyli wspólny sposób komunikacji przez wiele lat koegzystencji, pomimo istniejących różnic międzygatunkowych [4].

Miller i wsp. [5] określali poziom oksytocyny zaraz po powrocie do domu z pracy. W pierwszym badaniu mogli czytać książkę przez 25. minut, a w drugim badaniu przez 25. minut mieć kontakt z własnym psem. Okazało się, iż w przypadku mężczyzn poziom oksytocyny w obu badaniach spadał, natomiast u kobiet spadał podczas czytania spadał, a wzrastał w czasie kontaktu z psem wzrastał [5].

Handlin i wsp. [6] stwierdzili, że właściciele psów po krótkotrwałym bezpośrednim kontakcie ze swoim psem w 1. i 5. minucie uzyskiwali wyższy poziom oksytocyny w stosunku do grupy kontrolnej, która nie miała kontaktu z psem. Natomiast poziom insuliny i kortyzolu nie różnił się u właścicieli psów w stosunku do grupy kontrolnej. Na wyniki mógł jednak wpłynąć fakt, że w grupie badanej znajdowały się jedynie kobiety i że badani nie byli poddani działaniu żadnego stresora [6].

Z kolei Barker i wsp. [7] stwierdzili zarówno w ślinie, jak i we krwi obniżony poziom kortyzolu po kontakcie z psem. Redukcja stężenia „hormonów stresu” –

glikokortykosteroidów w surowicy krwi, które, jak wiadomo, działają immunosupresyjnie, powoduje, że osoby poddawane interakcjom ze zwierzętami są mniej podatne na choroby infekcyjne [7].

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Kikusui T., Nagasawa M., Nomoto K. et al. Endocrine Regulations in Human–Dog Coexistence through Domestication, *Trends. Endocrinol. Metab.*, 2019, 30(11), 793-806.
2. Wirobski G., Range F., Schaeb S. et al. Endocrine changes related to dog domestication: Comparing urinary cortisol and oxytocin in hand-raised, pack-living dogs and wolves, *Hormones and Behavior*, 128, 104901.
3. Nawrocka-Rohnka J. Wpływ kontaktu z psem na organizm człowieka – przegląd literatury, *Nowiny Lekarskie* 2011, 80, 2, 147–152
4. Miho N., Kikusui T., Onaka T. et al.: Dog`s gaze at its owner increases owner`s urinary oxytocin social interaction. *Horm. Behav.*, 2009, 55, 434-444.
5. Miller S., Kennedy C., DeVoe D. et al.: An Examination of Changes in Oxytocin Levels in Men and Women Before and After Interaction with a Bonded Dog. *Anthrozoos*, 2009, 22(1), 31-42.
6. Handlin L., Hydbrin-Sandberg E., Nilsson A. et al.: Short-Term Interaction between Dogs and Their Owners: Effects on Oxytocin, Cortisol, Insulin and Heart Rate –An Exploratory Study. *Anthrozoos*, 2011, 24(3), 301-315.
7. Barker S., Knisely J., McCain N. et al.: Measuring stress and immune response in healthcare professionals following interaction with a therapy dog: a pilot study. *Psych. Rep.*, 2005, 96(3), 713-729.



## WYBRANE ASPEKTY WPLYWU PSA NA ROZWÓJ DZIECI

*Nie ma na świecie przyjaźni, która trwa wiecznie.  
Jedynym wyjątkiem jest ta, którą obdarza nas pies*

*Konrad Lorenz*

Badania Timperio i wsp. [1] sugerują, że dzieci w których domach jest obecny i wyprowadzany regularnie na spacer pies, mają mniejszą tendencję do nadwagi.

Dzieci mające psa w domu uczą się także odpowiedzialności i empatii, a oprócz rozwoju sfery typowo emocjonalnej, obecność psa wpływa pozytywnie na zaangażowanie i jakość wykonywanych zadań [2].

Pies jest powiernikiem dziecięcych tajemnic, wsłuchuje się w głos dziecka, wyraża pełną akceptację dając mu tym samym poczucie bezpieczeństwa. Potrafi skoncentrować uwagę, zachęcić do wspólnej zabawy, pomóc przełamać lęk przed kontaktem ze światem zewnętrznym [3].

Pies terapeuta sprawdza się również w przypadku dzieci, które doświadczyły sytuacji stresowych w życiu. Głaskanie i przytulanie się do psa jest dla dziecka źródłem bezpieczeństwa co pozwala na stopniowe otwieranie się go na świat zewnętrzny [4].

Pies terapeuta jest doskonałym słuchaczem, dlatego grupą odbiorców są również dzieci przejawiające trudności u uczeniu się czytania. Dziecko w atmosferze całkowitej akceptacji jest w stanie zapomnieć o swoim strachu i o ograniczeniach. Metoda czytania psu jest skutecznym sposobem na poprawę czytania u dzieci [5].

Wzajemna interakcja człowieka ze zwierzęciem może mieć wiele korzyści w tym rozwijanie empatii, czyli wczuwanie się w uczucia i sposób rozumowania innych. Dzieci wychowywane w domach, w których przebywa jakieś zwierzę mają większy poziom empatii i postrzegają zwierzęta na równi ze sobą. Dzięki temu empatia względem zwierząt jest łatwiejsza do osiągnięcia niż empatia względem ludzi, a wraz z dorastaniem dzieci ich umiejętność prawidłowego odgadywania uczuć zwierząt przenosi się także na ludzi co skutkuje poprawą relacji [6].

Dzieci uczą się wychowywać inną istotę, czują się akceptowane, a przede wszystkim potrafią się odprężyć [6].

Bartkiewicz i Zawadka [7] podkreślają, że „podczas kontaktu ze zwierzęciem dzieci często reagują radością, uśmiechem, nadzwyczajnym podnieceniem. Labilność emocjonalna, która bardzo często towarzyszy niepełnosprawnym i ich rodzinom nie wpływa dobrze na

rozwój emocjonalny dziecka. Dlatego, jeśli zajęcia z psem wywołują pozytywne emocje, należy pozwolić mu doświadczać jak najwięcej spotkań ze zwierzęciem”.

Zygmunt Freud, podobnie jak Boris Levinson zabierał swojego psa rasy chow-chow na sesje terapeutyczne, bowiem uważał że obecność psa ma ogromne znaczenie szczególnie w odniesieniu do małych dzieci, działając uspokajająco i pomagając przywrócić pewność siebie [cyt. za 8].

Minatoya i wsp. [9] także podkreślają, że zwierzęta mogą odgrywać rolę w rozwoju społeczno-emocjonalnym dzieci, a posiadanie psa rodzinnego wiąże się z lepszymi wynikami zdrowotnymi. Celem badania autorów było przede wszystkim zbadanie, czy posiadanie psa rodzinnego „kiedykolwiek” było powiązane z wczesnym rozwojem dziecka oraz czy powiązania między posiadaniem psa rodzinnego a wczesnym rozwojem dzieci różnią się w zależności od statusu posiadania psa rodzinnego. Zbadano związek między posiadaniem psa rodzinnego a rozwojem dziecka w wieku 3. lat, wykorzystując dane z ogólnokrajowego prospektywnego badania kohortowego urodzeniowego, Japan Environment and Children's Study (n = 78 941). Posiadanie psa rodzinnego „kiedykolwiek” zostało podzielone na kategorie „tylko w przeszłości”, „tylko obecnie” i „zawsze”. Autorzy zaobserwowali, że u dzieci, które „od zawsze” posiadały psa rodzinnego, wykazano znacznie zmniejszone ryzyko opóźnienia rozwojowego w zakresie komunikacji (iloraz szans [OR] = 0,87; 95% przedział ufności [CI]: 0,78; 0,96), dużej motoryki (OR = 0,83 ; 95% CI: 0,76; 0,92), rozwiązywania problemów (OR = 0,89; 95% CI: 0,83; 0,96) i osobowo-społecznych (OR = 0,86; 95% CI: 0,72; 0,92) w porównaniu z dziećmi z „nigdy” „Posiadanie psa w rodzinie. Co więcej, zaobserwowano znacząco zmniejszone ryzyko opóźnienia rozwoju funkcji motorycznych w związku z życiem z psami „tylko w przeszłości” (OR = 0,83; 95% CI: 0,73; 0,95) i „zawsze” (OR = 0,86; 95% CI: 0,75; 0,98). Ponadto zmniejszone ryzyko opóźnienia rozwojowego w dziedzinie rozwiązywania problemów było powiązane z posiadaniem psa rodzinnego w przeszłości (OR = 0,87; 95% CI: 0,79; 0,97), a w domenie personalno-społecznej było związane z „zawsze” posiadaniem psa rodzinnego (OR = 0,81; 95% CI = 0,68; 0,95). Biorąc pod uwagę możliwy pozytywny związek między wczesnym rozwojem dziecka a posiadaniem psa rodzinnego, mieszkanie z psami może być ważnym czynnikiem, który należy wziąć pod uwagę przy ocenie rozwoju dziecka [9].

Pojawiające się dowody, za Hawkins i wsp. [10] sugerują, że kontakt z psami domowymi w dzieciństwie wiąże się ze zdrowym rozwojem psychicznym przez całe życie. Autorzy zbadali mechanizmy leżące u podstaw korzyści i zagrożeń związanych z przywiązaniem dziecka do psa w dzieciństwie. Celem badania było sprawdzenie

potencjalnej mediacyjnej roli obserwowanych przez opiekuna pozytywnych i negatywnych zachowań dziecka wobec psa, na związek między zgłaszaną przez dziecko przywiązaniem do psa, a zgłaszaną przez opiekuna regulacją emocji u dziecka. Dane ze 117. raportów opiekunów i 77. raportów dzieci zebrano za pomocą ankiety internetowej w kontekście pandemii Covid-19. Równoległe analizy mediacji wykazały, że przywiązanie dziecko do psa miało istotny pośredni wpływ na problemy z zachowaniem, jedynie poprzez negatywne zachowania dziecka do psa oraz na objawy emocjonalne, problemy z rówieśnikami, zachowania prospołeczne, regulację emocji i labilność/negatywność emocjonalną poprzez zarówno pozytywne, jak i negatywne zachowania w relacji dziecka z psem. Wyniki sugerują, że pozytywne i bezpieczne interakcje dziecko-pies można ułatwić poprzez edukację i interwencję, co może mieć wpływ na promowanie pozytywnych wyników rozwojowych [10].

Według Giraudet i wsp. [11] na dobro osobiste duży wpływ ma nasze dzieciństwo, okres dojrzewania oraz relacje utworzone w tych fazach naszego rozwoju. Wiąż człowiek-pies reprezentuje znaczącą relację, która rozpoczęła się tysiące lat temu. Na całym świecie obserwuje się większą częstość posiadania psów, zwłaszcza w gospodarstwach domowych, w których znajdują się dzieci. Autorzy dokonali przeglądu potencjalnego wpływu interakcji dziecko-pies na dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny psa i dziecka. Przeszukanie bazy danych SCOPUS pozwoliło zidentyfikować dokumenty opublikowane pomiędzy styczniem 1980 roku, a kwietniem 2022 roku. Po filtrowaniu kluczowych kryteriów włączenia, usuwaniu duplikatów i sprawdzaniu odniesień do tych dokumentów pod kątem dodatkowych źródeł, sprawdzono łącznie 393. dokumenty, z czego 88% miało charakter naukowy. Udało się im zdefiniować wiele sposobów interakcji dzieci i psów, czy to neutralnych (np. dzielenie wspólnego obszaru), pozytywnych (np. głaskanie), czy negatywnych (np. gryzienie). Następnie znaleziono dowody na związek między interakcjami z psami w dzieciństwie a szeregiem korzyści, takich jak zwiększona aktywność fizyczna, redukcja stresu i rozwój empatii. Niemniej jednak zidentyfikowano kilka szkodliwych skutków zarówno dla ludzi, jak i psów. Dzieci są grupą najbardziej narażoną na ukąszenia psów i choroby odzwierzęce przenoszone przez psy, które mogą prowadzić do urazów/choroby, późniejszego strachu przed psami, a nawet śmierci. Co więcej, żałoba zwierzęcia jest na ogół nieunikniona, jeśli mieszka się z psim towarzyszem i nie należy jej bagatelizować. Koncentrując się na psach, dzieci czasami biorą udział w czynnościach opiekuńczych wobec nich, takich jak karmienie lub chodzenie na spacerach. Stanowią one dla psów okazję nie tylko do zabaw na świeżym powietrzu, ale także do ćwiczeń i spotkań towarzyskich. Z kolei brak aktywności fizycznej

może prowadzić do otyłości zarówno u psów, jak i u dzieci. Psy mogą wykazywać większy poziom stresu w obecności dzieci. Ogólnie rzecz biorąc wydaje się, że korzyści z interakcji dziecko-pies przewyższają ryzyko dla dzieci, ale nie dla psów [11].

Wenden i wsp. [12] przeprowadzili ankietę wśród 1646. rodziców, aby sprawdzić, czy rodziny z przedszkolakami posiadają psa oraz jak często w tygodniu ich dziecko wychodzi na rodzinne spacerunki z psami lub aktywnie się z nim bawi. Do pomiaru rozwoju społeczno-emocjonalnego dzieci wykorzystano wersję kwestionariusza mocnych stron i trudności (SDQ) sporządzoną w formie raportu rodziców. W przypadku dzieci z gospodarstw domowych posiadających psy prawdopodobieństwo wystąpienia problemów z zachowaniem (iloraz szans (OR) = 0,70; 95% przedział ufności (CI): 0,54; 0,90) było zmniejszone, a ryzyko wystąpienia problemów z rówieśnikami (OR = 0,60; 95% CI: 0,46; 0,79) i trudności całkowite (OR = 0,77; 95% CI: 0,59; 0,99) oraz zwiększone prawdopodobieństwo zachowań prospołecznych (OR = 1,34; 95% CI: 1,06; 1,68) w porównaniu z dziećmi bez psa. W gospodarstwach domowych posiadających psy rodzinne spacerunki z psami przynajmniej raz w tygodniu (OR = 1,45; 95% CI: 1,02, 2,08) i aktywna zabawa z psem rodzinnym trzy lub więcej razy w tygodniu (OR = 1,74; 95% CI: 1,16, 2,59) zwiększało prawdopodobieństwo zachowań prospołecznych. Rodzinne spacerunki z psami przynajmniej raz w tygodniu również zmniejszyły prawdopodobieństwo wystąpienia całkowitych trudności (OR = 0,64; 95% CI: 0,42; 0,96). Wyniki poświadczają, że małe dzieci z rodzin posiadających psy miały mniej problemów z rówieśnikami i zachowaniem oraz częściej zachowywały się prospołecznie niż dzieci z rodzin, które nie posiadały psów. Dzieci z rodzin posiadających psy, które spacerowały lub bawiły się z psem, częściej wykazywały również lepsze zachowania prospołeczne. Pozytywny rozwój społeczno-emocjonalny wiązał się z posiadaniem psa, rodzinnymi spacerunkami z psami i zabawami z psami u małych dzieci. Świadczy to według autorów, że społeczno-emocjonalne korzyści z posiadania psa mogą zacząć się już we wczesnym dzieciństwie, a posiadanie psa i interakcja z nim poprzez zabawę i spacerunki mogą być ważnymi mechanizmami ułatwiającymi rozwój społeczno-emocjonalny małych dzieci [12].

Wanser i wsp. [13] sprawdzali, czy psy rodzinne wykazywały synchronizację behawioralną z dziećmi będącymi członkami rodziny i stwierdzili, że psy angażowały się w trzy mierzone komponenty synchronizacji behawioralnej z synchronizacją aktywności partnera ( $p < 0,0001$ ), bliskością ( $p < 0,0001$ ) i orientacją ( $p = 0,0026$ ) – na poziomach większych, niż można by oczekiwać. Odkrycie, że psy rodzinne synchronizują swoje zachowanie z zachowaniem dzieci, może rzucić światło na to, jak psy postrzegają znajome dzieci [13].

Badanie interwencyjne PLAYCE PAWS prowadzone przez Ng i wsp. [14] w Perth w Australii Zachodniej, było skierowane do rodziców z rodzin posiadających psy z dziećmi w wieku od 5 do 8 lat. Około 150. rodziców i dzieci będących właścicielami psów zostało losowo przydzielonych do jednej z dwóch grup interwencyjnych lub grupy kontrolnej objętej zwykłą opieką. Pierwsza grupa interwencyjna przez 4. tygodnie otrzymywała wiadomości SMS zachęcające i zachęcające rodziców do spacerów i zabaw z psami z dzieckiem. Druga grupa interwencyjna otrzymała te same wiadomości tekstowe, a także krokomierz dla psa i spersonalizowany dziennik „psich kroków”, który dziecko mogło wypełnić. Pomiarów wyników zgłaszane przez rodziców obejmowały zmiany w sposobie spacerów i zabawy dzieci z psami, ogólną aktywność fizyczną, rozwój społeczno-emocjonalny, samoregulację, poczucie własnej wartości, empatię i poziom przywiązania do psa. Badanie PLAYCE PAWS wydaje się być pierwszym, w którym zbadano skuteczność taniej interwencji zdrowotnej w zwiększaniu aktywności fizycznej małych dzieci poprzez spacerowanie z psami i zabawę [14].

Przeprowadzona przez Hayley i wsp. [15] wtórna analiza badania „Play Spaces & Environments for Children’s Physical Activity” (PLAYCE, 2015–2018) z udziałem 1366. dzieci w wieku 2–5 lat ze 122. ośrodków opieki dziennej w Perth w Australii polegała. Zbadano czynniki społeczno-demograficzne i zachowania ruchowe (aktywność fizyczna, czas spędzany przed ekranem, sen) pod kątem posiadania psa, zabaw z psami i spacerów z nimi. Przedszkolaki posiadające psy podejmowały aktywność fizyczną 8. razy w tygodniu, ale bawiły się w parku o 6. minut dziennie mniej niż osoby niebędące właścicielami psów (wszystkie  $p < 0,05$ ). Przedszkolaki posiadające psy, które bawiły się z psem  $\geq 3$  razy w tygodniu, wykazywały większą aktywność fizyczną, bawiły się na świeżym powietrzu i spały o 16. minut dziennie więcej (wszystkie  $p < 0,05$ ). W przypadku właścicieli psów rodzinne spacerowanie z psami  $\geq 3$  razy w tygodniu były dodatnio powiązane z aktywnością fizyczną przedszkolaków i zabawą na świeżym powietrzu, a ujemnie z czasem spędzonym przed ekranem (wszystkie  $p < 0,05$ ). Powyższe sugeruje, że korzyści związane z aktywnością fizyczną wynikającą z posiadania psa rodzinnego można odczuć, gdy przedszkolaki spędzają czas na zabawie i spacerach ze swoim psem. Spacerowanie i zabawa z psami, a nie samo posiadanie psa, mogą być ważnym źródłem aktywności fizycznej dla przedszkolaków [15].

Warto podkreślić [16], że pies ma temperaturę ciała wyższą o około 1 stopień od temperatury ciała człowieka, stąd czynnik termiczny, „obok wrażenia przyjemnej miękkości sierści psa, ma dla człowieka duże znaczenie, ponieważ w subtelny sposób łączy się ze wspomnieniami z okresu niemowlęstwa, gdy doświadczała ciepła i poczucia

bezpieczeństwa. Głaskanie psa i przytulanie się do niego jest przyjemne, sprzyja więc rozluźnieniu mięśni i relaksowi”.

Dzieci, bardziej spontanicznie niż dorośli przytulają się do psa całym ciałem [16]. Każdy człowiek nosi w sobie takie wewnętrzne dziecko, które pragnie być otoczone opieką, i wewnętrznego rodzica, który pragnie dawać innym poczucie bezpieczeństwa. Duży, dający poczucie bezpieczeństwa pies, do którego można się przytulić, może w pewnych sytuacjach pełnić rolę rodzica. „A opanowanie go, władza nad nim, daje poczucie siły i mocy, pozwala budować poczucie własnej wartości, niezbędne w dorosłym, niezależnym, życiu”. Mały piesek przywozi na myśl słodkie, bezbronne dziecko, potrzebujące ochrony, opieki i pielęgnacji. Te dziecinne cechy wywołują chęć wychowywania oraz otoczenia rodzicielską opieką i ochroną (tzw. słodkie relacje). Zajmowanie się nim, tulenie i czułe przemawianie pozwala zaspokoić potrzebę „wewnętrznego rodzica” [16].

Dużą zaletą psa jest plastyczność jego psychiki [16]. Szybko uczy się swojej roli, stosunkowo szybko dostosowuje się do oczekiwań swoich właścicieli, potrafi znaleźć swoje miejsce w hierarchii rodziny (traktuje ją jak własne stado). Nie ocenia, nie krytykuje, nie stawia warunków, nie udaje i wyraża swoje uczucia spontanicznie, angażując całe swoje ciało. W przypadku dzieci doświadczających samotności, odrzucenia i zagubionych wśród dorosłych, zajętych swoimi sprawami lub nie potrafiących nawiązać bliskiego kontaktu z własnymi dziećmi, pies może stanowić rodzaj pierwszej pomocy emocjonalnej [16].

Pies nie może zastąpić rodzica, ale pomaga złagodzić skutki jego braku lub przemocy doświadczanej ze strony rodziców, a dzięki niemu nieznane dziecku sytuacje i obce osoby mogą się stać mniej niepokojące. Dzieci wykonujące testy w obecności psa ujawniały niższy poziom lęku niż dzieci wykonujące go w samotności [16].

Doświadczenia z wczesnego dzieciństwa wywierają ogromny wpływ na strukturę mózgu i jego możliwości [16]. Wspomaganie rozwoju to działanie potrzebne wszystkim dzieciom. W przypadku prawidłowo rozwijających się dzieci pomaga rozwinąć ich zdolności, zaś dzieciom, które rozwijają się wolniej, pomagają dogonić rówieśników i lepiej radzić sobie w codziennym życiu [16].

### PIŚMIENNICTWO

1. Timperio A., Salmon J., Binh C. et al.: Is dog ownership or dog walking associated with weight status in children and their parents? *Health Prom. Jour. of Aust.*, 2008, 19(1), 60-63.

2. Gee N., Sherlock T., Bennett E. et al.: Preschoolers' adherence to instructions as a function of presence of a dog and motor skills task. *Anthrozoos*, 2009, 22(3), 267-276.
3. Chrost S. Dogoterapia jako metoda wspomagania procesu rehabilitacji dzieci, *Rozprawy Społeczne* 2018, 12(3), 64-72.
4. Machoś-Nikodem M. Rola kynoterapii (dogoterapii) w usprawnianiu komunikacji małego dziecka z deficytami rozwojowymi [w:] *Terapia psychopedagogiczna z udziałem psa. Wybrane zagadnienia* Włodarczyk-Dudka W. (red.), Wyd. Drwęca, Ostróda, 2006: 78-88.
5. Kulisiewicz B. Dogoterapia we wspomaganiu nauki i usprawnianiu techniki czytania. Wyd. Impuls, Kraków, 2009.
6. Filozof J. Dogoterapia? Co to jest? Jarosław: Polskie Stowarzyszenie na rzecz osób z upośledzeniem umysłowym, 2004.
7. Bartkiewicz W., Zawadka M. Pies terapeuta i przyjaciel rodziny. Rola psa w procesie rehabilitacji niepełnosprawnego dziecka. Wyd. Przyjaciel, Warszawa, 2008.
8. Kurzeja A., Godawa J. Wykorzystanie zooterapii w terapii pedagogicznej na przykładzie terapii z udziałem psa. *Chowanna*, 2009, 1, 85-96.
9. Minatoya M., Atsuko Ikeda-Araki A., Chihiro Miyashita–Ch. Et al. Association between Early Life Child Development and Family Dog Ownership: A Prospective Birth Cohort Study of the Japan Environment and Children's Study. *Int J Environ Res Public Health*, 2021, 2, 18(13), 7082.
10. Hawkins R.D., Robinson Ch., Brodie Z.P. Child-Dog Attachment, Emotion Regulation and Psychopathology: The Mediating Role of Positive and Negative Behaviours, *Behav Sci (Basel)*, 2022, 15, 12(4), 109.
11. Giraudet C.S.E., Liu K., McElliot A.G. et al. Are children and dogs best friends? A scoping review to explore the positive and negative effects of child-dog interactions. *Peer J.*, 2022, 19, 10, e14532.
12. Wenden J.E., Lester L., Zubrick S.R. et al. The relationship between dog ownership, dog play, family dog walking, and pre-schooler social-emotional development: findings from the PLAYCE observational study. *Pediatr Res.*, 2021, 89(4), 1013-1019.
13. Wanser S.H., MacDonald M., Udell M.A.R. Dog-human behavioral synchronization: family dogs synchronize their behavior with child family members, 2021, 24(4), 747-752.

14. Ng M., Wenden E., Lester L. et al. A study protocol for a randomised controlled trial to evaluate the effectiveness of a dog-facilitated physical activity minimal intervention on young children's physical activity, health and development: the PLAYCE PAWS trial, 2021, 6, 21(1), 51.
15. Hayley E.Ch., Wenden E., Ng M. et al. Association between preschooler movement behaviours, family dog ownership, dog play and dog walking: Findings from the PLAYCE study. Preventive Medicine Reports, 2022, 26(5), 101753.
16. Stuba-Poppek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomagania nauki pisania i czytania u dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Kraków 2013, [https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia\\_jako\\_naturalna\\_metoda\\_wspomagania\\_nauki\\_pisania\\_i\\_czytania\\_u\\_dzieci\\_o\\_specjalnych\\_po.pdf?z%3A1U%2B0S%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u](https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia_jako_naturalna_metoda_wspomagania_nauki_pisania_i_czytania_u_dzieci_o_specjalnych_po.pdf?z%3A1U%2B0S%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u), data pobrania 11.08.2024.



**ROLA PSA W PRACY PEDAGOGA I PSYCHOPEDAGOGA  
– WYBRANE ASPEKTY**

*Nie ufam ludziom,  
mój pies jest wierniejszy od nich  
Wilhelm Canaris*

Terapeutyczny wymiar dogoterapii odnosi się nie tylko do strictly zdrowotnych aspektów, ale znajduje również szerokie zastosowanie w pracy pedagogicznej i edukacji dzieci, a psy stają się coraz bardziej popularne w placówkach pedagogicznych.

Uważa się, że Meixner, Kotrschal [1] że z interwencji z udziałem psa odnoszą korzyści zwłaszcza dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Jednakże wiarygodnych dowodów na poparcie takich twierdzeń jest nadal niewiele, a raporty na temat skuteczności tego podejścia są często niepotwierdzone. Celem przeglądu autorów była ocena literatury w celu znalezienia odpowiedzi na pytanie, czy interwencje z udziałem psa w placówce edukacyjnej mogą pomóc dzieciom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w poprawie i rozwoju ich umiejętności emocjonalnych, społecznych i poznawczych [1].

Zgodnie z Wytocznymi PRISMA (*Preferred Reporting Items of Systematic Reviews and Meta-Analyses*) do lutego 2021 roku Meixner i Kotrschal [1] systematycznie przeszukiwali literaturę pod kątem badań eksperymentalnych. Ostatecznie uwzględnili osiemnaście badań, które znacznie różniły się pod względem rodzaju interwencji, mierzonych wyników, wielkości próby i jakości naukowej, co wykluczało formalną metaanalizę. W związku z tym autorzy zdecydowali się na syntezę narracyjną. Ogólnie rzecz biorąc, badania przynoszą mieszane wyniki w różnych obszarach funkcjonalnych, takich jak redukcja stresu, motywacja, umiejętności społeczne, zdolności poznawcze, umiejętność czytania, zachowania społeczne i dobrostan psychiczny. Żadne badanie nie wykazało żadnych negatywnych skutków interwencji. Najbardziej jednoznaczne dowody pochodzą z badań wpływu psów na reakcję stresową fizjologiczną w trudnych sytuacjach oraz na motywację i przestrzeganie poleceń, stwierdzając znacznie niższy poziom kortyzolu zarówno u dzieci, jak i pedagogów w obecności psów, a także zwiększoną motywację do nauki i weż udział. Wyniki dotyczące innych wyników, akademickich lub społecznych, pozostają jednak niejednoznaczne. Całkowicie brakuje danych na temat skutków długoterminowych. Mimo to autorzy wskazują na potencjał interwencji z udziałem psa w pedagogice specjalnej,

## ROLA PSA W PRACY PEDAGOGA I PSYCHOPEDAGOGA – WYBRANE ASPEKTY

szczególnie w zakresie wspierania spokojnej i pełnej zaufania atmosfery społecznej [1].

Cele pracy pedagogicznej z udziałem psa, za Kabrowniczek [2] to m.in.:

- doskonalenie sprawności motorycznej i precyzji ruchów
- kształtowanie pozytywnych emocji u dziecka tj. empatia
- nauka zasad bezpieczeństwa w relacjach z innymi, kształtowanie odpowiednich postaw i zachowań
- nawiązywanie kontaktu z psem,
- nawiązywanie spontanicznej komunikacji,
- niwelowanie lęków u dzieci,
- relaksacja i odpoczynek,
- umiejętność okazywania emocji
- zwiększenie koncentracji i uwagi.

Szczególne zastosowanie znajduje tu terapia z udziałem psa we wspomaganiu i usprawnianiu umiejętności czytania. Trudności w przyswajaniu wiedzy i problemy z czytaniem są nierzadkim problemem w edukacji dzieci. Dodatkowo napięcie emocjonalne i presja otoczenia wzmagają problemy w rozwoju intelektualnym poznawczym dziecka, a nawet przyczyniają się do zahamowań intelektualnych [3].

Stymulacja poprzez naukę z psem ogrywa znaczącą rolę w usprawnianiu nauki czytania i nabywaniu dodatkowych umiejętności. Zajęcia z udziałem psa wyzwalają pozytywne emocje u dzieci, powodują spadek napięcia mięśniowego, zmniejszają niepokój i stres, a dodatkowo dają poczucie bezpieczeństwa [3].

Punktem wyjścia do prowadzenia zajęć z psem, za Kulisiewicz [4] jest ukierunkowanie pracy na punktach pozytywnych dziecka, w tym zebranie informacji o tym, co dziecko potrafi, co lubi robić, jakie czynności sprawiają mu radość, a jakie przyjemność. Diagnozowanie umiejętności dziecka odbywa się przede wszystkim przez zabawę. Zaleca się, aby pierwsze zajęcia odbyły się bez udziału psa i skoncentrować się na poznaniu dziecka, obserwowaniu go w swobodnej zabawie, uzyskaniu jego akceptacji i zgody na bliski kontakt [4].

Pies uczestniczący w zajęciach odgrywa ważną rolę edukacyjną [4]:

- ułatwia pokonywanie oporu przed nawiązaniem kontaktu,
- eliminuje zachowania opozycyjne,
- rozwija zdolności dzieci do uczenia się,
- sprawia, że dziecko czuje się bezpiecznie.

## ROLA PSA W PRACY PEDAGOGA I PSYCHOPEDAGOGA – WYBRANE ASPEKTY

Warto zachęcać dziecko, aby wyjaśniało psu sens odbywanych ćwiczeń, pokazywało i nazywało przedmioty, którymi się bawi, bowiem dziecko chętniej niż dla dorosłego ułoży zadanie dla psa, opowie o swych wątpliwościach i spostrzeżeniach [4].

Wykazano, że [4,5]:

- z psem łatwiej dziecku nauczyć się czytać,
- wielokrotne powtarzanie psu zwrotek wiersza ułatwia dziecku opanowanie go na pamięć
- z psem łatwiej opanować liczenie („łapy fajnie się liczy”).

„Czytanie psu ma na celu poprawę umiejętności czytania, doskonalenie umiejętności komunikowania się oraz rozbudzenie u dzieci zainteresowania książką. Zaletą tej metody jest to, że dzieci nie odczuwają stresu, który zwykle towarzyszy czytaniu w klasie w obecności rówieśników i nauczyciela [5].

Psy nie potrafią czytać, ale są za to świetnymi słuchaczami. W ich obecności powstają sprzyjające warunki do czytania, dzieci znajdują motywację i chęć. „Pies nie krytykuje, nie poprawia, nie przerywa, nie mówi: „Siedź prosto!”, nie okazuje zniecierpliwienia. Natomiast interesuje się tym, co dziecko robi, słucha uważnie, pozwala dziecku na czytanie we własnym tempie i bezwarunkowo dziecko akceptuje. Dzieci uczą się, jak cieszyć się czytaniem, dlatego że słuchacz jest uważny i nie wyśmiewa, kiedy robią błędy” [5].

Nauka czytania odbywa się na siedmiu etapach: pojedyncze słowa, wyrażenia dwuwyrzowe, proste zdania, zdania rozbudowane, książki i alfabet [4]. Ostatnim etapem jest ewaluacja. Proponowane ćwiczenia ułatwią dziecku opanowanie czytania, a forma zabawy sprawia, że nauka będzie przyjemniejsza i da lepsze wyniki [4].

Oprócz nauki i treningu czytania, za Kulisiewicz [4] zajęcia z psem kształtują zainteresowanie książką i czytelnictwem oraz umiejętność korzystania z różnych źródeł informacji.

„Zaletą tej metody jest to, że może być zastosowana w różnych sceneriach (w klasie, bibliotece, na ławce w parku). Czytanie psu zwiększa możliwości dzieci, jest dla nich niepowtarzalnym i zabawnym doświadczeniem. Dziecko zapomina o tym, jak ciężkie wydawało mu się, jak ciężkie wydawało mu się czytanie, zapomina o wysiłku i ograniczeniach i wyczekuje na kolejne zajęcia (...). Sukcesy osiągnięte na zajęciach z psem są przenoszone na inne sfery ich życia: dzieci zaczynają odrabiać prace domowe, są aktywniejsze na zajęciach, łatwiej nawiązują przyjaźnie” [4].

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Meixner J., Kotrschal K. Animal-Assisted Interventions With Dogs in Special Education—A Systematic Review, *Front. Psychol.*, 2022, 13, 876290.
2. Karbowniczek J, Mielczrek J.: Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. *Edukacja elementarna w Teorii i Praktyce* 2007, 2, 37-45.
3. Kulisiewicz B. Dogoterapia we wspomaganie nauki i usprawnianiu nauki czytania. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków, 2014.
4. Kulisiewicz B. Witaj piesku! Dogoterapia we wspomaganie rozwoju dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Impuls, Kraków, 2013.
5. Stuba-Poppek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie nauki pisania i czytania u dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Kraków, 2013, [https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia\\_jako\\_naturalna\\_metoda\\_wspomaganie\\_nauki\\_pisania\\_i\\_czytania\\_u\\_dzieci\\_o\\_specjalnych\\_po.pdf?z%3A1U%2B0S%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u](https://cloud-c.edupage.org/cloud/Dogoterapia_jako_naturalna_metoda_wspomaganie_nauki_pisania_i_czytania_u_dzieci_o_specjalnych_po.pdf?z%3A1U%2B0S%2Bhoi9n3wZNA%2F12e2k2DCea%2FDleVRajyKVmfsoWFtHRNMsQxpVNDXHvmq0u), data pobrania 11.08.2024.

## **WPLYW KONTAKTU Z PSEM NA SPRAWNOŚĆ FIZYCZNĄ – WYBRANE ASPEKTY**

*Psy kochają przyjaciół i gryzą wrogów,  
w odróżnieniu od ludzi, którzy niezdolni są do czystej miłości  
i zawsze muszą mieszać miłość z nienawiścią*  
Zygmunt Freud

Badania dotyczące zależności pomiędzy zdrowiem, a posiadaniem psa, jak już wcześniej wspomniano, wykazały, że opieka nad czworonogiem ma pozytywny wpływ na ludzki organizm. Przede wszystkim właściciele tych zwierząt więcej czasu poświęcali na aktywność fizyczną i spacerują każdego dnia niezależnie od pogody.

Z badań przeprowadzonych przez Headey i wsp. [1] w grupie 629. australijskich właścicieli psów wynika, iż 72% z nich deklarowało spacerowanie ze swoim psem ponad 150 minut w ciągu tygodnia, co daje ok. 20 min dziennie.

W Chinach zaś zauważono, że posiadacze czworonogów częściej korzystają z zajęć fitnessu [cyt. za 1].

Z kolei Müllersdorf i wsp. [2] przebadali 40. tysięcy Szwedów, w tym 25. tysięcy osób nie posiadających zwierząt i niemal 15. tysięcy osób posiadających czworonogi. Wykazali, że właściciele zwierząt charakteryzowali się lepszym zdrowiem fizycznym oraz wyższą aktywnością fizyczną. Respondenci deklarowali, iż zwiększona aktywność fizyczna jest związana ze spacerowaniem z psem [2].

Liczne badania naukowe [cyt. za 3] sugerują, że właściciele psów są zdrowsi fizycznie i psychicznie niż przeciętny człowiek. Pierwszą oczywistą korzyścią zdrowotną wynikającą z posiadania psa są spacerowanie, bowiem wykazano, że przeciętnie właściciele psów są prawie dwukrotnie bardziej aktywni fizycznie niż właściciele niebędący właścicielami psów, a także rzadziej cierpią na problemy psychiczne [cyt. za 3].

Także Adams i wsp. [4] podkreśla, że regularna aktywność fizyczna jest ważna dla zdrowia fizycznego i psychicznego dzieci, jednak wiele dzieci nie osiąga zalecanej dawki aktywności fizycznej. Autorzy w swoim badaniu wykorzystali dane z badania kohortowego dotyczącego przestrzeni zabaw i środowisk aktywności fizycznej dzieci (PLAYCE), aby zbadać podłużny wpływ statusu posiadania psa na zachowania ruchowe dzieci. Zmiana w posiadaniu psa z przedszkola (fala 1, wiek 2-5) na szkołę w pełnym wymiarze godzin (fala 2, wiek 5-7) została wykorzystana jako naturalny eksperyment z czterema odrębnymi grupami

## WPLYW KONTAKTU Z PSEM NA SPRAWNOŚĆ FIZYCZNĄ – WYBRANE ASPEKTY

właściciele psów: kontynuujących niebędących właścicielami psów ( $n = 307$ ), utrzymujących się właściciele psów ( $n = 204$ ), psa nabytego ( $n = 58$ ) i utraty psa ( $n = 31$ ; łącznie  $n = 600$ ). Codzienne zachowania ruchowe, w tym aktywność fizyczna, czas siedzenia, sen i czas spędzany przed ekranem, mierzono za pomocą akcelerometrii i ankiet wśród rodziców. Różnice między grupami w czasie i ze względu na płeć zbadano przy użyciu modeli regresji liniowej z efektami mieszanymi. Dziewczęta i chłopcy, którzy kupili psa zwiększyli swoją nieustrukturyzowaną aktywność fizyczną o 6,8 (95% CI 3,2; 10,3) i 7,1 (95% CI 3,9; 10,3) okazji/tydzień, w porównaniu do braku zmian wśród osób niebędących właścicielami psów. Dziewczęta i chłopcy, którzy stracili psa, ograniczyli swoją nieustrukturyzowaną aktywność fizyczną o 10,2 (95% CI -15,0; -5,3) i 7,7 (95% CI -12,0; -3,5) okazji/tydzień. Dziewczęta, które straciły psa zmniejszyły swoją całkowitą aktywność fizyczną o 46,3 min/dzień (95% CI -107,5; 14,8) w porównaniu z brakiem zmian wśród osób nie posiadających psów. Dalsze posiadanie psa zazwyczaj nie było powiązane z zachowaniami ruchowymi. Pozytywny wpływ posiadania psa na aktywność fizyczną dzieci zaczyna się już we wczesnym dzieciństwie i różni się w zależności od płci dziecka. Autorzy uważają, że powinny być prowadzone dalsze badania oceniające wpływ aktywności fizycznej prowadzonej przez psa na ogólną aktywność fizyczną dzieci, w tym intensywność i czas trwania spacerów i zabaw z psami [4].

Także Toohey i Rock [5] podają, że właściciele psów są zwykle bardziej aktywni fizycznie niż osoby niebędące właścicielami. Autorzy przeprowadzili przegląd badań, aby zidentyfikować te dotyczące wpływu psów na aktywność fizyczną zarówno właścicieli psów, jak i osób niebędących właścicielami. Do przeglądu zakwalifikowali 35. badań różnych autorów. Badania te potwierdziły, że zachowania psów i właścicieli wpływają na wspólne środowisko fizyczne i społeczne w sposób, który może wpływać na wzorce aktywności fizycznej, nie tylko wśród właścicieli psów, ale także wśród osób niebędących właścicielami. Kierunek wpływu był najbardziej pozytywny w dzielnicach charakteryzujących się wysokim poziomem spójności społecznej, statusem społeczno-ekonomicznym, postrzeganym bezpieczeństwem, dominującą kulturą lub wszystkimi powyższymi [5].

Dall i wsp. [6] prowadzili badania w grupie 43 par właścicieli psów i osób niebędących właścicielami psów, dobranych na podstawie szeregu zmiennych demograficznych. Ich zadaniem było noszenie monitora activPAL nieprzerwanie przez trzy na temat danych demograficznych swoich i psów, obowiązków opiekuńczych oraz wypełnili dziennik godzin pobudek. Dane z dzienniczka wykorzystano do wyodrębnienia czasu przebudzenia oraz wyników pomiaru czasu spędzonego na chodzeniu, czasu spędzonego na

## WPLYW KONTAKTU Z PSEM NA SPRAWNOŚĆ FIZYCZNĄ – WYBRANE ASPEKTY

chodzeniu w umiarkowanej rytmie ( $> 100$  kroków/min), czasu spędzonego na pozycji stojącej, czasu spędzonego na siedzeniu, liczby zdarzeń związanych z siedzeniem (ciągłe okresy siedzenia) oraz liczby i czasu spędzonego w pozycji siedzącej podczas długotrwałych wydarzeń ( $>30$  min). Do każdego pomiaru zastosowano liniowy model efektów mieszanych z posiadaniem psa jako efektem stałym i strukturą efektów losowych punktu pomiarowego zagnieżdżonego w uczestniku zagnieżdżonym parami, aby ocenić wpływ posiadania psa. Okazało się, że posiadanie psa miało potencjalnie duży wpływ poprawiający zdrowie - średni efekt 22. minut dodatkowego czasu spędzonego na chodzeniu. Właściciele psów mieli znacznie mniej czasu spędzonego na siedzeniu. Nie było jednak znaczących różnic między grupami ani pod względem całkowitego czasu spędzonego w pozycji siedzącej, ani liczby lub czasu trwania długotrwałych zdarzeń związanych z siedzącym trybem [6].

Celem randomizowanego, kontrolowanego badania prowadzonego przez Richards i wsp. [7] była ocena 3. miesięcznej interwencji aktywności fizycznej opartej na teorii społecznego poznania (SCT). W badaniu podłużnym obejmującym powtarzane działania - 49. właścicieli psów zostało losowo przydzielonych do grupy kontrolnej ( $n = 25$ ) lub grupy interwencyjnej ( $n = 24$ ). Grupa interwencyjna otrzymywała wiadomości e-mail (dwa razy w tygodniu przez 4. tygodnie i co tydzień przez 8. tygodni), których celem było wpłynięcie na konstrukty SCT dotyczące poczucia własnej skuteczności, samoregulacji, oczekiwań i oczekiwań dotyczących wyników oraz wsparcia społecznego. Na początku badania i co 3. miesiące do roku uczestnicy wypełniali samodzielnie wypełniane kwestionariusze zawierające zmienne indywidualne, interpersonalne i PA. Z wyjątkiem 9. miesiąca uczestnicy grupy interwencyjnej zgromadzili znacznie więcej tygodniowych minut spacerów z psami niż grupa kontrolna. W grupie interwencyjnej stwierdzono średnio o 58,4 minuty więcej ( $SD = 18,1$ ) tygodniowego spaceru z psem niż w grupie kontrolnej ( $p < 0,05$ ). Poczucie własnej skuteczności częściowo pośredniczyło w wpływie zmiennych wsparcia społecznego na spaceru z psami. Wyniki wskazują, że prosta interwencja e-mailowa oparta na SCT skutecznie zwiększa i utrzymuje wzrost liczby spacerów z psami wśród właścicieli psów po 12 miesiącach obserwacji. W świetle tych ustaleń korzystne może być zaprojektowanie interwencji związanych z wyprowadzaniem psów, które skupiałyby się na zwiększaniu poczucia własnej skuteczności w zakresie wyprowadzania psów poprzez wspieranie wsparcia społecznego [7].

Brown i Jensen [8] przez dwa lata badali możliwości pieszych i mierniki aktywności mieszkańców mieszkających w promieniu dwóch km od ulicy odnowionej z szynami oświe-

tleniowymi, ścieżkami rowerowymi i chodnikami. Skontrolowana możliwość chodzenia (inwentarz Irvine-Minnesota) była bardziej spójnie powiązana z posiadaniem psów i grupami spacerującymi, niż postrzegana możliwość chodzenia (skala możliwości chodzenia po środowisku sąsiedzki). W przypadku osób spacerujących z psami odsetek spacerów rekreacyjnych zgłaszany był znacznie częściej (289–383 min tygodniowo) w porównaniu z innymi grupami (100–270 min tygodniowo), pomimo braku różnic w zakresie lekkiej lub umiarkowanej do intensywnej aktywności fizycznej mierzonej akcelerometrem (MVPA) [8]

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Headey B., Na F., Zheng R.: Pet Dogs Benefit Owners' Health: A 'Natural Experiment' in China. *Soc. Indic. Res.*, 2008, 87(3), 481-493.
2. Müllersdorf M., Granström F., Sahlqvist L. et al.: Aspects Of Health, Physical/Leisure Activities, Work And Socio-Demographics Associated With Pet Ownership In Sweden. *Scan. J. Public. Health*, 2010, 38(1), 53-63.
3. Brown S.G., Rhodes E.R. Relationships among dog ownership and leisure-time walking in Western Canadian adults. *Am J Prev Med.* 2006, 30, 2. 131-136.
4. Adams E.K., Murray K., Trost S.G. et al. Longitudinal effects of dog ownership, dog acquisition, and dog loss on children's movement behaviours: findings from the PLAYCE cohort study. *J Behav Nutr Phys Act.* 2024, 21, 7, 2-16.
5. Toohey A.M., Rock M.J. Unleashing their potential: a critical realist scoping review of the influence of dogs on physical activity for dog-owners and non-owners. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2011, 21, 8, 46.
6. Dall P.M., Ellis S.L.H., Ellis B.M. et al. The influence of dog ownership on objective measures of free-living physical activity and sedentary behaviour in community-dwelling older adults: a longitudinal case-controlled study *BMC Public Health*, 2017, 9, 17(1), 496.
7. Richards E.A., Ogata N., Cheng CH.W. Evaluation of the Dogs, Physical Activity, and Walking (Dogs PAW) Intervention: A Randomized Controlled Trial. *Nurs. Res.*, 2016, 65(3), 191-201.
8. Brown B.B., Jensen W.A. Dog Ownership and Walking: Perceived and Audited Walkability and Activity Correlates. *Int J Environ Res Public Health*, 2020, 21, 17(4), 1385.



## WPLYW KONTAKTU Z PSEM NA KONDYCJĘ PSYCHICZNĄ

*Jedynym całkowicie bezinteresownym przyjacielem,  
którego można mieć na tym interesownym świecie,  
takim, który nigdy go nie opuści,  
nigdy nie okaże się niewdzięcznym lub zdradzieckim, jest pies...  
Pocałuje rękę, która nie będzie mogła mu dać jeść,  
wylizze rany odniesione w starciu z brutalnością świata...  
Kiedy wszyscy inni przyjaciele odejdą, on pozostanie*

*George G. Vest*

Bliski kontakt fizyczny z psem przynosi dużą ulgę emocjonalną ich opiekunom - wycisza, sprzyja pozbyciu się napięcia i odstresowuje. Pies jest zawsze przy opiekunie, bez względu na porę dnia i nocy.

Badania Barkera i wsp. [1] oraz Allena i wsp. [2] wykazały, że właściciele psów, z którymi są w pozytywnej relacji, prezentują obniżoną reakcję na stres. Pies bowiem oprócz wsparcia, które może zapewnić sama jego obecność, wpływa także pozytywnie na psychikę właściciela. Głaskanie, przytulanie, zabawa z nim, nawet samo obserwowanie czy radość psa na widok właściciela zapewniają poczucie bezpieczeństwa i przywiązania, co pozytywnie wpływa na redukcję stresu [1,2].

Relacja z psem może wpływać na interakcje właściciela z innymi ludźmi, bowiem za McNicholas i Collis [3] pies to silny katalizator kontaktów społecznych.

Pozytywne nastawienie do zwierząt powoduje, że odgrywają one bardzo ważną rolę w życiu osób samotnych i stanowią substytut towarzystwa innych ludzi. Osoby posiadające psa i deklarujące pozytywną relację z nim znacznie rzadziej uskarżały się na uczucie osamotnienia [4].

Osoby cierpiące na zespół przewlekłego zmęczenia, za Wells [5] twierdzą, że ich zwierzęta domowe, w szczególności psy, poprawiają jakość ich życia i poprawiają kondycję psychiczną. Jednak mimo to wyniki obiektywnych badań tego nie wykazują [5].

W Chinach, za Müllersdorf i wsp. [6] przebadano 3030 osób, z których połowa miała psa. Okazało się, że właściciele psów zgłaszali znacznie mniej problemów ze snem i rzadziej cierpieli na bezsenność niż osoby nie posiadające czworonoga [6].

Jąkanie ma negatywny wpływ na jakość życia jednostki i wiąże się z większym ryzykiem rozwoju problemów społecznych i psychologicznych. Z tej perspektywy, pomimo

różnorodności hipotez etiologicznych i metod leczenia jąkania, współpraca między psychologią a terapią logopedyczną wydaje się mieć znaczenie. Ichitani i wsp. [7] wykazali, że obecność, szczególnie psów, może pomóc tej grupie pacjentów. Celem ich badania była ocena wpływu obecności psa na ekspresję treści psychicznych osoby jākającej. Badaniem objęli 45. letnią kobietę, mężatkę, bez dzieci, z ukończoną szkołą podstawową, pracującą jako asystentka fryzjerska. Badana przeszła proces terapii logopedycznej w obecności psa. Po tym procesie przeprowadzono wywiad półbezpośredni. We wszystkich sesjach uczestniczył pies-terapeuta rasy Golden Retriever. Pies nawiązywał kontakt fizyczny, wspierał, motywował i witał kobietę w sytuacjach, w których przejawiał się konflikt psychiczny. To kliniczne studium przypadku wskazuje, że obecność psa i zakres interakcji sprzyjały redukcji objawów jākania, promując przyjazne środowisko [7].

Nie można także zapominać, że silne przywiązanie do psa w momencie jego śmierci może niestety wiązać się z traumatycznym, zmieniającym życie zdarzeniem i wpływać negatywnie na kondycję psychiczną [8].

### PIŚMIENNICTWO

1. Barker S., Knisely J., McCain N. et al.: Measuring stress and immune response in healthcare professionals following interaction with a therapy dog: a pilot study. *Psych. Rep.*, 2005, 96(3), 713-729.
2. Allen K., Blascovich J., Mendes W.: Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosom. Med.*, 2002, 64, 727-739.
3. McNicholas J., Collis G.: Dogs as catalysts for social interactions: Robustness of the effect. *Br. J. Psych.*, 2000, 91, 61-67.
4. Miltiades H., Shearer J.: Attachment to pet dogs and depression in rural older adults. *Anthrozoos*, 2011, 24(2), 147-154.
5. Wells D.: Associations between pet ownership and self-reported health status in people suffering from chronic fatigue syndrome. *J. Altern. Compl. Med.*, 2009, 15(4), 407-413.
6. Müllersdorf M., Granström F., Sahlqvist L. et al.: Aspects Of Health, Physical/Leisure Activities, Work And Socio-Demographics Associated With Pet Ownership In Sweden. *Scan. J. Public. Health*, 2010, 38(1), 53-63.
7. Ichitani T., Faccin A.B., Costa J.B. Effects of the presence of a dog on the psychic

content expression of a stuttering person: case report, *Coda*, 2021, 3, 33(2), e20190267.

8. Clements P., Benasutti K., Carmone A.: Support for bereaved owners of pets. *Perspect. Psychiat. Care*, 2003, 39(2), 4-54.

## CZY PSY COŚ CZUJĄ?

*Człowiek nawet nie zdaje sobie sprawy z tego,  
ile stworzenie, takie jak zwykły pies, może myśleć i odczuwać.  
Teraz z perspektywy czasu, wiem,  
że nie ma na waszej planecie istoty bardziej oddanej jak pies.*

*Andrzej Konefał, Nimfa*

W XVII wieku francuski filozof Kartezjusz uznał ludzi za istoty świadome, myślące i zdolne do odczuwania na przykład bólu, zaś zwierzęta - za materialne ciała działające jak maszyny [1]. Porównywał je do zegara twierdząc, że zwierzęta nie mają świadomości, nie potrafią cierpieć i nie posiadają uczuć. Wszelkie odgłosy, jakie z siebie wydają, na przykład podczas zabijania. Są swego rodzaju mechanizmem skonstruowanym z biologicznych odpowiedników układów mechanicznych przekładni i krążków, znaczą tyle co bicie zegara. Taki sposób rozumowania przez długi czas usprawiedliwiał moralnie prowadzenie bardzo brutalnych eksperymentów na zwierzętach [1]. Kartezjusz uważał także, że psy nie odczuwają bólu, a jednak neurologiczny mechanizm jego odczuwania jest jednak niemal identyczny u psów i ludzi [2]. W obu przypadkach pierwsze sygnały bólu pochodzą od wolnych zakończeń nerwowych w skórze, i ścieżkami nerwowymi wiodą od receptorów do mózgu. Psy nie okazują jednak bólu tak jak ludzie, ale gdy ból staje się tak silny, że przeważa nad instynktownym zachowaniem powściągliwości, pies zaczyna skomleć i piszczeć [2].

Za fizyczne objawy bólu uważa się [2]:

- brak chęci ruchu,
- ciągłe dyszenie,
- drżenie ciała,
- krążenie, ciągłe szukanie swojego miejsca,
- napięty brzuch/ból brzucha,
- niechęć do siadania lub ciągłe leżenie,
- niechęć do treningu/zabawy,
- niekontrolowane oddawanie moczu/kału,
- ogólne osłabienie organizmu (np. gorączka u psa),
- popiskiwanie, wokalizację,
- trudności w poruszaniu się (np. kulawizny),

- wybieranie tylko miękkich miejsc do spania (jeśli pies wcześniej tak nie robił),
- wymioty,
- zmieniona postawa ciała,
- zmniejszony apetyt psa,
- zwiększona autopielęgnacja.

Emocjonalne symptomy bólu to [2]:

- apatia,
- depresja,
- kompulsywno-obsesyjne zachowania np. gonienie ogona,
- nagłe wystąpienie zachowań agresywnych, lub ich znaczne nasilenie,
- ogólna zmiana zachowania psa,
- osowiałość,
- przebywanie ciągle w ukryciu,
- unikanie kontaktu z opiekunem/ludźmi,
- unikanie kontaktu z psami,
- wystąpienie nowych zachowań, których pies wcześniej nie prezentował,
- zmieniona mowa ciała psa,
- zwiększona częstotliwość psich sygnałów uspokajających,
- zwiększona lękliwość,
- zwiększona wrażliwość na dotyk.

Kolejnym argumentem potwierdzającym odczuwanie bólu przez psy jest to, iż zastosowanie środków uśmierzających ból (np. po operacji) przyspiesza ich powrót do zdrowia. Ból jest silnym czynnikiem stresotwórczym, więc podobnie jak u człowieka silne i długotrwałe bóle stanowią zagrożenie dla zdrowia fizycznego i psychicznego zwierzęcia [2].

W przeciwieństwie do Kartezjusza, John Locke [cyt. za 3] zauważył sporo podobieństw w psychice ludzi i zwierząt, takich jak pamięć czy umiejętność rozróżniania i wyrażania głosem emocji [3]. Z kolei alzacki filozof Albert Schweitzer uważał, że każde życie ma taką samą wartość, a człowiek nie powinien być zarządcą, tylko raczej opiekunem wszystkich żywych istot. Miarą człowieczeństwa według niego było troszczenie się o wszystko co żyje oraz minimalizowanie cierpienia żywych istot [3].

Merola i wsp. [4] wykazali, że psy rozróżniają wyraz twarzy człowieka i wydają się wykorzystywać komunikację emocjonalną z człowiekiem do regulowania swojego zachowania wobec zewnętrznego obiektu/sytuacji. Autorzy, aby sprawdzić, czy psy po prostu

reagują na otrzymany przekaz emocjonalny odpowiednim wzrostem lub spadkiem poziomu swojej aktywacji, czy dostrzegają, że przekaz emocjonalny odnosi się do konkretnego obiektu, jaki przekaz emocjonalny wykorzystują do modyfikowania swojego zachowania (tj. czy podążają za pozytywnym komunikatem, czy unikają negatywnego) oraz czy ich znajomość z informatorem ma wpływ na zachowanie psów. W tym celu przebadali w dwóch eksperymentach pięć grup psów. Pierwsza grupa obserwowała, jak właściciel przekazuje psu dwa różne komunikaty emocjonalne (szczęście i strach) skierowane w stronę dwóch identycznych osób ukrytych za barierkami, a druga grupa - jak właściciel przekazuje te same komunikaty emocjonalne, ale w pomieszczeniu gdzie nie było żadnych osób. Trzecia i czwarta grupa obserwowała, jak właściciel przekazywał ukrytym osobom komunikat emocjonalny wesoły oraz negatywny w porównaniu z neutralnym. Wreszcie piąta grupa obserwowała nieznanego zachowującego się tak, jak właściciel pierwszej grupy. Kiedy właściciel występował w roli informatora, psy zdawały się być w stanie odróżnić strach oraz radość w emocjach i preferowały sięganie po pudełko wywołujące wyraz szczęścia, a nie strachu czy neutralności. Wyniki sugerują, że psy nauczyły się kojarzyć pozytywne komunikaty emocjonalne swoich właścicieli i w związku z tym wykorzystują je do kierowania swoimi działaniami. Jednak negatywne komunikaty emocjonalne i te dostarczane przez nieznanymi nie były dla psów do końca jasne [4].

Caeiro i wsp. [5] w swoich badaniach wykorzystali obiektywne, anatomiczne narzędzia FACS (*Facial Action Coding System*) i DogFACS (*Dogs Facial Action Coding System*), aby określić ilościowo i porównać mimikę twarzy ludzi oraz psów domowych w odpowiedzi na bodźce kompetentne emocjonalnie, powiązane z różnymi kategoriami pobudzenia emocjonalnego. Próbowali odpowiedzieć na dwa pytania: czy psy wykazują specyficzne, dyskryminujące ruchy twarzy w odpowiedzi na różne kategorie bodźców emocjonalnych oraz czy psy wykazują podobne ruchy twarzy jak ludzie, gdy reagują w porównywalnych emocjonalnie kontekstach? Autorzy odkryli, że psy wykazywały charakterystyczne ruchy twarzy w zależności od kategorii bodźców w porównywalnych stanach pobudzenia emocjonalnego, jednakże były one inne niż ludzi [5].

Bremhorst i wsp. [6] zwracają uwagę, że wyraz twarzy jest uważany za czuły wskaźnik stanów emocjonalnych u ludzi i wielu zwierząt. Identyfikacja oznak emocji na twarzy jest poważnym wyzwaniem i przeprowadzono niewiele systematycznych badań na gatunkach innych niż naczelne. W przypadku psów takie badania są ważne także ze względów praktycznych, ponieważ wiele problematycznych zachowań ma podłoże emocjonalne, np. agresja oparta na frustracji. Reakcje frustracji mogą pojawiać się w pozornie podobnych

kontekstach, jak stan emocjonalny pozytywnego oczekiwania, np. oczekiwana dostawa nagrody w postaci jedzenia może wywołać stan pozytywnego oczekiwania, ale z biegiem czasu, jeśli żywność nie zostanie dostarczona, będzie to zastąpione frustracją. Autorzy zbadali, w jednym kontrolowanym środowisku eksperymentalnym, wyraz twarzy psów w kontekstach, które jak przypuszczali mogą wywoływać zarówno pozytywne oczekiwanie, jak i frustrację. Korzystając z DogFACS, anatomicznej metody kodowania wyrazu twarzy psów, odkryli że działanie „przywodziciela uszu” było częstsze w przypadku stanu pozytywnego, zaś „mruknięcie”, „rozciągnięcie ust”, „opuszczenie szczęki”, „lizanie nosa” i „spłaszczenie uszu” częściej występowały w stanie negatywnym. Badanie to pokazuje, w jaki sposób różnice w wyrazie twarzy w kontekstach emocjonalnie niejednoznacznych mogą pomóc we wnioskowaniu o stanach emocjonalnych psa [6].

Warto pamiętać, że percepcja wrażeń emocjonalnych pozwala zwierzętom ocenić wzajemne intencje społeczne i motywacje. Zwykle ma to miejsce w obrębie gatunku, jednakże w przypadku psów domowych także w rozpoznawaniu emocji ludzi i innych psów. Albuquerque i wsp. [7] przedstawiali 17. psom domowym sparowane obrazy (psom ludzkie lub psie twarze) z dźwiękami wyrażającymi różne kombinacje pozytywnych (wesołych lub zabawnych) i negatywnych (złości lub agresywnych) ekspresji emocjonalnych u ludzi i psów. Zdjęcia mimiki twarzy i nagrania dźwiękowe wokalizacji (głosów lub szczekania) nieznanym osobom były odtwarzane zwierzętom jednocześnie, bez wcześniejszego szkolenia psów. Autorzy odkryli, że psy spędzały znacznie więcej czasu patrząc na mimikę twarzy, która odpowiadała stanowi emocjonalnemu wokalizacji, zarówno w przypadku ludzi, jak i psów, co było umiejętnością wcześniej znaną tylko u ludzi. Wyniki pokazują, że psy potrafią wyodrębnić i integrować dwumodalne sensoryczne informacje emocjonalne oraz rozróżniać pozytywne i negatywne emocje zarówno u ludzi, jak i u psów [7].

Generalnie uważa się, że psy są bardzo wrażliwe na ludzkie emocje i reagują na smutek, radość, złość oraz strach, dostosowując swoje zachowanie tak, aby dostarczyć wsparcia lub wycofać się, gdy czują, że tego ktoś nie potrzebuje. Zauważają nawet subtelne zmiany w tonie głosu człowieka, postawie ciała oraz ekspresji twarzy. W ich zdolności do rozpoznawania emocji kluczową rolę odgrywają: obserwacja zachowań (psy uważnie obserwują codzienne rutyny właściciela i reagują na każdą, nawet najmniejszą zmianę), wyczuwanie zapachu (zmiany w stanie emocjonalnym właściciela mogą wpływać na jego naturalny zapach, co psy są w stanie wyczuć) oraz analiza tonu głosu (zmiany w tonie głosu właściciela mogą dostarczyć psom informacji o jego stanie emocjonalnym). Ta zdolność do odczuwania empatii wobec swoich właścicieli sprawia, że psy są nie tylko wiernymi

towarzyszami, ale także istotnymi uczestnikami ich życia emocjonalnego – np. często podchodzą bliżej i próbują pocieszać swoich właścicieli, gdy ci są smutni lub zaniepokojeni.

Lazzaroni i wsp. [8] podkreślają, że większość badań nad zdolnościami poznawczymi psów w zakresie rozumienia komunikacji międzyludzkiej przeprowadzono na psach domowych, co czyni je wzorem do naśladowania dla tego gatunku. Jednak psy domowe to tylko niewielka i szczególna próbka całkowitej populacji psów na świecie, którą lepiej reprezentowałyby psy żyjące na wolności. Do tej pory przeprowadzono zaledwie kilka badań na psach biegających na wolności (w szczególności psach wiejskich), ale wyniki są intrygujące. W rzeczywistości psy wiejskie wydają się przywiązywać dużą wagę do kontaktu społecznego z ludźmi i rozumieją niektóre aspekty ludzkiej komunikacji. Autorzy w swoim badaniu za cel postawili sobie ocenę zdolności psów wiejskich do rozumienia ludzkiej mimiki i porównanie ich z psami domowymi, które dostarczyły już dowodów na tę umiejętność społeczną. Zbadali, czy psy były w stanie rozróżnić neutralny, szczęśliwy i gniewny wyraz twarzy człowieka. Autorzy znaleźli dowody na to, że psy wiejskie, a także domowe, potrafiły rozróżnić subtelne ludzkie sygnały komunikacyjne, ponieważ w stanie gniewu częściej niż gdy były szczęśliwe, spoglądały w dal. Sugerują też, że zdolność psów wiejskich do rozróżniania wyrazu twarzy człowieka może zapewnić im przewagę w przetrwaniu w środowisku zdominowanym przez ludzi [8].

Psy są w stanie wyczuwać zmiany w zapachu człowieka, który może się zmieniać w zależności od jego stanu emocjonalnego. Dodatkowo zmiana zachowania człowieka, tonu głosu czy nawet postawy ciała, może sygnalizować psu, że coś jest nie tak [9]. Psy potrafią reagować na smutek właściciela, a jednym z pierwszych sygnałów, który może świadczyć o tym, że pies wyczuwa zmianę w jego nastroju, jest zmiana postawy [9]. Często zauważalne jest, że zwierzę staje się bardziej przytulne, może próbować usiąść bliżej swojego właściciela, delikatnie położyć głowę na jego kolanach, przynieść ulubioną zabawkę lub po prostu położyć się obok, starając się w ten sposób pokazać swoje wsparcie w trudnych chwilach. Psy potrafią również reagować na smutek poprzez zwiększenie czujności i uwagi, jaką pies poświęca swojemu właścicielowi, próbując zrozumieć przyczynę jego smutku; zachęcanie go do aktywności fizycznej, takiej jak np. wspólne spacerowanie czy zabawy, wykazywanie większej cierpliwości i spokoju (próba przekazania, że nie jest się samemu i że można na nim polegać). Powyższe wskazuje na zdolność psów do empatii i reagowania na ludzkie emocje [9].

Najnowsze doniesienia literaturowe [10,11,12] sugerują, że psy posiadają większość zdolności umysłowych, włączając w to emocje, odpowiadające mniej więcej dwu lub



dwuipółletniego dziecka. Odczuwają ekscytację, zaniepokojenie, zadowolenie, wstręt, strach, gniew, radość, nieśmiałość i miłość. Natomiast emocje takie jak wstyd, duma, poczucie winy, czy pogarda są im zupełnie obce. Warto podkreślić, że psy przechodzą poszczególne fazy rozwoju emocjonalnego dużo szybciej niż ludzie, a psy ras małych dojrzewają dużo szybciej niż psy ras dużych i olbrzymich. Jednak koło 4-6 miesiąca życia wszystkie psy osiągają już pełen zakres swoich emocji [10,11,12].

Horowitz [12] przeprowadziła ciekawy eksperyment. Opiekunowie psów zakazywali im zjedzenia smakołyka położonego na ziemi i wychodzili z pomieszczenia. W pokoju wraz z psem pozostawał jedynie obserwator z kamerą, którą rejestrowano zachowanie psów. Pies mógł oczywiście wykazać się nieposłuszeństwem i zjeść smakołyk lub go zostawić. Dodatkowo obserwator czasami zachęcał psa do nieposłuszeństwa lub sam zabierał smakołyk bez wiedzy opiekuna psa. Przed powrotem do pokoju opiekun był informowany, czy jego pies zerwał komendę czy też nie. Informacje te nie zawsze były zgodne z prawdą. Na wieść o posłuszeństwie opiekun miał przywitać się z psem w przyjazny sposób, natomiast nieposłuszeństwo miało być ukarane reprimendą słowną. Okazało się że, zachowanie psów nie było uzależnione od tego, czy były posłuszne, czy też nie, ale zależało od zachowania ich opiekuna [12].

Warto wiedzieć, że zachowania takie jak kładzenie się na ziemi i pokazywanie brzucha, machanie ogonem umieszczonym nisko pomiędzy tylnymi łapami, kładzenie uszu, oblizywanie nosa, unikanie wzroku czy spowolnienie ruchów to zachowania wskazujące na strach lub podporządkowanie psa. W ten sposób pies chce uniknąć potencjalnej kary i zażegnać konflikt z opiekunem. Tego typu zachowania nie mają więc nic wspólnego z poczuciem winy czy świadomością psa, że coś źle zrobił [cyt. za 10]. Niestety niewielu ludzi zna mowę ciała psów, stąd na linii pies – człowiek dochodzi często do nieporozumień, co wynika przede wszystkim z faktu, że nie porozumiewamy się w ten sam sposób, czyli po prostu za pomocą mowy.

W jednych z badań [cyt. za 13] postanowiono za pomocą badania MRI porównać obszary odpowiadające za konkretne emocje u psów i ludzi. Podczas analizy okazało się, że u psów aktywowały się te same obszary mózgu, które były aktywne u człowieka w podobnych sytuacjach, co nie oznacza jednak, że psy przeżywają wszystkie emocje tak samo, jak ich opiekunowie [13].

Uważa się, że psy nie czują rzeczy bardzo złożonych, ale prawdopodobnie czworonogi są w stanie odczuwać [13]: niepokój, strach, podekscytowanie, smutek, radość, miłość, zazdrość.

Dowiedziano, że gdy głaszcze się psy, w ich organizmach wzrasta poziom oksytocyny (między innymi pomagającej się zrelaksować oraz budować więź z opiekunem). W przypadku, gdy pies znajdzie się w nieprzyjemnej sytuacji, w jego organizmie wzrasta poziom hormonu stresu – kortyzolu i jeżeli przez długi czas utrzymuje się on na wyższym poziomie, pies staje się znerwicowany. Przedłużający się stres może z kolei negatywnie wpłynąć na jego samopoczucie, prowadząc nawet do niepożądanych zachowań [14].

Z badań Reeve i Jacques [15] wynika, że przeciętny pies rozumie aż 89. słów, przy czym najbardziej inteligentne rozpoznają ponad dwukrotnie tyle, bo aż 200 wyrażań. W badaniu ankietowym autorki zdolności rozpoznawania słów przez psy oceniali ich właściciele. Badaczki zdecydowały się na tego typu badanie, bowiem wcześniejsze analizy zdolności językowych niemowląt wykazały, że rodzice lepiej rozumieją reakcje swoich dzieci niż przeszkoleni obserwatorzy. Badacze uznali, że tak samo będzie w przypadku zwierząt domowych. Narzędziem na jakim się wzorowali był Inwentarz Rozwoju Komunikacyjnego MacArthura-Batesa, która ocenia zrozumienie i rozwój wczesnej mowy niemowląt. Trafność, rzetelność i użyteczność tego miernika ocenili na grupie 165. właścicieli psów w różnym wieku i różnych ras. Właściciele zidentyfikowali słowa, na które ich zdaniem reagowały ich psy. Poinformowali, że ich psy reagowały średnio na 78 z dostarczonych list oraz 11 dodanych przez nie, z czego połowa to polecenia. Aby zbadać potencjalne predyktory zgłaszanych słów związane z właścicielem i psem, właściciele odpowiadali także na pytania dotyczące ich psów i siebie. Żadna z mierzonych cech właściciela nie przewidywała w jednoznaczny sposób liczby zgłoszonych słów, ale dotyczyła statusu pracy zawodowej psów, szybkości uczenia się nowych sztuczek i rodzaju rasy. Analiza głównych składowych ujawniła, że słowa, na które według doniesień psy reagują, obejmują trzy różne typy: słowa ogólne, czasowniki (polecenia) i rzeczowniki. Z raportów właścicieli wynika, że psy różnią się znacznie nie tylko liczbą, ale także rodzajem słów, na które rzekomo reagują. Jak zaznaczają autorki niewykluczone jest, że niektórzy właściciele przecenili umiejętności swoich pupili, bowiem psy biorące udział w badaniu mogły też reagować nie tylko na wypowiedzane słowa, lecz na gesty i inne informacje (widok konkretnego przedmiotu czy zakładanie butów). Mimo tych zastrzeżeń, można przyjąć, że psy rozpoznają przeciętnie nie kilka, lecz kilkanaście do kilkudziesięciu słów [15].

W badaniu Andics i wsp. [16] autorzy do leżących pod tomografem psów mówili słowa wyrażające pochwałę („*good boy*” i „*well done*”) albo słowa neutralne. Wypowiadali je z intonacją pochwały albo neutralną. Dopiero wtedy, gdy słowo i intonacja były zgodne, w psich mózgach widać było pobudzenie “ośrodką nagrody” - zwierzęta odczuwały radość

z pochwały. Autorzy stwierdzili, że psie mózgi przetwarzają mowę w sposób podobny do ludzkiego -lewa półkula odpowiada za rozumienie znaczenia słów, a prawa – za odczytywanie emocji [16].

Bray i wsp. [17] twierdzą, że psy najprawdopodobniej przychodzą na świat z wrodzoną zdolnością pojmowania ludzkiej mowy i od wczesnego etapu rozwoju elastycznie reagują na różnorodne formy gestów współpracy. Podobnie jak ludzkie dzieci są wrażliwe na sygnały ostensywne - oznaczające gesty jako możliwość komunikacyjną. Autorzy zadali sobie kluczowe pytania dotyczące potencjalnych podstaw biologicznych tych zdolności. Aby zbadać ich pochodzenie rozwojowe i genetyczne, przetestowali 375. ośmiotygodniowych szczeniąt psów, stosując zestaw środków społeczno-poznawczych. Postawili hipotezę, że jeśli umiejętności psów do współpracy z ludźmi są biologicznie przygotowane, to powinny pojawić się już na wczesnym etapie rozwoju, nie wymagać intensywnej socjalizacji ani uczenia się oraz wykazywać dziedziczne zróżnicowanie. Okazało się, że szczenięta wykazywały się dużą umiejętnością posługiwania się różnorodnymi ludzkimi gestami i autorzy nie znaleźli żadnych dowodów na to, że ich zachowanie wymagało nauki. Zdaniem autorów ponad 40% różnic w zdolności psów do podążania za punktami i zwracania uwagi na ludzkie twarze można przypisać czynnikom genetycznym, a wyniki sugerują, że umiejętności społeczne u psów pojawiają się już na wczesnym etapie rozwoju i są pod silną kontrolą genetyczną [17].

Psy rozumieją także ludzkie intencje i doskonale zdają sobie sprawę, że je okłamujemy. Lonardo i wsp. [18] zbadali, czy psy rozróżniają ludzkie przekonania prawdziwe (TB - *True Belief*) – grupa TB i fałszywe (FB - *False Belief*) – grupa FB. W trzech eksperymentach w grupie 260. psów uczono ich aby podążały za sugestią nieznaną im wcześniej osoby i potrafiły pobierać żywność z jednego z dwóch nieprzezroczystych wiader po tym, jak zobaczyły wprowadzającą w błąd sugestię ludzkiego informatora („komunikatora”) o lokalizacji jedzenia. Psy zarówno z grupy TB, jak i FB były świadkami początkowego ukrywania pożywienia, jego późniejszego przemieszczania przez drugiego eksperymentatora, a w końcu mylącej sugestii komunikatora co do pustego wiadra. Średnio psy wybierały sugerowany pojemnik istotnie częściej w grupie FB niż w grupie TB i były bardziej wrażliwe na manipulację eksperymentalną. Teriery były jedyną rasą, która zachowywała się jak niemowlęta ludzkie i mały człokształtne. Ogólnie rzecz biorąc badanie dostarczyło dowodów na to, że psy domowe rozróżniają scenariusze fałszywe i prawdziwe. Połowa z psów podążała do pustej miski także w drugiej wersji eksperymentu, w której osoba obdarzona przez nich zaufaniem, nie była obecna podczas zamiany. Istnieją

genetyczne i behawioralne dowody na to, że psy są „nadspołeczne”, więc bardzo trudno jest im ignorować wskazówki człowieka, nawet jeśli inne rozwiązanie byłoby dla nich korzystniejsze. Taka umiejętność odczytywania stanów umysłowych innych osobników (w tym wypadku “widział zamianę, więc mnie wprowadza w błąd”) zwana jest “teorią umysłu”. Dzieci nabywają ją w wieku około pięciu lat, a wcześniej nie mają świadomości, że ktoś może myśleć inaczej niż one [18].

Völter i Huber [19] zwracają uwagę, że przyczynowość kontaktowa jest jedną z podstawowych zasad pozwalających ludziom nadać sens środowisku fizycznemu. Zaskakująco niewiele wiadomo na temat percepcji przyczynowej u zwierząt innych niż z rzędu naczelnych. Do badania oczekiwań fizycznych ludzkich niemowląt wykorzystano paradygmaty naruszenia oczekiwań w połączeniu ze śledzeniem wzroku i pupilometrią (pomiarem wielkości źrenicy). Autorzy badali to podejście w przypadku psów znajomych. Z badania wynika, że psy mają świadomość istnienia praw fizyki. Gdy naukowcy odtwarzali psom trójwymiarowe animacje (w których piłki naruszają zasadę zachowania pędu), reagowały rozszerzeniem źrenic, jak zdziwieni ludzie. Nie oznacza to jeszcze, że psy rozumieją działanie prawa fizyki, ale sugeruje jednak, że psy mają wiedzę na temat istnienia fizycznych praw rządzących światem. Większość ludzi nie zna ich, ale wie że istnieją. Psy także pojmują istnienie praw fizyki (przynajmniej niektórych). Dzieci pojmują je w wieku około półtora roku. Stąd wniosek autorów, iż psy wiedzą więc o świecie tyle co półtoraroczne dziecko, rozpoznają tyle słów co dwulatek, a emocje i intencje mają niczym, przynajmniej sześciolatek [19].

Nie można zapominać także o tym, że szczenięta dobrze pamiętają swoją matkę i nawet w średnim wieku będą potrafiły ją rozpoznać, pod warunkiem że pozostawały z matką przez standardowy okres czasu i nie były wcześniej odstawione od piersi. Im dłużej szcenięta dorasta przy matce, tym dłużej jest w stanie o niej pamiętać. Hepper [20] badał zdolność psa domowego do rozpoznawania swoich krewnych i zatrzymywania nabytych informacji. Psy badał pod kątem zdolności do rozpoznawania rodzeństwa i matki, a matki do rozpoznawania swojego potomstwa, stosując serię testów dwóch wyborów. Wyniki wykazały, że w wieku 4–5,5 tygodnia szczenięta potrafią rozpoznać swoje rodzeństwo i matkę, a matki potrafią rozpoznać swoje potomstwo. Preferencje szceniąt w tym wieku wydają się być najsilniejsze w przypadku ich matek. Do rozpoznania wystarczą bodźce węchowe. W wieku około 2. lat i po oddzieleniu od potomstwa, w ciągu 8–12 tygodni po urodzeniu matki były w stanie rozpoznać swoje dorosłe już potomstwo, a to dorosłe potomstwo mogło rozpoznać swoje matki. Rodzeństwo mogło się jednak rozpoznać tylko wtedy, gdy mieszkało z rodzeństwem.

Psy żyjące samotnie nie były w stanie rozpoznać swojego rodzeństwa. Wyniki sugerują, że matka-potomstwo i rodzeństwo są rozpoznawane na podstawie różnych mechanizmów, a psy mogą rozpoznać swoich krewnych, zachowując tę informację przez okres dwóch lat w przypadku matki-potomstwa [20].

Topál i wsp. [21] korzystając z the Strange Situation Test, pierwotnie opracowanego do badania relacji matka–dziecko u ludzi, porównali zachowanie przywiązania u szczeniąt intensywnie socjalizowanego (hodowanego) psa i wilka w stosunku do ludzkiego opiekuna. Eksperyment miał na celu zbadanie, czy szczenięta psów w wieku 16. tygodni wykazują przywiązanie do opiekuna człowieka, czy ekstensywna socjalizacja prowadzona przez ludzkich opiekunów wpływa na zachowanie przywiązania szczeniąt psów oraz czy zmiany ewolucyjne (specyficzne różnice między młodymi wilkami i psami) wpływają na pojawienie się przywiązania pies-człowiek. Autorzy stwierdzili charakterystyczną selektywną reakcję na właściciela u młodych psów, podobną do tej obserwowanej u dorosłych. Odkrycie to potwierdza pogląd, że szczenięta wykazują wzorce przywiązania do swoich właścicieli. Intensywna socjalizacja wychowanych w bliskim kontakcie z człowiekiem szczeniąt miała niewielki wpływ na wyniki, ponieważ zachowanie tak wychowanych psów było zasadniczo podobne do zachowania pozostałych. Odkryli jednak znaczącą różnicę gatunkową między wilkami i psami: zarówno szczenięta ekstensywnie uspołecznione, jak i szczenięta psów domowych były bardziej wrażliwe na właściciela niż na nieznanego uczestnika – człowieka, podczas gdy wilki ekstensywnie uspołecznione nie. W ich opinii różnice w zachowaniu psa i wilka wyjaśnia fakt, że w trakcie udomowienia miały miejsce procesy selektywne (zmiany genetyczne), które są związane z systemem przywiązania psa [21]. Podsumowując można uznać, że więź z człowiekiem może zostać nawiązana we wczesnym rozwoju i zachowuje takie same wzorce zachowań jak te, zaobserwowane u psów dorosłych.

Flannigan i Dodman [22] określali potencjalne czynniki ryzyka oraz zachowania związane z lękiem separacyjnym w grupie 200. psów z lękiem separacyjnym i 200. psów kontrolnych z innymi problemami behawioralnymi. Dokonano przeglądu dokumentacji medycznej pod kątem sygnalizacji, historii problemów z zachowaniem, środowiska domowego, zarządzania, potencjalnie powiązanych zachowań i współistniejących problemów. Psy z domu z jednym dorosłym człowiekiem były około 2,5 razy bardziej narażone na lęk separacyjny, niż psy z domów wielu właścicieli, a psy nienaruszone seksualnie były o jedną trzecią bardziej narażone na lęk separacyjny niż psy wykastrowane. Rozpieszczanie, płęć psa i obecność innych zwierząt w domu nie były powiązane z lękiem separacyjnym. Wyniki nie potwierdzają także teorii, że wczesne oddzielenie od matki prowadzi do rozwoju lęku

separacyjnego w przyszłości. Z kolei nadmierne przywiązanie do właściciela było istotnie powiązane z lękiem separacyjnym [22].

Storengen i wsp. [23] do badania zachowania i pochodzenia psów cierpiących na lęk separacyjny (SA) wykorzystali dokumentację kliniczną psów odwiedzających klinikę behawioralną. Do badania włączono 215, psów (z SA), czyli 22,6% pacjentów przyjętych w ciągu 40. miesięcy objętych badaniem (n = 952). Samce stanowiły 60% (n = 129) pacjentów, a samice 40% (n = 86). W materiale klinicznym częściej występowały wykastrowane psy w porównaniu z populacjami referencyjnymi. Więcej samców, u których zdiagnozowano SA, zostało wykastrowanych w porównaniu z suczkami z SA (28% n = 37 vs. 8% n = 7). U czterdziestu psów (18,5%) zdiagnozowano wyłącznie SA, podczas gdy u 179 (82,8%) oprócz SA występowały inne problemy behawioralne. Najczęstszą chorobą współistniejącą była nadwrażliwość na hałas (43,7% n = 94). Właściciele psów zgłaszanych do oceny klinicznej najczęściej zgłaszali wokalizację, zniszczenie i nadmierną aktywność ruchową (jako objawy SA). Wydaje się, że niektóre rasy częściej niż inne rasy doświadczają lęku separacyjnego. Większość właścicieli to rodziny składające się z dwóch osób dorosłych lub dorosłych z dziećmi, a większość właścicieli kupiła psa od hodowcy jako szczeniaka. Dwudziestu ośmiu (14%) właścicieli stanowiły samotnie mieszkające kobiety, a trzech (1,5%) to mieszkający samotnie mężczyźni [23].

Pamiętać należy, że psy są zwierzętami stadnymi i silnie przywiązują się do swoich właścicieli. Za pana uważa osobę, z którą ma najbliższą więź emocjonalną i którą postrzega jako przywódcę swojego stada. Może to być jedna osoba w rodzinie lub kilka osób, w zależności od sposobu, w jaki pies nawiązuje więź z ludźmi w swoim otoczeniu. Stąd rozstania z nimi dla psów są trudne. W takiej sytuacji niektóre psy mogą wykazywać objawy podobne do tych, które występują u ludzi przeżywających rozstanie, takie jak: brak apetytu (mogą zacząć jeść mniej lub całkowicie odmawiać jedzenia), zmniejszona aktywność (mogą spędzać więcej czasu śpiąc lub po prostu leżąc) i objawy depresji (brak zainteresowania ulubionymi zabawkami czy aktywnościami, zmiana zachowania czy apatia).

Profesor Dodman'a z Tufts University of Maryland [24] uważa, że psy bardzo dokładnie pamiętają swoich właścicieli i nawet po dziesięciu latach są w stanie pamiętać szczegóły, takie jak zapach. Natomiast tęsknota u psa może objawiać się na wiele sposobów - szczeniaki zabrane od matki mogą skomleć i piszczeć, a psy, które zmieniły właściciela – mogą być ciche, nieufne i czasami pojawia się u nich agresja lękowa [24].

Gácsi i wsp. [25] zbadali związek pomiędzy reakcją behawioralną i kardiologiczną u psów (N= 30) podczas podejścia do nich nieznanego w obecności właściciela oraz bez

jego obecności. Nieinwazyjne pomiary telemetryczne tętna (HR) i zmienności rytmu serca (HRV) podczas zbliżania się do zagrożenia porównano z okresami przed i po spotkaniach. Psy, które podczas separacji wykazywały niepokój (N = 18) oraz warczały lub szczekały na nieznanego podczas zbliżania się jego (N = 17), zostały określone jako reagujące behawioralnie w danej sytuacji. Chociaż podczas separacji emitowano charakterystyczne wokalizacje stresu, nieobecność właściciela nie miała wpływu na średnie HR psów, ale znacząco zwiększała HRV. Podejście zagrażające zwiększało średnie HR psów, przy jednoczesnym spadku HRV, szczególnie u psów, które reagowały behawioralnie na spotkanie. Wzrost HR był znacznie mniej wyraźny, gdy psy stawały twarzą w twarz z nieznanym w obecności właściciela. Ważna okazała się także kolejność testu, określająca, czy pies jako pierwszy spotkał nieznanego z właścicielem czy bez niego. Wzrost tętna związany ze spotkaniem w separacji wydawał się być słabszy u psów, które jako pierwsze zetknęły się z nieznanym w obecności właściciela. Autorzy uważają, że badanie dostarcza dowodów na działanie właściciela w potencjalnie niebezpiecznej sytuacji, będącej analogiem ludzkiego bezpiecznego schronienia. Podobnie jak rodzice niemowląt, właściciele psów bardzo różnią się w sposobie traktowania psów i mówienia o swoich relacjach z nimi. Jednakże mogą być dla psa buforem chroniącym go przed stresem, co może nawet zmniejszyć skutki późniejszego spotkania z tymi samymi bodźcami zagrażającymi, gdy właściciela nie ma [25].

Vas i wsp. [26] w dwóch badaniach obserwowali reakcję dorosłych psów domowych na nieznanego człowieka. Badani mieli do czynienia ze zbliżającą się kobietą (nieznaną), która podczas naprzemiennych podejść okazywała wyraźne oznaki życzliwości lub zagrożenia. Obserwacje składały się z dwóch epizodów: Nieznajoma albo podeszła do psa z normalną prędkością spaceru, rozmawiała z nim i na koniec delikatnie go pogłaskała (etap przyjaznego podejścia), albo poruszała się powoli i niepewnie, patrząc stale w oczy psa, bez żadnej komunikacji werbalnej (etap z groźnym podejściem). W pierwszym badaniu w dwóch etapach przebadano 30. psów 19. różnych ras w zrównoważonej kolejności. Psy zachowywały się zgodnie z różnymi sygnałami ludzkiego zachowania. Kolejność podejść przyjaznych/zagrażających nie miała znaczącego wpływu na reakcję psów. W drugim eksperymencie 60. psów z trzech grup ras (20. owczarków belgijskich, 20. retrieverów i 20. psów zaprzęgowych) zostało najpierw „przywitanych przyjaźnie”, a następnie ten sam nieznanym zbliżył się do nich „groźnie”. Wyniki pokazują znaczące, specyficzne dla rasy różnice w reakcji psów na widoczną zmianę sygnałów ludzkiego zachowania. W porównaniu do retrieverów i psów zaprzęgowych, owczarki belgijskie częściej zmieniały swoją reakcję, wykazując bierne lub aktywne unikanie lub oznaki agresji, gdy zbliżano się do nich z groźbą. Chociaż nie

stwierdzono różnic między płciami, porównania ras sugerują, że selektywna hodowla (tj. do polowań lub pracy pasterskiej) w różny sposób wpływała na wrażliwość psów na ludzkie sygnały społeczne. Wyniki potwierdzają również hipotezę, że wpływ człowieka (udomowienie) doprowadził do wyjątkowej elastyczności zachowań psów w zależności od sytuacji podczas interakcji z nieznanym człowiekiem [26].

Tóth [27] są przekonani, że różnice indywidualne i czynniki sprawcze mogą także modyfikować zachowanie psów w grach przedmiotowych rozgrywanych z partnerem ludzkim. W ramach projektu 2 na 2, aby sklasyfikować styl zabawy każdego psa, autorzy obserwowali zachowanie 68. psów rodzinnych podczas zabawy w dwa różne typy gier (gra w piłkę i szarpanie) z dwoma różnymi partnerami do zabawy (właścicielem lub nieznanym eksperymentatorem). We wszystkich czterech wariantach mierzyli takie zmienne behawioralne jak: skłonność do posiadania, chęć aportowania, zachowania związane ze strachem/unikaniem i agresją oraz występowanie łuków do zabawy. Obliczyli także względny czas trwania sesji, w którym psy zwracają się „na zewnątrz” od sytuacji zabawy do drugiej osoby nie wchodzącej w interakcję (właściciela lub eksperymentatora). Następnie zbadali wpływ sześciu czynników na zachowanie psa i człowieka w zabawie: 1. znajomość partnera zabawy, 2. rodzaj zabawy, 3. płeć, 4. wiek i 5. rasa psa oraz 6. czas trwania codziennej aktywnej interakcji między psem a właścicielem. Wykorzystali analizę czynnikową, aby odkryć związek między zarejestrowanymi zmiennymi i ujawnili trzy czynniki, które stanowiły 63% całkowitej wariancji. Zmienne czynnika 1, mierzone podczas szarpania zarówno przez eksperymentatora, jak i właściciela, miały wysokie ładunki (oznaczone jako „Motywacja do szarpania”). Czynniki 2 - zawierał wszystkie zmienne mierzące strach i unikanie (Strach/Unikanie), a Czynniki 3 - składał się ze zmiennych mierzonych podczas gry w piłkę (Motywacja do gry w piłkę). Analiza skupień wyników indywidualnych psów podzieliła je na pięć istotnie różniących się od siebie grup na podstawie tendencji do zabawy piłką, szmatą oraz okazywania strachu/unikania podczas testów. Okazało się, że płeć, a nie wiek czy rasa psów i czas trwania codziennej aktywnej interakcji z właścicielem, miały znaczący wpływ na rozmieszczenie psów pomiędzy typami skupień. Wyniki te sugerują, że w sytuacjach zabawowych na zachowanie dobrze zsocjalizowanych psów rodzinnych wpływa bardziej ich motywacja do zabawy i do pewnego stopnia poziom strachu niż znajomość partnera zabawy lub ich ewentualne ogólne tendencje do zachowań kooperacyjnych lub rywalizacyjnych [27].

Virányi i wsp. [28] oceniali zdolność psów do rozpoznawania sygnałów ludzkiej uwagi wzrokowej. Badanie pierwsze miało na celu sprawdzenie reakcji psów na nagrane na



taśmie komendy słowne właściciela (waruj!), podczas gdy instruktor (który był właścicielem psa) był zwrócony przodem do psa, do partnera ludzkiego lub do żadnego z nich, albo też był wizualnie oddzielony od psa. Wyniki pokazują, że psy były bardziej gotowe do wykonania komendy, jeśli instruktor towarzyszył im podczas instrukcji, w porównaniu do sytuacji, gdy instruktor był zwrócony twarzą do partnera lub znajdował się poza zasięgiem psa. Ciekawe, że psy wykazywały średnie wyniki, gdy instruktor kierował się w „pustą przestrzeń” podczas odtwarzanych poleceń słownych. Sugeruje to, że potrafią one różnicować skupienie ludzkiej uwagi. W badaniu drugim, tym samym psom zaoferowano możliwość proszenia o jedzenie od dwóch nieznanymi ludzi, których uwaga wzrokowa (tzn. zwrócenie się w stronę psa lub odwrócenie się) była systematycznie zmieniana. Preferowanie przez psy osoby uważnej pokazuje, że są one w stanie wykorzystać wizualne sygnały uwagi do oceny reakcji aktorów ludzkich na prośbę o podzielenie się jedzeniem. W kolejnej serii testów badano zdolność psów do rozpoznawania ludzkiej uwagi w różnych sytuacjach eksperymentalnych (zabawa w aportowanie piłki, aportowanie przedmiotów na polecenie, zebranie od ludzi). Stan uwagi ludzi różnił się w zależności od dwóch zmiennych: 1. zwrócenie się w stronę psa lub nie zwrócenie się w stronę psa; 2. oczy widzialne i niewidzialne. W pierwszej serii eksperymentów (aportowanie) właścicielom kazano przyjmować różne pozycje ciała (twarzą do psa lub nie) i zakrywać oczy opaską lub nie. W drugiej serii eksperymentów (zebrzące) psy musiały wybierać między dwoma jedzącymi ludźmi na podstawie widoczności oczu lub kierunku pyska. Wyniki pokazują, że skuteczność psów w rozróżnianiu ludzi „uważnych” i „nieuważnych” zależała od kontekstu testu, ale mogła polegać na orientacji ciała, orientacji głowy i widoczności oczu. Z wyjątkiem sytuacji aportowania, przybliżali przedmiot przed człowiekiem (nawet jeśli był on odwrócony tyłem do psa) i preferowali „błaganie” od człowieka zwróconego twarzą w twarz (lub widzącego). Istnieją również przesłanki wskazujące, że psy były wrażliwe na widoczność oczu, ponieważ wykazywały wzmożone zachowanie niezdecydowane podczas zbliżania się do właściciela z zawiązanymi oczami, a także wołały „zebrać” od osoby z widocznymi oczami. Autorzy sugerują, że psy potrafią polegać na tym samym zestawie ludzkich sygnałów twarzy, aby wykryć uwagę/skupienie i okazały się bardziej „elastyczne” w tej kwestii niż badane w podobnych okolicznościach szympansy [28].

Zakłada się, że przyczyną lęku separacyjnego są dysfunkcyjne relacje przywiązania psów z właścicielami. Parthasarathy i wsp. [29] sprawdzali, czy stopień przywiązania psa (formalny test przywiązania -AT - *attachment test*) wpływa na występowanie lęku separacyjnego. Badaniem objęli 75. psów, w tym 43. psy bez zgłaszanego przez właściciela lęku separacyjnego (SA - *separation anxiety*). Po AT psy były nagrywane na wideo przez 30.

minut, gdy były same w domu. Psy pozostawione wolne w domu oceniano na podstawie tego, jak długo przebywały w pobliżu drzwi wyjściowych właścicieli. Psy trzymane w klatkach lub w ciasnych pomieszczeniach oceniano pod kątem kilku zachowań związanych z lękiem, które następnie porównywano z zachowaniami tych psów podczas testu przywiązania. Psy z SA nie spędzały więcej czasu w kontakcie ze swoimi właścicielami ani w ich pobliżu podczas testu przywiązania niż psy bez SA ( $P > 0,05$ ). Zamiast tego miały tendencję do podskakiwania na drzwiach, gdy nieznanymi opuścili pokój i pozostawania nieruchomymi, gdy byli sami ze swoimi właścicielami ( $P < 0,05$ ). Nie było istotnej różnicy ( $P > 0,05$ ) pomiędzy psami SA i psami spoza SA pod względem ilości czasu spędzanego w pobliżu drzwi wyjściowych właścicieli, gdy były pozostawione same w domu. Psy trzymane w domu nie wykazały związku pomiędzy ilością zachowań związanych z lękiem podczas AT lub w domu ( $P > 0,05$ ). Nie było istotnej różnicy w rodzaju zachowań związanych z poszukiwaniem bliskości wykazywanych przez psy z SA w domu i bez niej ( $P > 0,02$ ). Zdaniem autorów wyniki sugerują, że lęk separacyjny nie opiera się na „nadmiernym przywiązaniu” psa do właściciela, ale na tym, że pomiędzy psami z SA i bez SA może występować inny styl przywiązania [29].

Psy pamiętają także krzywdy jakie im wyrządzono, a kary cielesne zawsze pozostawiają ślad na ich psychice [30]. Pies nie zapomina przemocy, ponieważ stanowi to dla niego traumatyczne doświadczenie, a konkretne osoby, czynności lub po prostu obecność człowieka stają się dla czworonoga nie do zniesienia. Strach i obawa przed kolejnymi krzywdami często powodują ogromny stres. Okazuje się bowiem, że psy również mogą tak samo, jak ludzie posiadać pamięć epizodyczną. Pamiętają określone zdarzenia z przeszłości w szczególności te, które wiązały się z ogromną radością albo wielkim strachem. Z łatwością zapamiętują określone fakty i kojarzą je jeszcze na długi czas po tym zdarzeniu. Potwierdzają powyższe Durantón i wsp. [31] twierdząc, że psy są gatunkiem społecznym, którego specyfika ujawnia istnienie pamięci epizodycznej, psy pamiętają, „kto” i „co” się wydarzyło.

Także Lewis i Bertsen [32] przeprowadzili dwa badania ankietowe, oceniając wspomnienia z życia codziennego. Zapytali w nich łącznie 375. właścicieli psów i kotów, czy ich zwierzak kiedykolwiek pamiętał jakieś wydarzenie, a jeśli tak, to prosili o opisanie wspomnień związanych z tym wydarzeniem. W obu badaniach stwierdzono, że koty i psy pamiętają różne zdarzenia, a tylko 20% właścicieli stwierdziło przeciwnie. Zgłaszane zdarzenia były często specyficzne czasowo i zapadały w pamięć, gdy pojawiły się podobieństwa (szczególnie lokalizacja) między obecnym otoczeniem a zapamiętanym wydarzeniem, analogicznie do odzyskiwania mimowolnych wspomnień u ludzi [32]. Można więc przypuszczać, psy nie zapominają bicia, a z czasem słabnie także jego zaufanie

i sympatia do opiekuna, a pojawia się strach. Nie jest prawdą, że pies merda ogonem tylko wtedy kiedy jest szczęśliwy, czasami robi tak również wtedy, kiedy jest zestresowany lub przeżywa wiele emocji. Psy zachowują również określoną postawę, gdy w przeszłości przeżyły naprawdę dramatyczne sceny i źródłem wszystkich tych nieszczęść byli ludzie. Pies, który okazuje nieufność chowa się w uznanych przez siebie bezpiecznych miejscach i unika kontaktu z człowiekiem, mógł być bity w przeszłości. Jest wycofany w kontakcie z ludźmi - odmawia wszelkich form interakcji, nie chce być głaskany czy dotykany, a w sytuacji dotyku zaczyna być bardzo niespokojny, trzęsie się, oblizuje, kuli, pokazuje białka oczu, a w ostateczności atakuje. Dość charakterystyczne zachowanie psa, który był w przeszłości bity to strach przed gwałtownymi ruchami np. ręką, klaskaniem czy machaniem rękami. Takie zachowanie kojarzy jest z fizyczną krzywdą, jakiej doznawał w przeszłości, dlatego ze względu na traumę wspominają je z niechęcią i zachowują rezerwę. Przerażony pies może kulić się czy chować ogon pod brzuch lub całym swoim ciałem przylega do podłoża, kiedy paraliżuje go strach. Psy, które doświadczały przemocy, często stają się agresywne. Wynika to z niskiego poczucia własnej wartości, lęku i braku stabilizacji. Pies w pewien sposób zachowuje uraz do człowieka za doznane krzywdy i ostrzega głośno i wyraźnie o swojej nieufności [32].

Psy słyną ze swojego zmysłu węchu, który jest tak rozwinięty, że potrafią wyczuć choroby. Dzięki ponad 220 milionom receptorów węchowych — w porównaniu z 5 do 10 milionami u ludzi i dzięki temu potrafią wyczuć rzeczy, które dla nas wydają się niezgłębione [33]. Zdolność psów do wykrywania zapachów jest 10 000 do 100 000 razy większa niż u ludzi [34]. Niektóre psy wykryły problemy zdrowotne, o których nawet lekarze nie byli świadomi. Psy potrafią wychwycić drobne zmiany w ludzkim ciele, od niewielkiej zmiany w naszych hormonach po uwalnianie lotnych związków organicznych, czyli VOCs (*Volatile organic compounds*), uwalnianych przez komórki nowotworowe. Naukowcy i trenerzy psów dopiero zaczynają rozumieć, jak psy to robią i jak możemy je zaangażować w pomoc w opiece zdrowotnej.

Psy potrafią wykryć różne typy nowotworów, w tym raka piersi, raka prostaty, raka pęcherza moczowego, raka płuc, raka jelita grubego, raka jajnika i raka skóry [35]. Za przykład może posłużyć pies, który miał obsesję na punkcie bezobjawowego znamienia 75-letniego właściciela i ciągle lizał pieprzyk za uchem. Po zbadaniu zmiany potwierdzono, że był to czerniak złośliwy [36].

W badaniu Junqueira i wsp. [37] szkolono psy w zakresie używania ich układu węchowego do odróżniania surowicy krwi od pacjentów ze złośliwym rakiem płuc od

surowicy krwi od zdrowej grupy kontrolnej. Po szkoleniu psom pokazano próbki niedrobnokomórkowego raka płuc i zdrową kontrolną surowicę krwi, a następnie przeanalizowano czułość i swoistość każdego psa. Okazało się, że przeszkolone psy były w stanie prawidłowo zidentyfikować próbki nowotworu z czułością 96,7%, swoistością 97,5%, dodatnią wartością predykcyjną 90,6% i ujemną wartością predykcyjną 99,2% [37].

McCulloch i wsp. [38] na potrzeby badania przeprowadzonego w 2006 roku pięć psów przeszkolono w zakresie wykrywania raka na podstawie próbek oddechu. Autorzy oparli się na wcześniejszych pracach badawczych wykazujących, że w wydychanym powietrzu pacjentów z rakiem płuc i piersi stwierdza się wzorce markerów biochemicznych, które można odróżnić od wskaźników kontrolnych. Jednakże analiza chemiczna wydychanego powietrza nie wykazała przydatności do indywidualnej diagnostyki klinicznej. Autorzy postanowili zastosować metodę opartą na nagrodzie pokarmowej podczas szkolenia pięciu psów domowych. Ich zadaniem było rozróżnienie, na podstawie samego zapachu, próbki wydychanego powietrza od 55. pacjentów z rakiem płuc, 31. pacjentów z rakiem piersi i od 83. zdrowych osób z grupy kontrolnej. Prawidłowe wskazanie próbek nowotworu przez psy polegało na siedzeniu/leżeniu przed próbką. Prawidłową reakcją na próbki kontrolne było zignorowanie próbki. Autorzy najpierw szkolili psy w 3. fazowym, sekwencyjnym procesie ze stopniowo rosnącymi poziomami wyzwania. Po przeszkoleniu zdolność psów do odróżniania pacjentów chorych na raka od osób z grupy kontrolnej została następnie przetestowana przy użyciu próbek oddechu od osób, których psy nie spotkały wcześniej. Wśród pacjentów chorych na raka płuc i osób z grupy kontrolnej ogólna czułość wykrywania zapachu przez psa, w porównaniu z konwencjonalną diagnozą potwierdzoną biopsją, wyniosła 0,99 (95% przedział ufności [CI], 0,99, 1,00), a ogólna swoistość 0,99 (95% CI, 0,96, 1,00). Wśród pacjentek z rakiem piersi i grupy kontrolnej czułość wyniosła 0,88 (95% CI, 0,75; 1,00), a swoistość 0,98 (95% CI, 0,90; 0,99). Czułość i swoistość były znacząco podobne we wszystkich czterech stadiach obu chorób. Badanie potwierdziło możliwość wykorzystania psów do wykrywania zapachu i pokazuje zasadność stosowania systemu biologicznego do badania wydychanego powietrza w diagnostyce raka płuc i piersi [38].

W badaniu Yamamoto i wsp. [39] wykorzystano dobrze wyszkolonego psa do ustalenia, czy mocz pacjentów ze zmianami przed nowotworowymi szyjki macicy i nowotworami złośliwymi ma zapach specyficzny dla nowotworu. Pobrano ogółem 195. próbek moczu od 83. pacjentek z rakiem szyjki macicy (34. przypadki raka szyjki macicy i 49. przypadków śródnabłonkowej neoplazji szyjki macicy stopnia trzeciego), 49. pacjentek

z łagodnymi chorobami macicy oraz 63. zdrowych ochotniczek. Każdy test przeprowadzono przy użyciu jednej próbki moczu od pacjenta chorego na raka i czterech próbek od różnych grup kontrolnych. Każdą z pięciu próbek moczu umieszczono w oddzielnym pudełku. Kiedy pies węszący raka zatrzymał się i usiadł przed pudełkiem z próbką od pacjenta chorego na raka, wynik testu uznano za pozytywny. W 83. z 83. prób w podwójnie ślepych testach wyszkolony pies był w stanie poprawnie zidentyfikować próbki moczu wszystkich pacjentek chorych na raka szyjki macicy lub CIN3, niezależnie od stopnia progresji nowotworu [39].

Inną chorobą gdzie przydatne mogą być psy jest narkolepsja - zaburzenie wpływające na zdolność kontrolowania cykli snu i czuwania. Osoba cierpiąca na narkolepsję może nagle zasnąć, nawet w trakcie wykonywania jakiegoś zadania. Jest to niebezpieczny stan, ponieważ osoba, która ma atak, może odnieść obrażenia w wyniku upadku na ziemię lub wypadku samochodowego, jeśli zdarzy się to podczas jazdy. Od 2010 roku, McNeight szkoli psy asystujące osobom cierpiącym na narkolepsję, uważając, że psy potrafią wyczuć zapach, gdy zbliża się atak narkolepsji [cyt. za 40].

Dominguez-Ortega i wp. [41] zbierali próbki potu od osób chorych na narkolepsję oraz grupy kontrolnej i zbadano je niezależnie przez dwa wyszkolone psy. Ani trener, ani pies nie znali źródła wybranej próbki ani jej umiejscowienia w urządzeniu wyszukującym. Grupę pacjentów stanowiło 12. chorych na narkolepsję, obojga płci i w różnym wieku, zdiagnozowanych według standardowych kryteriów. Grupę kontrolną stanowiło 22. zdrowych ochotników bez zaburzeń snu, obojga płci i w różnym wieku. Te same próbki analizowano za pomocą mikroekstrakcji w przestrzeni stałej z fazą stałą i chromatografii gazowej ze spektrometrią mas (HS-SPME – GCMS, *Headspace solid-phase microextraction - gas chromatography-mass spectrometry*) oraz przy użyciu odpowiednich technik statystycznych w celu rozróżnienia profilu aromatu między obiema grupami. Psy wykryły 11. przypadków narkolepsji i tylko 3. grupy kontrolne. Wyniki HS-SPME — GCMS wykazały, że chorobę można odrzucić ze wskaźnikiem klasyfikacji wynoszącym 75% i może to być metoda przesiewowa w podejściu do pierwszej diagnozy narkolepsji. Zdaniem autorów badania potwierdzają, że pacjenci z narkolepsją mają charakterystyczny zapach, który potrafią wykryć wyszkolone psy i techniki analitycznej [41]. Pies wyszkolony do wykrywania narkolepsji będzie ostrzegał właściciela szczekaniem, szturcaniem lub lizaniem. W przypadku ataku może stanąć nad kolanami danej osoby, co uniemożliwia jej zsunięcie się z krzesła na podłogę. Może również stanąć nad daną osobą, aby ją chronić, jeśli przebywa ona w miejscu publicznym. Może też udać się po pomoc. Najważniejsze jest jednak to, że mogą ostrzec do

pięciu minut przed początkiem ataku, dając swojemu opiekunowi szansę na dostanie się w bezpieczne miejsce lub przyjęcie bezpiecznej pozycji [42].

W przypadku osób cierpiących na migreny także otrzymanie ostrzeżenia przed wystąpieniem napadu może oznaczać różnicę między uporaniem się z problemem, a poddaniem się godzinom lub dniom intensywnego bólu. Niektóre psy mają zdolności wyczuwania oznak zbliżającej się migreny.

Dawn i Bhowmick [43] do udziału w badaniu zakwalifikowali osoby w wieku  $\geq 18$  lat, które doświadczały epizodów migreny i mieszkały z psem. Uczestnicy wypełnili ankietę internetową składającą się z 18. Pytań o dane demograficzne uczestników, migreny i zachowanie ich psów przed epizodami migreny lub w ich trakcie. Ankietę wypełniło 1029. dorosłych osób cierpiących na migrenę (94,9% kobiet), przy czym migreny występowały zazwyczaj  $\leq 8$  dni w miesiącu u 63,4% uczestników. Dane demograficzne uczestników, częstotliwość migreny i rasa psów w domu były podobne w grupie 470 uczestników, u których nie zalecono żadnych zachowań ostrzegawczych oraz u 466 uczestników, którzy podali szczegółowe informacje ostrzegawcze. Stwierdzoną zmianę w zachowaniu psa przed lub w początkowej fazie migreny spostrzegło 552. uczestników (53,7%), najczęściej było to okazywanie przez psa niezwyklej uwagi wobec właściciela (39,9%). Spośród 466. uczestników, którzy podali szczegółowe informacje na temat zachowania psa podczas migreny, 57,3% było w stanie zidentyfikować niepokojące zachowanie psa, zanim zaczęły pojawiać się objawy ataku migreny, z reguły zauważane w ciągu dwóch godzin przed wystąpieniem początkowych objawów migreny. U 59,2% osób cierpiących na migrenę uznano, że zachowanie psa jest często lub zwykle powiązane z rozwojem migreny, a 35,8% osób cierpiących na migrenę zastosowało leczenie migreny po rozpoznaniu zachowania psa i przed wystąpieniem objawów migreny. Pies wyczuwający zbliżającą się migrenę może dana osobę zaalarmować np. liżąc, krążąc, szturchając, pozostając obok, wpatrując się w daną osobę, chodząc lub szczekając. Może to służyć jako przypomnienie o konieczności zażywania leków, które zapobiegają najgorszemu bólowi głowy. Rasy, które według właścicieli najprawdopodobniej ostrzegały ich o migrenie, to rasy mieszane, rasy zabawkowe, rasy terierów i rasy sportowe [43].

Coraz częściej psy są także szkolone, aby pomagały osobom chorym na cukrzycę, ostrzegając je, gdy poziom cukru we krwi spada lub wzrasta. Psy te przechodzą intensywne szkolenie, aby móc wykrywać i ostrzegać swoich opiekunów o zmianach poziomu cukru we krwi. Psy wykrywają bowiem izopren, powszechnie występującą naturalną substancję chemiczną występującą w ludzkim oddechu, której poziom znacznie wzrasta podczas epizodu

niskiego poziomu cukru we krwi [45]. Ludzie nie są w stanie wykryć tej substancji chemicznej, ale że psy są na niego szczególnie wrażliwe i potrafią rozpoznać, kiedy w oddechu właściciela występuje jego wysoki poziom.

Roney i wsp. [46] uważają, że w przypadku osób chorych na cukrzycę posiadanie czujnego psa wydaje się zapewniać znaczną poprawę zarówno bezpieczeństwa, jak i jakości życia osób chorych na cukrzycę zależnych od insuliny. Dane zarejestrowane przez badanych właścicieli wykazały, że psy ostrzegały ich ze znaczną, choć zmienną dokładnością, w momentach niskiego i wysokiego poziomu cukru we krwi. Osiem na dziesięć psów (w przypadku których właściciele przedstawili odpowiednią dokumentację) konsekwentnie reagowało częściej, gdy zgłaszano, że poziom cukru we krwi ich właściciela znajdował się poza zakresem docelowym, niż w zakresie docelowym. Badanie to wskazuje na potencjalną wartość czujnych psów w zwiększaniu kontroli glikemii. Pozytywne efekty zgłaszane przez chorych na cukrzycę posiadających psy obejmowały zmniejszenie epizody utraty przytomności, mniej wezwań ratowników medycznych i wzrost niezależności [45].

Istnieje kilka teorii na temat tego, w jaki sposób psy mogą wyczuwać hipoglikemię, w tym zmian chemicznych, które psy są w stanie wyczuć, a także zmian w zachowaniu [46]. W badaniu eksploracyjnym Los i wsp. [47] uczestniczyli pacjenci z cukrzycą typu 1, którzy mieli psy ostrzegające przed cukrzycą. Badani zgłaszali postrzeganą zdolność psa do wyczuwania poziomu glukozy i powody, dla których zdecydowali się na wyszkolenie psa. Wiarygodność ostrzeżeń dla psów oceniano przy użyciu glikemii włosniczkowej (CBG - *capillary blood glucose*) i ślepego ciągłego monitorowania glikemii (CGM - *continuous glucose monitoring*) jako wskaźników porównawczych u 8. pacjentów (w wieku 4–48 lat). Hipoglikemię definiowano jako CBG lub CGM <70 mg/dl. Użytkownicy psów byli bardzo zadowoleni (8,9/10 w skali Likerta) i w dużym stopniu pewni (7,9/10) co do zdolności ich psów do wykrywania hipoglikemii. Głównym powodem zakupu wyszkolonego psa było wykrycie hipoglikemii. Podczas hipoglikemii spontaniczne sygnały ostrzegawcze u psów występowały z częstością 3,2 (2,0–5,2, 95% CI) razy większą niż podczas euglikemii (70–179 mg/dl). Psy powiadamiały w odpowiednim czasie w przypadku 36% (czułość) wszystkich zdarzeń hipoglikemii (n = 45). Z powodu niewłaściwych ostrzeżeń PPV (*positive predictive Value*) sygnalizacja psa o hipoglikemii wyniosła 12%. Jest to pierwsze badanie oceniające skuteczność wyszkolonych psów w zakresie ostrzegania o hipoglikemii w rzeczywistych warunkach. Wyszkolone psy często ostrzegają ludzkiego towarzysza o nieznaną skądinąd hipoglikemii; jednakże ze względu na wysoki odsetek wyników fałszywie dodatnich samo ostrzeżenie dla psa raczej może nie być pomocne w różnicowaniu hipo-/hiper-/euglikemii.

CGM często wykrywa hipoglikemię wcześniej niż wyszkolony pies z klinicznie istotnym marginesem [47].

Zdaniem Catalii wsp. [48] badania naukowe dotyczące reakcji psów na napady padaczkowe są niewystarczające, chociaż istnieją dowody na to, że niektóre psy potrafią i wykrywają początek napadu. Większość badań dotyczyła małych próbek i subiektywnych ankiet przeprowadzonych wśród właścicieli. Autorzy podjęli się próby kompleksowego przeglądu badań naukowych dotyczących psów reagujących na ataki padaczkowe u osób chorych na padaczkę. Spośród 28. badań opublikowanych w recenzowanych czasopismach poświęconych tej tematyce, tylko 5 (jedno badanie prospektywne i cztery kwestionariusze samodzielne) kwalifikowało się do włączenia zgodnie z wytycznymi PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Zgłaszane czasy czujności przed napadem były bardzo zróżnicowane u psów od 10 sekund do 5 godzin, ale wydawały się wiarygodne (dokładność od  $\geq 70\%$  do 85% według raportów właścicieli). Zachowania alarmujące ogólnie opisywano jako przyciągające uwagę. Alert dotyczył wielu rodzajów napadów. Psy wymieniane jako psy podatne na ataki padaczki różniły się wielkością i rasą. Metody szkolenia różniły się w zależności od programów dla zwierząt usługowych i częściowo opierały się na hipotetycznych sygnałach używanych przez psy (np. zmianach w zachowaniu, zapachu, tętnie). Większość badań wykazała jednak poprawę jakości życia i zmniejszenie częstości napadów u osoby mieszkającej z psem wykazującym zachowania związane z napadami. Jednakże poziom rygoru metodologicznego był ogólnie niski [48].

W innym badaniu przeprowadzonym przez Catala i wsp. [49] na pięciu psach wykazano, że psy były w stanie odróżnić zapach pacjenta podczas napadu padaczkowego od zapachu tego samego pacjenta, gdy nie miał on napadu. Ponieważ w badaniu wzięła udział tylko niewielka garstka psów i wykorzystano wcześniej zebrane próbki zapachów, badacze przyznają, że należałoby przeprowadzić znacznie bardziej szczegółowe badania [49].

Dalziel i wsp. [50] dokonali przeglądu badań opartych na wypełnianiu kwestionariuszy jakościowych przez chorych na padaczkę. Spośród 63. pacjentów – 29. z nich posiadało psy domowe. Dziewięć osób zgłosiło, że ich pies zareagował na napady, a trzy - że są wyczulone w przypadku wystąpienia napadów. Nie było znaczących dowodów na korelację między zachowaniem ostrzegawczym/reagującym a danymi demograficznymi, stanem zdrowia lub postawą/opinią zwierząt domowych pacjentów. Zachowanie psa polegające na ostrzeganiu/reagowaniu na ataki nie wydawało się zależeć od jego wieku, płci czy rasy. Wyniki sugerują, że niektóre psy mają wrodzoną zdolność ostrzegania i/lub reagowania na ataki i tendencję w zakresie rodzaju napadów/aur, na które pies może zwrócić



uwagę. Sukces zależy jednak w dużej mierze od świadomości przewodnika i reakcji na ostrzegawcze zachowanie psa [50].

Powell i wsp. [51] postawili hipotezę, że biorąc pod uwagę niezwykle zdolności węchowe psów, lotny związek organiczny wydychany przez właściciela psa cierpiącego na epilepsję może stanowić mechanizm wyzwalający wczesnego ostrzegania, na który psy reagują w postaci reakcji afiliacyjnych kierowanych przez właściciela w okresie poprzedzającym napad padaczkowy. W badaniu wzięło udział 19. psów domowych, które nie miały żadnego doświadczenia z padaczką i wystawiono je na działanie zapachów uznanych za charakterystyczne dla trzech faz napadów, wykorzystując pot zebrany od osób chorych na padaczkę. Zmieniając naprzemienny zapach wydobywający się z próbek potu zarejestrowanych przed napadem, podczas napadu i po napadzie, a także dwie kontrole bez napadów, można było zarejestrować reakcję psów. Wyniki sugerują, że napady padaczkowe są powiązane z nieprzyjemnym zapachem, a psy wykrywają ten zapach i wykazują wyraźny wzrost zachowań afiliacyjnych skierowanych do właścicieli. Charakterystyczną reakcją wszystkich 19. psów na pojawienie się zapachu napadu było intensywne spojrzenie, które było statystycznie istotne ( $p < 0,0029$ ) w fazie przed napadem, w napadzie i po napadzie w porównaniu z kontrolnymi zapachami nie pochodzącymi z napadu [51].

W opinii Belluomo i wsp. [52] wykorzystanie psów w leczeniu padaczki jest bardzo obiecujące, ale potrzebne są dalsze badania, aby w pełni potwierdzić ich skuteczność i potencjał jako cennych towarzyszy osób chorych na padaczkę.

Pies, który wykryje atak padaczkowy, może szczekać lub łapać swojego właściciela, zachowując się w sposób odbiegający od normy. Pozostaną przy właścicielu, stojąc lub leżąc z nim, a czasami liżąc go po twarzy. Nie można zapominać, że niektóre psy są szkolone, aby pomagać właścicielowi podczas napadu, ale niekoniecznie potrafią wykryć nadchodzący atak.

Psy wyczuwają także zapach, gdy człowiek czuje strach lub doświadcza zwiększonego poziomu stresu, nawet jeśli nie okazuje tego na zewnątrz.

D'Aniello [53] przeprowadzili badanie oceniające międzygatunkowy transfer emocji poprzez zapach ciała (chemosygnaly). Chcieli sprawdzić, czy zapach ludzkiego ciała (chemosygnaly) powstający w emocjonalnych warunkach szczęścia i strachu dostarcza informacji wykrywalnych przez psy domowe (labrador i golden retriever). Próbkę zapachu pobierali z pach od dawców płci męskiej nie biorących udziału w głównym eksperymencie. Układ eksperymentalny zakładał współobecność właściciela psa, obcej osoby i „dozownika zapachu” w przestrzeni, w której psy mogły się swobodnie poruszać. Psy przydzielano losowo do trzech warunków związanych z zapachem [strach, szczęście i kontrola (brak

potu)]. Zmiennymi zależnymi były odpowiednie zachowania psów (np. zbliżanie się, interakcja i wpatrywanie się) ukierunkowane na trzy cele (właściciel, nieznajomy, dozownik potu) oprócz wskaźników stresu i tętna psa. Wyniki wykazały z dużą dokładnością, że psy przejawiały przewidywane zachowania w trzech stanach. Psy w stanie zapachu strachu wykazywały bardziej stresujące zachowania. Dane dotyczące tętna w warunkach kontrolnych i szczęśliwych były znacznie niższe niż w warunkach strachu [53].

Uważa się, że psy wyczuwają przyływ hormonów, które nasz organizm uwalnia w odpowiedzi na stresujące sytuacje, w tym adrenaliny i kortyzolu, a wyczuwając strach, wykazują oznaki stresu [54].

Pendry i Vandagriff [55] przeprowadzili randomizowane badanie (N = 249) sprawdzające wpływ 10. minutowego AVP (*animal visitation programs*) na poziom kortyzolu w ślinie. Studenci studiów licencjackich zostali losowo przydzieleni do jednego z czterech warunków: praktyczne AVP (głaskanie kotów i psów; n = 73), obserwacja AVP (obserwowanie innych zwierząt domowych; n = 62), pokaz slajdów AVP (oglądanie zdjęć tych samych zwierząt; n = 57) lub lista oczekujących na AVP (n = 57). Uczestnicy pobrali kortyzol w ślinie po przebudzeniu, a dwie próbki pobrano po 15. i 25. minutach po 10. minutowym trwaniu warunku, oceniając poziom kortyzolu na początku i na końcu interwencji. Kontrolując podstawowy poziom kortyzolu, czas przebudzenia i rytm dobowy, okazało się, że studenci biorący udział w ćwiczeniach praktycznych mieli niższy poziom kortyzolu po teście w porównaniu z pokazem slajdów ( $\beta = 0,150$ ,  $p = 0,046$ ) i listą oczekujących ( $\beta = 0,152$ ,  $p = 0,00$ ). 033) i obserwacją ( $\beta = 0,164$ ,  $p = 0,040$ ). Powyższe świadczy że 10. minutowe głaskanie kotów i psów zapewnia chwilowe minimalizowanie odczuwanego stresu [55].

Według szeroko zakrojonych badań, w których wzięło udział 3,4 miliona szwedzkich mieszkańców, posiadanie psa zmniejsza ryzyko stresu i chorób układu krążenia [56].

Po raz kolejny warto podkreślić, że nie ma wątpliwości, iż psy odczuwają całe wachlarze różnych emocji – także smutek, jednak psy nie płaczą w takiej formie jak ludzie. Załzawione oczy to wyraz nie emocji, ale choroby [57].

Psy posiadają kanaliki łzowe, które służą przede wszystkim do produkcji i rozproszaniu wydzieliny na gałce ocznej. Łzy u psów mają przede wszystkim funkcję ochronną i nawilżającą. Wydzielina jednak nie jest produkowana w takiej ilości, żeby spływać w formie łez. Jednakże to że nie są w stanie produkować łez pod wpływem emocji, nie oznacza, że nie potrafią okazywać smutku. Psy komunikują się ze sobą całym ciałem: postawą, mimiką, ruchami oczu, uszu i ogona czy dźwiękami, które wydają. Jednym

z charakterystycznych objawów smutku u psa są dźwięki jakie wydaje – wycie i skomlenie oznaczające psi płacz i sposób na wyrażenie negatywnych emocji. Pamiętać jednak trzeba, że wiele psów wyje z nudy, chcąc zwrócić na siebie uwagę, w ramach zachowań terytorialnych lub jako reakcja na inne dźwięki, jak np. syreny alarmowe lub ból. Inne objawy psiego smutku to między innymi apatia czy brak chęci do zabawy. Ogon smutnego psa zwykle zwisa smętnie w dół lub jest podkulony, uszy są położone po sobie, a głowa opuszczona w dół. Pies porusza się powoli i nie ma ochoty na interakcje [57].

Warto także pamiętać, że utrata psiego towarzysza wpływa na drugiego psa. Ucheddu i wsp. [58] zauważają, że u dzikich psowatych rzadko obserwowano reakcje behawioralne w stosunku do martwego współplemieńca i nie ma udokumentowanych naukowych dowodów na występowanie żałoby u psów domowych. Autorzy postanowili więc przeprowadzić ilościową analizę reakcji związanych z żałobą zarówno u psów, jak i właścicieli, przy użyciu internetowego kwestionariusza Mourning Dog. Ankietę wypełniło 426. dorosłych Włochów, którzy mieli co najmniej dwa psy, z których jeden odszedł, a drugi jeszcze żył. Celem tego badania było sprawdzenie, czy, w jaki sposób i czego może doświadczyć pies po stracie psa do towarzystwa. Wielokrotna regresja logistyczna wskazało, że głównymi predyktorami negatywnych zmian w zachowaniu były zarówno przyjazne lub rodzicielskie relacje między dwoma psami, fakt, że psy dzieliły się jedzeniem oraz smutek i złość właściciela. Z odpowiedzi właścicieli psów wynika, że pies, który przeżył po śmierci psa do towarzystwa, zmienił się zarówno pod względem aktywności („zabawa”, „spanie”, „jedzenie”), jak i emocji (łękliwość), co następowało w funkcji jakości relacji pomiędzy obydwoma zwierzętami. Najczęściej zgłaszanymi zmianami w zachowaniu żyjącego psa po utracie towarzysza były: zwiększone poszukiwanie uwagi i kontaktu z opiekunem (67%), zmniejszenie chęci do zabawy (57%), zmniejszona aktywność (46%), więcej snu (35%), zwiększony strach (35%), mniejszy apetyt (32%) oraz zwiększone szczekanie (30%). Jedynie 13,4% właścicieli nie zaobserwowało żadnych zmian w zachowaniu psa po odejściu drugiego czworonoga. Badanie wykazało, że zmiany w zachowaniach żyjącego psa były bardziej nasilone, jeśli psi towarzysze mieli przyjacielską lub rodzicielską relację. Z kolei czas spędzony razem przez dwa psy nie miał wpływu na zachowanie psa, który przeżył. Postrzeganie przez właściciela reakcji i emocji psa nie było powiązane z pamięcią lub cierpieniem związanym z wydarzeniem, które z czasem miało tendencję do zanikania. Wyniki te wskazują, że pies może wykazywać wzorce zachowań i emocji związane z żałobą, gdy umiera bliski krewny, przy czym pewne aspekty tego ostatniego mogą być powiązane ze stanem emocjonalnym właściciela. Potrafią odczuwać smutek, poczucie osamotnienia, większą potrzebę

emocjonalnego wsparcia od swojego opiekuna, a także mogą tracić apetyt i ochotę na aktywność fizyczną, mogą mniej lub więcej spać [58].

Psy przeżywają także utratę bliskich współtowarzyszy lub opiekunów. Bardzo szybko orientują się, że coś się zmieniło – opiekun nie wraca do domu, nie ma powitań, wspólnego spania, pieszczot, zabaw... nie ma dawnej wspólnej codzienności, do której został przyzwyczajony. Inaczej śmierć opiekuna znosi piesek, który mieszkał w domu zaledwie kilka miesięcy, a inaczej ten który był związany z rodziną od wielu lat. Bardzo często, po stracie ulubionego towarzysza zwierzę aktywnie go poszukuje, czuje się zagubione, wokalizuje lub popada w apatię, a nawet depresję. Podczas „żałoby” zwierzęta mniej jedzą, więcej śpią, nie są skore do zabaw.

Znane są przypadki kiedy psy po stracie swojego opiekuna przez wiele miesięcy oczekiwały go na jego grobie. One wiedzą, że tam pod ziemią leżą ich właściciele, ale mimo to wszystko wciąż czekają, aż ich opiekunowie wyjdą, tak jak gdyby nigdy nic się nie stało.

Za przykłady powyższego mogą służyć [59-67]:

- Bobby, skyterier, który po śmierci swojego pana przez 14. lat mieszkał na cmentarzu Greyfriars Kirkyard w Edynburgu. Niezwykła postawa psa została upamiętniona pomnikiem przy moście Jerzego IV, tuż obok pubu, do którego pies przychodził ze swoim właścicielem.
- Hachiko, rasy Akita, który codziennie wychodził na stację w tokijskiej dzielnicy Shibuya aby powitać swojego pana, który wracał pociągiem z pracy. Pewnego dnia właściciel niespodziewanie zmarł w pracy, a Hachiko przez kolejne 10. lat wiernie na niego czekał w tym samym miejscu, co zawsze. Doczekał się nawet pomnika upamiętniającego jego wzruszającą wierność, lojalność i pamięć - w 1934 roku, rok przed śmiercią psa, w jego obecności, na stacji Shibuya został odsłonięty jego pomnik (Tokio, Japonia).
- Finney, suczka rasy Jack Russell - jej właściciel, 71. letni Rich Moore z Pagosa Springs, wybrał się z nią na wędrowkę na szczyt Blackhead Peak, ale niestety nie wrócili do domu. Finney przetrwała ponad 10. tygodni w górach Kolorado przy boku swojego zmarłego właściciela.
- Leao - który po tragicznej powodzi w 2011 roku (Rio de Janeiro, Brazylia) odnalazł grób właścicielki wśród 900. innych grobów i czuwał przy nim.
- Kapitan – który przez 6. lat uciekał z domu by czuwać przy grobie swojego zmarłego właściciela (Villa Carlos Paz, Argentyna).

- Hawkeye – którego właściciel zginął na wojnie. W trakcie pogrzebu pies podszedł do trumny, westchnął i położył się przy niej i tak pozostał do końca ceremonii (San Diego, USA).
- Dżok – którego właściciel zmarł nagle, a pies czekał na niego przez rok w okolicach ronda Grunwaldzkiego, skąd karetka zabrała jego pana. Po tym roku przygarnęła go Pani Miller. Nigdy nie pozwolił jednak założyć sobie obroży ani smyczy, pozostając wolnym psem. Po jej śmierci, 5. lat później, uciekł i został znaleziony martwy na torach mało uczęszczanej trasy. Niektórzy uważają, że jego wierne psie serce nie wytrzymało kolejnej rozłąki i rzucił się pod koła (Kraków, Polska).
- Murzyn - już po pogrzebie swojej właścicielki odnalazł jej grób i spędził na nim dwa miesiące (Braniewo).
- Wiggles – który godzinami towarzyszył swojemu właścicielowi w pracy. Mężczyzna wykonywał swoje obowiązki, a oddane zwierzę czekało cierpliwie na siedzeniu w pojeździe. Niestety, właściciel zwierzęcia nagle zmarł i zostawił swojego czworonożnego przyjaciela osamotnionego. Wiggles pogrzyżył się w żałobie. Całymi dniami opłakiwał stratę najlepszego towarzysza i mimo, że jego pana już nie było, nie zmienił swoich przyzwyczajzeń. Codziennie wskakiwał na lawetę, na której zawsze leżał obok swojego ukochanego opiekuna.

Z kolei trudno stwierdzić, czy psy przeczuwają zbliżającą się śmierć, ale gdy umierają, zauważają, że czują się coraz gorzej, co nie pozostaje bez wpływu na ich zachowanie. Najbardziej typowe zmiany w zachowaniu psów tuż przed śmiercią to [67]:

- zwiększenie potrzeby bliskości
- gryzienie i warczenie – pies który wkrótce umrze, nie czuje się najlepiej, więc może być drażliwy i źle reagować na zachowania i rzeczy, które kiedyś tolerował, a może nawet lubił.
- Wysyłanie nietypowych spojrzeń - psy tuż przed śmiercią mogą patrzeć na właściciela „spojrzeniem wyrażającym, że są gotowe na śmierć” - pełnym cierpienia lub miłości.
- uciekanie z domu - w środowisku naturalnym, gdy dzikie zwierzęta słabną, mogą oddzielić się od swojego stada, by go nie spowalniać i nie narażać na atak drapieżników. Możliwe więc, że psy przed śmiercią uciekają z domu, żeby ochronić swoich opiekunów.
- zwiększenie aktywności w nocy – większość psów chodzi spać o stałej porze, po czym

przesypia całą noc, a w ciągu dnia robi sobie drzemki. Jeżeli pies zaczyna chodzić nocą po domu, przesypia cały dzień albo budzi się w środku nocy, możliwe, że coś mu doskwiera albo jego czas dobiega końca.

- pogorszenie apetytu - niektóre na kilka tygodni przed śmiercią zaczynają jeść mniej, po to, by w kilka dni przed zgonem, zacząć całkowicie odmawiać jedzenia.
- zmniejszenie zainteresowania światem – letarg - nie chce się bawić, większość czasu spędza na leżąc, może też odmawiać spacerów, jedzenia i picia.
- ukrywanie się - pies przed śmiercią może szukać odosobnienia, gdzie nikt nie podaje mu leków, nie zachęca do jedzenia, gdzie panuje cisza i spokój.
- przed odejściem pojawiają się u psa trudności z oddychaniem, problemy z utrzymaniem moczu, czy zupełny brak sił – siania się na nogach, nie wstaje samodzielnie, czasem drży.

Warto także wspomnieć o tzw. *Calming signals*, czyli łańcuchu znaków wysyłanych przez psa mających na celu pokazanie otoczeniu, iż nie jest nastawiony bojowo, uspokojenie osoby będącej w pobliżu, uspokojenie samego siebie, niwelowanie zachowań agresywnych przeciwnika, zmniejszenie napięcia, niwelowanie stresu, niepokoju i nerwowości u jakiejś osoby [2]. Ruggas [2] wyróżnia w sumie ponad 20. różnych sygnałów tego typu, które mogą występować pojedynczo lub łączyć się:

- ziewanie,
- oblizywanie się,
- odwracanie głowy,
- odwracanie całego ciała,
- zastyganie w zabawowej pozie ze zgiętymi przednimi łapami
- zastyganie w zabawowej pozie z pupką do góry,
- obwąchiwanie ziemi,
- powolne poruszanie się,
- zatrzymanie się i zastygnięcie w jednej pozie,
- kulenie się i pełzanie przy ziemi,
- podniesienie jednej łapy,
- omijanie kogoś łukiem,
- obnażenie zębów,
- mlaskanie,
- nerwowe i mechaniczne machanie ogonem,

- podkulenie ogona,
- posikiwanie w pełzającej pozie,
- dyszenie,
- ściąganie uszu,
- pokazywanie białek ocznych,
- przyłgnięcie do ziemi,
- pokazywanie brzucha.

Takie gesty są odczytywane przez psy jednoznacznie i skutecznie łagodzą stosunki między nimi, hamując agresję względem siebie. Niestety nie zawsze są w porę odczytywane przez ludzi [2].

Podsumowaniem rozdziału mogą być słowa Dan George: „Jeśli będziesz rozmawiał ze zwierzętami, one też będą do Ciebie mówić i poznać się wzajemnie. Jeśli nie będziesz z nimi rozmawiał, nie poznać się. To czego nie znasz, będzie napawało Cię strachem. Zaś to czego się boisz, zniszczysz” (Wódz Dan George) [cyt. za 68].

### PIŚMIENNICTWO

1. Pasięka P. Kartezjańska koncepcja zwierzęcia-maszyny, *Filo-Sofija*, 2012, 17(2), 51-64.
2. [http://www.piesporadnik.pl/title,Jak\\_pies\\_okazuje\\_bol\\_,pid,941.html](http://www.piesporadnik.pl/title,Jak_pies_okazuje_bol_,pid,941.html), data pobrania 15.08.2024.
3. Łukaszewicz M. Prawa zwierząt w kontekście społeczeństwa obywatelskiego i przeobrażeń cywilizacyjnych, praca magisterska, Uniwersytet Łódzki. 2021.
4. Merola I., Prato-Previde E., Lazzaroni M. et al. Dogs' comprehension of referential emotional expressions: familiar people and familiar emotions are easier. *Anim. Cognit.*, 2013,17(2), 373-378.
5. Caeiro C., Guo K., Mills D. Dogs and humans respond to emotionally competent stimuli by producing different facial actions, *Scientific Reports*, 2017, 7, 15525.
6. Bremhorst A., Sutter N.A., Würbel H., et al. Differences in facial expressions during positive anticipation and frustration in dogs awaiting a reward, *Scientific Reports*, 2019, 9, 19312.
7. Albuquerque N., Guo K., Wilkinson A., et al. Dogs recognize dog and human emotions. *Biol. Lett.* 2016, 12, 20150883.
8. Lazzaroni M., Schär J., Baxte E. Village dogs match pet dogs in reading human facial

- expressions. PeerJ, 2023, 6, 11, e15601.
9. <https://apetete.pl/blog/czy-psy-wiedza-kiedy-nam-smutno/>, data pobrania 15.08.2024.
  10. [https://www.psychologytoday.com/us/blog/canine-corner/201303/which-emotions-do-dogs-actually-experience\\_](https://www.psychologytoday.com/us/blog/canine-corner/201303/which-emotions-do-dogs-actually-experience_) data pobrania 15.08.2024.
  11. Donaldson B., Vercoe, M., Filippo M. et al. Oxytocin responses after dog and cat interactions depend on pet ownership and may affect interpersonal trust. *Hum. Anim. Interact. Bull.* 2015, 3, 56–71.
  12. Horowitz A. Disambiguating the „guilty look”: salient prompts to a familiar dog behaviour. *Behavioural processes*, 2009, 81(3), 447-452.
  13. Berns G. *How Dogs Love Us. A Neuroscientist and His Adopted Dog Decode the Canine Brain* Kindle Edition, Amazon Publishing; 1st edition, 2013.
  14. [dailypaws.com](https://dailypaws.com), data pobrania 15.08.2024.
  15. Reeve C., Jacques S. Responses to spoken words by domestic dogs: A new instrument for use with dog owners, *Apl. Anim. Behav. Sci.* 2022, 246, 105513.
  16. Andics A., Gábor M., Gácsi T. et al Neural mechanisms for lexical processing in dogs, *Science*, 2016, 2, 353(6303), 1030-1032.
  17. Bray E.E., Gnanadesikan G.E., Horschler D.J. et al. Early-emerging and highly heritable sensitivity to human communication in dogs, *Current Biology* 2021, 26(31), 3132–3136.
  18. Lonardo L., Völter Ch.J., Lamm C. et al. Dogs follow human misleading suggestions more often when the informant has a false belief. *Proceedings of the Royal Society B*, 2021, 288, 20210906.
  19. Völte CH.J., Huber L. Dogs' looking times and pupil dilation response reveal expectations about contact causality *Biol Lett*, 2021, 17(12), 20210465.
  20. Hepper P.G. Long-term retention of kinship recognition established during infancy in the domestic dog. *Behavioural Processes*, 1994, 33, 1-2, 3-14.
  21. Topál J., Gácsi M., Miklósi A. et al. Attachment to humans: a comparative study on hand-reared wolves and differently socialized dog puppies. *Animal Behaviour*. 2005, 70(6), 1367-1375.
  22. Flannigan G., Dodman N.H. Risk factors and behaviors associated with separation anxiety in dogs. *J Am Vet Med Assoc.*, 2001, 15, 219(4), 460-4660.
  23. Storengen L.M., Kallestad Boge S.Ch., Strøm S.J. A descriptive study of 215 dogs diagnosed with separation anxiety. *App. Anima. Behav. Sci.* 2014, 159, 82-89.
  24. Dodman N. *The well-adjusted dog: Dr. Dodman's seven steps to lifelong health and*



- happiness for your best friend. Houghton Mifflin Co, Boston, 2008
25. Gácsi M., Maros K., Sernkvist S. Human analogue safe haven effect of the owner: behavioural and heart rate response to stressful social stimuli in dogs. *PLoS One*, 2013, 8(3), e58475.
  26. Vas J., Topál J., Gácsi M. et al. A friend or an enemy? Dogs' reaction to an unfamiliar person showing behavioural cues of threat and friendliness at different times, *App. Anim. Behav. Sci.* 2005, 94(1), 99-115.
  27. Tóth L., Gácsi M., Topál J. et al. Playing styles and possible causative factors in dogs' behaviour when playing with humans, *Applied Animal Behaviour Science*, 2008, 114, 3-4, 473-484.
  28. Virányi Z., Topál J., Gácsi M. Dogs respond appropriately to cues of humans' attentional focus. *Behav Processes.* 2004, 31, 66(2), 161-172.
  29. Parthasarathy V., Sharon L., Crowell-Davis S.L. Relationship between attachment to owners and separation anxiety in pet dogs (*Canis lupus familiaris*). *Journal of Veterinary Behavior*, 2006, 1(3), 109-120.
  30. Czy pies zapomina bicie? Spojrzenie na przeszłość czworonoga, [apetete.pl](http://apetete.pl), data pobrania 15.08.2024.
  31. Duranton Ch., Jeannin S., Bedossa T. et al. Studying episodic memory : dogs as a biological model ? *Med Sci (Paris)*, 2017, 33(12), 1089-1095.
  32. Lewis A., Berntsen D. Pet memoirs: The characteristics of event memories in cats and dogs, as reported by their owners, *App. Anim. Behav. Sci.*, 2020, 22, 104885.
  33. Castillo M. The Complicated Equation of Smell, Flavor, and Taste. *AJNR Am. J. Neuroradiol*, 2014, 35, 1243-1245.
  34. Jenkins E.K., deChant M., Perry E.B. When the Nose Doesn't Know: Canine Olfactory Function Associated with Health, Management, and Potential Links to Microbiota. *Front Vet Sci*, 2018, 5, 56.
  35. Seo I.S, Lee H.G., Koo B. et al. Cross Detection for Odor of Metabolic Waste Between Breast and Colorectal Cancer Using Canine Olfaction. *PLoS ONE*, 2018, 13(2): e0192629.
  36. Campbell L.F., Farmery L., Creighton George S.M. et al. Canine Olfactory Detection of Malignant Melanoma. *Case Reports*, 2013, 2013, bcr2013008566.
  37. Junqueira H., Quinn T.A, Biringer R. et al. Accuracy of Canine Scent Detection of Non-Small Cell Lung Cancer in Blood Serum. *J Am Osteopath Assoc*, 2019, 119, 413-418.

38. McCulloch M., Jeziernski T., Janecki T. et al. Diagnostic Accuracy of Canine Scent Detection in Early- and Late-Stage Lung and Breast Cancers. *Integr Cancer Ther*, 2006, 5(1), 30-39.
39. Yamamoto A., Kamoi S., Kurose K. et al. The Trained Sniffer Dog Could Accurately Detect the Urine Samples from the Patients with Cervical Cancer, and Even Cervical Intraepithelial Neoplasia Grade 3: A Pilot Study. *Cancers*, 2020, 12(11), 3291.
40. Roy S. Service Dogs Support Narcolepsy Patients, Literally and Figuratively. *Sleep Review Magazine*. 2014, <https://sleepreviewmag.com/sleep-disorders/hypersomnias/narcolepsy/service-dogs-narcolepsy-patients/>, data pobrania 15.08.2024.
41. Dominguez-Ortega L., Gallego E.D., Pozo F. et al. Narcolepsy and Odor: Preliminary Report. *Semergen Medicina De Familia*, 2013, 39(7), e41-e46.
42. Brown C.A, Wang Y., Carr E.C.J. Undercover Dogs: Pet Dogs in the Sleep Environment of Patients with Chronic Pain. *Social Sciences*, 2018, 7(9), 157.
43. Dawn M.A. Bhowmick A. Survey of Migraine Sufferers with Dogs to Evaluate for Canine Migraine-Alerting Behaviors. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 2013, 19, 6, 501-508.
44. Neupane S., Paverall R., Richmoind D. et al. Exhaled Breath Isoprene Rises During Hypoglycemia in Type 1 Diabetes. *Dia Care*, 2016, 39(7), e97-e98.
45. Rooney N., Morant S., Guest C. et al. Investigation into the Value of Trained Glycaemia Alert Dogs to Clients with Type I Diabetes. *PLoS ONE*, 2013, 8(8): e69921.
46. Rooney N.J., Guest C.M., Swanson L.C.M. et al. How Effective Are Trained Dogs at Alerting Their Owners to Changes in Blood Glycaemic Levels?: Variations in Performance of Glycaemia Alert Dogs. *PLoS One*, 2019, 15, 14(1), e0210092.
47. Los E. A., Ramsey K.L., Guttman-Bauman I. et al. Reliability of Trained Dogs to Alert to Hypoglycemia in Patients with Type 1 Diabetes. *J Diabetes Sci Technol*, 2017, 11, 506-512.
48. Catala A., Cousillas H., Hausberger M. et al. Dog Alerting and/or Responding to Epileptic Seizures: A Scoping Review. *PLoS ONE*, 2018, 4, 13(12), e0208280.
49. Catala A., Grandgeorge M., Schaff J.L. et al. Dogs Demonstrate the Existence of an Epileptic Seizure Odour in Humans. *Sci Rep*, 2019, 9, 4103.
50. Dalziel D.J., et al. Seizure-Alert Dogs: A Review and Preliminary Study. *Seizure*, 2003, 12(2), 115-120.
51. Powel N.A., Ruffel A., Arnott G. The Untrained Response of Pet Dogs to Human

- Epileptic Seizures. *Animals* (Basel). 2021, 11(8), 2267.
52. Bellumo I., Lugarà E., Walker M.C. The role of trained and untrained dogs in the detection and warning of seizure, *Epilepsy & Behavior*, 2024, 150109563.
53. D’Aniello, Semin G.R., Alteriso A. Interspecies Transmission of Emotional Information via Chemosignals: from Humans to Dogs (*Canis lupus familiaris*). *Anim. Cogn.*, 2018, 21, 67–78.
54. Pendry P., Vandagriff J.L. Animal Visitation Program (AVP) Reduces Cortisol Levels of University Students: A Randomized Controlled Trial. *AERA Open*, 2019, 5(2), 233285841985259.
55. Pendry P., Vandagriff J.L. Animal Visitation Program (AVP) Reduces Cortisol Levels of University Students: A Randomized Controlled Trial. *AERA Open*, 2019, 5(2), 233285841985259
56. Mubanga M., Byberg L., Nowak CH. Et al. Dog Ownership and the Risk of Cardiovascular Disease and Death – A Nationwide Cohort Study.” 2017, *Sci Rep*, 17, 7(1), 15821.
57. <https://dogproject.pl/czy-psy-placza>, data pobrania 15.08.2024.
58. Ucheddu S., Ronconi L., Albertini M. et al. Domestic dogs (*Canis familiaris*) grieve over the loss of a conspecific. *Scientific Reports* , 2022, 12, 1920.
59. [https://en.wikipedia.org/wiki/Caudate\\_nucleus#Emotion](https://en.wikipedia.org/wiki/Caudate_nucleus#Emotion), data pobrania 15.08.2024.
60. <https://www.iflscience.com/plants-and-animals/why-do-dogs-sometimes-wait-for-years-by-the-graves-of-their-owners/all/>, data pobrania 15.08.2024.
61. <https://joemonster.org/art/13589>, data pobrania 15.08.2024.
62. <https://www.dailymail.co.uk/news/article-2202509/Loyal-dog-ran-away-home-dead-masters-grave--stayed-years.html>, data pobrania 15.08.2024.
63. [https://pl.wikipedia.org/wiki/Pomnik\\_psa\\_D%C5%BCoka](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pomnik_psa_D%C5%BCoka), data pobrania 15.08.2024.
64. <https://www.thedodo.com/5-incredibly-devoted-dogs-who--588220262.html>, data pobrania 15.08.2024.
65. <https://joemonster.org/art/37799>, data pobrania 15.08.2024.
66. [https://swiatzwierzat.pl/zwierze-160420-mkk-rozpacz\\_](https://swiatzwierzat.pl/zwierze-160420-mkk-rozpacz_) data pobrania 15.08.2024.
67. <https://natemat.pl/490865,9-zmian-w-zachowaniu-psa-przed-smiercia>, data pobrania 15.08.2024.
68. Rugaas T.: Sygnały uspokajające u psa- jak psy unikają konfliktów; Wyd. Galaktyka, Łódź 2005.

# DOGOTERAPIA – WYBRANE ASPEKTY TEORETYCZNE





## WSTĘP

*Ktokolwiek wymyślił powiedzenie,  
że pieniądze nie przynoszą szczęścia,  
zapomniał o słodkich szczeniach*

*Gene Hill*

Terapię z udziałem zwierząt, tzw. petterapię, zapoczątkowano w latach siedemdziesiątych w USA. Za twórcę nazwy i propagatora metody uznaje się psychologa dziecięcego Borisa Levisona, któremu w gabinecie, towarzyszył labrador retriever o imieniu Jingles. Levinson zaobserwował, że pies pomagał „przełamać pierwsze lody” i ułatwiał kontakt z pacjentem - autystyczne dzieci, które nie potrafiły nawiązać kontaktu z dorosłymi, na psy reagowały zaciekawieniem [cyt. za 1, cyt. za 2].

Friedman i wsp. [3] obserwowali pacjentów hospitalizowanych z powodu zawału lub choroby wieńcowej i okazało się, że fakt iż w domu czeka na nich pies czy kot, bardziej, niż obecność współmałżonka lub wsparcie rodziny, mobilizował ich do walki o życie.

W Polsce wykorzystaniem psów w pracy z ludźmi niepełnosprawnymi pierwsza zainteresowała się Maria Czerwińska, a termin funkcjonuje od roku 1996 [4].

W opinii Drwięgi i Pietruczuk [4], określenie to jest niepoprawnie skonstruowane - pierwszy człon pochodzi od angielskiego słowa dog (pies) drugi, terapia, wywodzi się z greki i sprawia to, iż dogoterapia czasem odbierana jest jako terapia dla psów. Innym mylnym, lecz dużo bardziej powszechnym rozumieniem tego terminu, jest terapia rozumiana jako leczenie psem. Takie podejście jest niezwykle krzywdzące dla tej metody [4].

W roku 1998 roku z inicjatywy Maria Czerwińskiej została formalnie zarejestrowana Fundacja Przyjaźni Ludzi i zwierząt „CZE-NE-KA”, której celem statutowym jest promocja dogoterapii [5,6].

"CZE-NE-KA (w języku Indian północnoamerykańskich: "wiecznie śmiejący się pies", "wesoły pies") to imię nieżyjącego już psa rasy Alaskan Malamute, jednego z pierwszych w Polsce przedstawicieli grupy psów zaprzęgowych. Dzięki roli w serialu pt. "Janka", Cze-Ne-Ka zyskała sobie duża popularność wśród dzieci nie tylko w Polsce, zaś pracując przy filmie "Widzę" (luty-marzec 1987 roku), poznała niewidome dzieci z Lasek, co było początkiem jej odwiedzin w Zakładzie dla Niewidomych. Było w niej coś co wyróżniało ją spośród psów innych ras - niezwykle przyjacielski i opiekuńczy stosunek do dzieci, cierpliwość, a także chęć uczenia się. Gdy na zaproszenie niemieckiego Klubu IISS miałam

okazję przyrzeć się psom zaprzęgowym podczas wyścigów, powstał pomysł utworzenia Sportowego Klubu Psów Zaprzęgowych w Polsce. Wkrótce (w 1991 roku), w Pomiechówku koło Warszawy, odbyły się pierwsze w Polsce zawody psów zaprzęgowych. Organizując kolejne wyścigi i przygotowując psy do udziału w nich, nie zaniedbywaliśmy układania ich do pracy, którą zapoczątkowała Cze-Ne-Ka, spotykając się z niewidomymi dziećmi z Lasek. Organizowaliśmy wspólnie spotkania z "zaprzęgiem Świętego Mikołaja" dla dzieci z Instytutu Głuchoniemych, czy ze szkoły dla dzieci niewidomych i niedowidzących. Przez te wszystkie lata Cze-Ne-Ka chętnie bawiła się z dziećmi, uczciwie pracując w zaprzęgu aż do ostatniego swojego sezonu, przewodząc całemu mojemu stadku jako wspaniąły psi nauczyciel nowych pokoleń psów w naszym Klubie. Kiedy po 11, latach usnęła na zawsze, jej praca i poświęcenie miały już swoich naśladowców. Zapoczątkowana przez nią idea dogoterapii, połączona z pracą psów zaprzęgowych, zaowocowała powstaniem Fundacji Przyjaźni Ludzi i Zwierząt imienia CZE-NE-KI" [5].

Od 1 lipca 2010 roku na liście zawodów i specjalności na rynku pracy w Polsce istnieje już zawód: dogoterapeuty/ kynoterapeuty, którego inicjatorem było Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne -PTK [6,7].

„PTK powstało w 2006 roku, a jego głównym celem jest promowanie standardów pracy edukacyjnej i terapeutycznej z psami. Swoje cele osiąga poprzez:

- prowadzenie rejestru kynoterapeutów - wykwalifikowanych osób posiadających potwierdzone przygotowanie do pracy z psem
- egzaminowanie psów terapeutycznych - pies, aby otrzymać licencję psa edukacyjnego lub terapeutycznego, musi zdać egzamin, który prowadzony jest przez komisję posiadającą doświadczenie w pracy z psami (zoopsycholog, treser, kynoterapeuta, który przygotował do pracy co najmniej jednego psa terapeutycznego)
- prowadzenie rejestru psów terapeutycznych - na naszej stronie znajduje się aktualny wykaz psów posiadających uprawnienia PTK do pracy
- prowadzenie szkoleń i kursów kwalifikacyjnych
- publikacje naukowe
- organizację obozów szkoleniowych
- propagowanie kynoterapii jako metody edukacji i pracy z psem
- współpracę z placówkami oświatowymi i wychowawczymi
- współpracę z innymi organizacjami, osobami prawnymi i fizycznymi o podobnych celach działania, a także wspieranie ich [7].

W warunkach krajowych, na przeszkodzie w zastosowaniu zooterapii, w tym dogoterapii w leczeniu pacjentów dorosłych i osób z zaburzeniami psychicznymi stoi wiele czynników.

Brakuje przepisów jednoznacznie regulujących sposoby odbywania ewentualnych wizyt zwierząt w szpitalu.

Obawy o względy sanitarno-epidemiologiczne oraz bezpieczeństwo pacjentów zniechęcają dyrekcje stacjonarnych zakładów opieki zdrowotnej do starań o wprowadzenie tego rodzaju zajęć terapeutycznych w swoich placówkach.

Warto podejmować próby o wprowadzenie mniej rygorystycznych przepisów sanitarnych dotyczących np. opieki ambulatoryjnej co mogłoby skłaniać do zastosowania np. zooterapii w gabinetach.

## PIŚMIENNICTWO

1. Cirulli F. Animal-assisted therapies and activities as innovative approaches to mental health inventions. *Ann Ist Super Sanita*, 2011, 47(4), 339-340.
2. Girczys-Połedniok K., Pudło R., Szymłak A. i wsp. Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej, *Psychiatria*, 2014, 11(3), 171–176.
3. Friedman E., Kather A.H., Lynch J.J., Thomas S.A.: Animal companions and one -year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Rep.* 1980, 95(4), 307–312.
4. Drwięga G., Pietruczuk Z. Dogoterapia jako forma wspomaganie rozwoju dziecka niepełnosprawnego. *Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych*, 2015, 3(16), 57-68
5. <https://www.czeneka.org/> , data pobrania 15.08.2024.
6. Sipowicz K. Najbert E, Pietras T: *Dogoterapia*. PWN, Warszawa 2016
7. <https://www.kynoterapia.eu/>, data pobrania 15.08.2024.



### DEFINICJA

*Tęsknimy za uczuciem całkowicie nieświadomym naszych wad.*

*Niebiosa dały nam je w bezwarunkowym psim przywiązaniu*

*George Eliot*

Dogoterapia (ang. *dog* — pies) lub kynoterapia (gr. *kynos* — pies) to dziedzina zooterapii wspomagająca rehabilitację, leczenie i pielęgnację poprzez kontakt chorego z psem terapeutą [1].

Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne przez dogoterapie rozumie metodę wzmacniającą efektywność rozwoju osobowości, edukacji i rehabilitacji, w której motywatorem jest odpowiednio wyselekcjonowany i wyszkolony pies [2-8].

Z kolei Polski Związek Dogoterapii uważa, że to metoda wspomagająca proces rehabilitacji i terapii z udziałem odpowiednio wyszkolonych psów w celu pomocy osobom niepełnosprawnym i nieprzystosowanym społecznie [2-8].

W opracowaniu z Tygodnika Kujawskiego [9] zawarta jest definicja, że „Kynoterapia, która zwana jest również dogoterapią, to metoda wspomagająca rehabilitację i edukację zarówno dzieci, jak i dorosłych. Kontakty człowieka z psem poprawiają samopoczucie, rozwijają zdolność do empatii oraz umiejętność komunikowania się. Właściwie ukierunkowane działania uczą tolerancji, odpowiedzialności oraz wrażliwości na uczucia i zachowania innych ludzi”.

Według Drwięgo oraz Pietruczuk [10] dogoterapia jest jedną z form animaloterapii inaczej zwanej zooterapią, w skład której wchodzi: felineoterapia czyli terapia z udziałem kotów, hipoterapia czyli terapia z udziałem koni, delfinoterapia, czy tak zwana pet therapy czyli terapia z udziałem zwierząt takich jak: alpaki, chomiki, króliki, świnki morskie, gady, ptaki i płazy.

Dowiedziano, że efektywność zwierząt we współpracy z osobami z niepełnosprawnością fizyczną czy umysłową, jest bardzo wysoka – zachęcają one do podjęcia wysiłku, jakim jest praca z fizjoterapeutą czy psychologiem [2-8].

Kulisiewicz definiuje dogoterapię następująco: „to terapia wykorzystująca kontakt z psem. W czasie zajęć i zabaw naturalna spontaniczność i radość psa pozwalają dziecku odczuć satysfakcję z wykonywanych przez nie zadań, a nade wszystko mobilizują go do podejmowania nowych wyzwań” [11].

Według wielu definicji dogoterapia jest metodą posiłkującą się obecnością psów

w rehabilitacji osób niepełnosprawnych, samotnych i starszych. Początkowo twierdzono, iż głównym jej atutem jest „kontakt fizyczny ze zwierzęciem, polegający na głaskaniu, przytulaniu się do psa, ujmowaniu podanej łapy itp. oraz nawiązywanie psychicznej więzi z psem, co ma pozytywny wpływ na leczenie i ułatwia przezwyciężenie choroby [12].

Dogoterapia jest powszechnie wykorzystywana na świecie jako element programu *Visiting pets*, gdzie psy niemal codziennie odwiedzają chorych w szpitalach, hospicjach i placówkach opieki społecznej, ośrodkach dla narkomanów oraz więzieniach [13].

## PIŚMIENNICTWO

1. Pawlik-Popielarska B. Terapia z udziałem psa. Via Medica, Gdańsk 2005.
2. <http://www.kynoterapia.eu/standardy.html>, data pobrania 15.08.2024.
3. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A. Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
4. Nawrocka-Rohnka J., Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 304-310.
5. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
6. Franczyk A., Dogoterapia w pracy terapeutycznej, [www.polskietowarzystwologopedyczne.pl](http://www.polskietowarzystwologopedyczne.pl), data pobrania 15.08.2024.
7. Karbowniczek J., Mielczarek J., Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2007, 4/2, 37-45.
8. Jastrzębska E., Wadas E. Dogoterapia – jak to się zaczęło, *Przegląd hodowlany*, 2020, 82(3), 28-31.
9. Ramza I., Terapia która wzbudza pozytywne emocje, *Tygodnik Kujawski*, [www.ekujawy.pl](http://www.ekujawy.pl), data pobrania 15.08.2024.
10. Drwięga G., Pietruczuk Z. Dogoterapia: prawdy i mity. Wyd. Prymat, Białystok, 2014.
11. Kulisiewicz B. Witaj, piesku! Dogoterapia we wspomaganie rozwoju dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Wyd. Impuls. Kraków, 2007.
12. Machoś-Nikodem M. Dogoterapeutyczny program polisensorycznej stymulacji poro-

## DEFINICJA

zumiewania się, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej,  
Warszawa , 2007.

13. Filozof J., Dogoterapia Co to jest?, Wyd. Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, Koło w Jarosławiu, Jarosław, 2004.

## WYBRANE FAKTY Z HISTORII ROZWOJU DOGOTERAPII

*Dajemy psom wolny czas, wolne miejsce i niewypełnioną miłość.*

*W zamian otrzymujemy od nich wszystko.*

*To najlepszy interes, jaki człowiek kiedykolwiek zrobił*

*M. Facklamm*

Funkcję terapeutów zwierzęta pełniły od niepamiętnych czasów, a poświadczeniem powyższego są prastare wizerunki uwidaczniające psy liżące rany oraz psy przewodników. W kulcie Eskulapa, w starożytnej Grecji, psy odgrywały rolę uzdrowicieli. Pierwsze wzmianki odnoszące się do terapeutycznej roli psów, pochodzą jednak z XVIII wieku [1].

W roku 1792 szpital psychiatryczny (York) w Wielkiej Brytanii w proces leczenia włączył małe zwierzęta, by hospitalizowani pacjenci mogli się nimi opiekować, a od 1867 roku w szpitalu w Niemczech (Bielefeld) chorzy na epilepsję mieli ciągły kontakt ze zwierzętami. Rozkwit dogoterapii w medycynie, psychologii i naukach społecznych nastąpił w XX wieku - a w jego pierwszej połowie XX wieku zaczęto interesować się pozytywnymi aspektami wpływu tego zwierzęcia na człowieka, w tym między innymi między innymi Sigmund Freud oraz Carl Jung i ten moment uważa się za bardziej profesjonalne wykorzystanie psów w leczeniu ludzi [1].

W roku 1942 Children's Apperception Test – Kris i Bellac stwierdzili, że dzieci łatwiej budują więź emocjonalną ze zwierzętami, niż z osobami dorosłymi [1].

W roku 1944 psychiatra Bossard zaobserwował, iż ulubione zwierzęta poprawiają samoocenę dziecka, rozwijają zdolność empatii oraz komunikowania się i ułatwiają godzenie się z kalectwem [1].

W latach 60. XX wieku Boris Levinson, amerykański psychiatra dziecięcy, na podstawie obserwacji pozytywnej zmiany w zachowaniu jednego ze swoich pacjentów w trakcie terapii z udziałem psa uznał, że zwierzęta odgrywają ważną rolę w rozwijaniu terapeutycznej więzi z osobami chorymi. W jego opinii kontakt z psem pomaga ewidentnie w osiągnięciu uczuciowej równowagi, w zaspokajaniu instynktownych ludzkich potrzeb (dotyku, ciepła, przyjemności, samoakceptacji) [1].

W roku 1968 we Francji rozpoczęto specjalną terapię z udziałem zwierząt, a w roku 1978 w Stanach Zjednoczonych powstała organizacja *Delta Society* – obecnie działająca pod nazwą *Pet Partners* (Waszyngton) [2,3].

W 1984 roku dogoterapią zainteresowano się w Wielkiej Brytanii i wówczas

powstało PAT (Pets as Therapy) [2,3].

W Polsce, w roku 1998, z inicjatywy Maria Czerwińskiej została formalnie zarejestrowana Fundacja Przyjaźni Ludzi i zwierząt „CZE-NE-KA”, której celem statutowym jest promocja dogoterapii [4,5].

W roku 2003 w Łodzi powstała w celu prowadzenia zajęć dogoterapii, jako działań wspierających terapię osób niepełnosprawnych Fundacja AMA CANEM (z łac. „Kochaj psa”). Pomaga ona w tworzeniu właściwych relacji między człowiekiem i zwierzęciem [7].

W roku 2006 roku powstało Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne - PTK, a jego głównym celem jest promowanie standardów pracy edukacyjnej i terapeutycznej z psami [5,6].

### PIŚMIENNICTWO

1. Fine A.H.: Handbook on Animal Assisted Therapy, Oxford 2010.
2. Kulisiewicz B. Witaj Piesku! Dogoterapia we wspomaganiu rozwoju dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, 2007.
3. Machoś-Nikodem M. Dogoterapeutyczny program polisensorycznej stymulacji porozumiewania się, Wyd. Centrum Metodyczne Pomocy Pedagogiczno-Psychologicznej, Warszawa, 2007.
4. <https://www.czeneka.org/> , data pobrania 15.08.2024.
5. Sipowicz K. Najbert E, Pietras T: Dogoterapia. PWN, Warszawa 2016
6. <https://www.kynoterapia.eu/>, data pobrania 15.08.2024.
7. <http://dogoterapia.org.pl/dogoterapia/>, data pobrania 15.08,2024.

### RODZAJE TERAPII

*Nasi idealni towarzysze zawsze mają cztery łapy*

*Colette*

Starożytni Grecy uważali psy za zwierzęta terapeutyczne, a ich mięso miało leczyć choroby żołądka, zaś polizanie ran przez psa w sanktuarium Asklepiosa w Epidauros leczyć wszelakie choroby [1].

Dogoterapia jest ogólnym terminem określającym terapię z udziałem psa, a w praktyce wyróżnia się kilka jej form [1-10]:

- AAA (*Animal Assisted Activity* – z ang. aktywność przy asyście zwierzęcia) – forma terapii świetnie sprawdzająca się jako wsparcie motywacyjne, edukacyjne, rekreacyjne i terapeutyczne. W AAA cele terapeutyczne są planowane długofalowo. Sesje są też dość nieformalne: terapeuci nie muszą prowadzić rzetelnych notatek, prowadzenia dzienników terapeutycznych, a samo spotkanie jest nastawione na spontaniczną interakcję, a długość jego trwania nie jest z góry określona. Spotkania przebiegają według scenariusza, w którym główną część zajmują zabawy, a u osób starszych czynności pielęgnacyjne. Czas ich trwania jest uzależniony tylko od prowadzących i spotkanie trwa tyle, ile jest to konieczne. Zajęcia są prowadzone przez osoby, które nie muszą posiadać przygotowania medycznego ani psychologicznego, ponieważ nie układa się tu indywidualnych programów terapeutycznych. W tego typu spotkaniach uczestniczą najczęściej grupy osób, które są mieszkańcami domów opieki społecznej, ośrodków leczniczych, hospicjów. W tych spotkaniach nie jest wymagane, aby prowadzący i psy (lub inne zwierzęta) nie zmieniali się – jest to nawet wskazane. Celem tych wizyt jest przede wszystkim umożliwienie kontaktu ze zwierzęciem, zabawa z nim. Dla dzieci jest to możliwość bliskiego poznania z żywym stworzeniem.
- AAT (*Animal Assisted Therapy* – ang. terapia przy asyście zwierzęcia) – konkretne działanie terapeutyczne ukierunkowane na realizację wyznaczonego celu, a integralnym elementem procesu terapeutycznego jest spełniający ustalone wyraźnie kryteria pies. W odróżnieniu od AAA, spotkania AAT są zaplanowane, prowadzone są przez wykwalifikowanych terapeutów i mają powodować wyraźną poprawę w samopoczuciu oraz kształtowaniu relacji przez daną osobę. Mogą być prowadzone grupowo lub indywidualnie, albo w formie mieszanej, jednocześnie z maksymalnie

trzema pacjentami. Każdy uczestnik ma określone zadania i postawione przed sobą cele, sam proces terapeutyczny jest opisywany w rzetelny sposób przez terapeutów - każdy ma indywidualną kartę informacyjną z dokładnie udokumentowanym przebiegiem terapii. Dzięki temu dokonywane postępy mogą być mierzone i poddawane analizie. Cele w tego typu terapii mogą być różne w zależności od indywidualnych potrzeb pacjenta. Ich zadaniem jest ulepszanie fizycznego, socjalnego, emocjonalnego i poznawczego funkcjonowania człowieka.

Do powszechnie stosowanych czynności należą:

- powitanie — kontakt ze zwierzęciem kształtuje otwartość na świat zewnętrzny, obniża poczucia samotności i wyobcowania;
- zapoznanie się z budową ciała psa — pozwala na odróżnienie poszczególnych części ciała (przydatne szczególnie w opiece nad dziećmi);
- czesanie, głaskanie, przytulanie — kontakt dotykowy ma bardzo korzystny wpływ na chorego; ciepło, które emituje pies, działa rozluźniająco i relaksująco, ponadto może wpływać na redukcję dolegliwości bólowych;
- wydawanie psu różnorodnych poleceń-komend — daje możliwość poszerzenia a zakresu słownictwa chorego i motywuje do mówienia (szczególnie przydatne w opiece nad dziećmi, a także nad chorymi ze schorzeniami neurologicznymi z afazją);
- karmienie psa — polega na tym, że pacjent bierze do ręki karmę, najczęściej suchą, przywołuje psa i tak utrzymuje rękę, aby pies mógł zjeść pokarm; ma to szczególne znaczenie w fizjoterapii u osób z przykurczami dłoni, obrzękami i niedowładami; jeśli występuje problem na poziomie motorycznym, pies wspomaga ruch swoim nosem i pyskiem; inną formą jest rzucanie karmy, które ma na celu reedukację funkcji całej kończyny;
- chodzenie z psem na smyczy — dla wielu chorych spacer z psem jest wielkim przeżyciem i wyzwaniem jednocześnie, szczególnie dla tych, którzy nie robili tego na co dzień; zaangażowanie pozwala zapomnieć o chorobie, niepomyślnym rokowaniu i licznych ograniczeniach; spacer z psem jest formą aktywności fizycznej i tym samym przynosi wszystkie korzyści związane z wysiłkiem fizycznym;
- pożegnanie — szczególnie ważne w opiece paliatywnej, ma na celu akceptację rozstania z współtowarzyszem, a także minimalizowanie lęku.

- AAE (*Animal Assisted Education*, ang. edukacja z asystą zwierzęcia) – wyróżnione przez Europejskie Stowarzyszenie ADEu. W tej formie praca terapeutyczna odbywa się w zespole pies-opiekun. Zajęcia te podobne są do AAT lecz AAE najczęściej prowadzone są przez pedagoga, terapeutę wyspecjalizowanego w konkretnym typie pracy, a ich celem jest przede wszystkim usprawnienie funkcji poznawczych. Podczas zajęć z zakresu AAE wykorzystuje się obecność zwierząt do pobudzenia w uczniu zainteresowania aktywnością edukacyjną (najczęściej nauką czytania).

Przykłady celów terapii ze zwierzętami stawianych przez Delta Society, za Franczyk i wsp. [8] to:

- Fizyczne
  - usprawnianie funkcji motorycznych
  - usprawnianie umiejętności poruszania się na wózku
  - usprawnianie poczucia równowagi
- Psychiczne
  - podwyższanie samooceny
  - redukcja lęku
  - obniżenie poczucia samotności
- Edukacyjne
  - zwiększenie zasobu słownictwa
  - ćwiczenie pamięci krótko- i długoterminowej
  - kształtowanie pojęć takich jak kolor, wielkość itp.
- Motywacyjne
  - ułatwianie funkcjonowania w grupie
  - ułatwianie interakcji z innymi gotowość do podejmowania ćwiczeń

Za korzyści, jakie może przynieść AAA i AAT Delta Society uważa [11]:

- rozwijanie empatii,
- otwarcie na świat,
- wzrost opiekuńczości,
- wzrost zaufania,
- wzrost akceptacji,
- dostarczanie rozrywki,
- umiejętność socjalizacji,
- pobudzenie umysłowe,



- kontakt fizyczny,
- korzyści fizjologiczne

Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne wprowadziło polską terminologię form terapii [1-8]:

- Spotkanie z Psem (SP) – celem spotkań jest nawiązanie pozytywnej relacji między uczestnikami a psem. Pod okiem prowadzącego pies jest głaskany, wydawane są mu komendy, uczestnicy wchodzi w interakcję ze zwierzęciem. Zajęcia służą wytworzeniu pozytywnej energii, poczucia satysfakcji znanego opiekunom psów. Tego typu forma zajęć zmniejsza lęki, stymuluje zmysły, pomaga złapać dystans. Ponieważ są to zajęcia spontaniczne, nie wymagają dokumentacji i nie mają z góry ustalonego czasu trwania.
- Edukacja z Psem (EP) – celem zajęć jest usprawnienie zdolności intelektualnych i poznawczych dzieci. Od prowadzącego wymaga się złożonej wiedzy i umiejętności pracy z dziećmi. Pies jest motywatorem, zwiększającym efektywność zdobywania wiedzy. Zajęcia mogą być grupowe lub indywidualne, nawet z dziećmi mającymi problemy z percepcją czy ujawniającymi niechęć do procesu nauki i szkoły.
- Terapia z Psem (TP) – zestaw ćwiczeń dostosowanych do konkretnego celu, wyznaczonego przez rehabilitanta lub lekarza prowadzącego (np. nauki chodzenia). Cechą charakterystyczną jest indywidualne podejście do każdej osoby biorącej udział w terapii. TP jest rzetelnie dokumentowana, co pozwala na śledzenie postępów. W miarę progresu w rehabilitacji można wprowadzać dodatkowe stopnie trudności.

Obecność psa należy wykluczyć z zajęć:

- muzykoterapii (niektóre dźwięki niesłyszalne dla ludzkiego ucha są doskonale odbierane przez psy – np. ultradźwięki, stąd natężenie dźwięku może działać na psa w niekorzystny sposób)
- choreoterapii (intensywny i nagły ruch może wyzwać u psa instynkt pogoni);
- plastycznych, realizowanych w ramach arteterapii;
- aromaterapii (niektóre zapachy, nawet te niewyczuwalne dla człowieka, mogą działać na psa w negatywny sposób) [12]

Schemat zajęć z dogoterapii z dziećmi, za Kulisiewicz [13] kształtuje się następująco:

- Zajęcia wstępne – należą do pierwszego etapu pracy i obejmują przywitanie i ćwiczenia wprowadzające, które mają pobudzić do pracy;
- Zajęcia właściwe – podczas których odbywa się realizacja opracowanego programu;

- Zajęcia końcowe – czyli podsumowanie pracy, przypomnienie nowych wiadomości i umiejętności, zajęcia uspokajające, ustalenie terminu następnego spotkania oraz pożegnanie.
- Po zakończonym programie dziecko otrzymuje dyplom, certyfikat lub zaświadczenie, potwierdzone na przykład odciskiem psiej łapy.
- Ostatnim etapem pracy jest ewaluacja, czyli oceny przebiegu procesu uczenia, postępów dziecka a także skuteczności zastosowanej metody wraz z określeniem atrakcyjności programu dla dzieci.

### PIŚMIENNICTWO

1. Allen K., Blascovich J., Mendes W.: Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosom. Med.*, 2002, 64, 727-739.
2. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A., Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
3. Nawrocka-Rohnka J. Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 3-4-310.
4. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
5. Franczyk A., Dogoterapia w pracy terapeutycznej, [www.polskietowarzystwołogopedyczne.pl](http://www.polskietowarzystwołogopedyczne.pl), data pobrania 16.08.2024.
6. Karbowniczek J., Mielczarek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2007, 4/2, 37-45.
7. Jastrzębska E., Wadas E., Dogoterapia – jak to się zaczęło, *Przegląd hodowlany*, 2020, 3, 28-31.
8. Franczyk A., Krajewska K., Skorupa J. *Animaloterapia*, Wyd. Impuls, Kraków, 2007.
9. Bartkiewicz W. Pies. Terapeuta i przyjaciel rodziny. Rola psa w procesie rehabilitacji niepełnosprawnego dziecka. *Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym "Przyjaciel"*, Warszawa, 2008,
10. Nawrecka M. Dogoterapia-terapia z udziałem psa. *Psychoterapia, koncepcje, metody pracy*, *Remedium*, 2011, 3, 24-25.

11. [WWW.deltacociety.org](http://WWW.deltacociety.org), data pobrania 16.08.2024.
12. Drwięga G., Pietruczuk Z., Dogoterapia: prawdy i mity, Wyd. Prymat, Białystok, 2014.
13. Kulisiewicz B. Dogoterapia we wspomaganie nauki i usprawnianiu techniki czytania. Wyd. Impuls, Kraków, 2009.

### WPLYW DOGOTERAPII NA PSA

*Aby właściwie nacieszyć się psem,  
nie wystarczy po prostu nauczyć go być prawie człowiekiem.  
Chodzi o to, by otworzyć się na możliwość stania się po części psem*  
Edward Hoagland

Psy terapeuci są narażeni na ogrom bodźców i sytuacji, których inny pies w swoim życiu nigdy nie dozna, stąd zajęcia dogoterapii są prowadzone z uwzględnieniem zarówno potrzeb podopiecznego, jak możliwości psiego terapeuty [1]. Dogoterapia to ogromny wysiłek dla psa. Psy pracujące w dogoterapii mogą wejść praktycznie wszędzie - poza salami zabiegowymi i miejscami przygotowania i spożywania posiłków [3]. Andrzej Niedzielski, z Fundacji AMA CANEM [4] podkreśla, że „psy, z którymi pracują dogoterapeuci nie są automatami: - Nie mogą nimi być. Pies musi mieć możliwość niewykonania komendy. A to dlatego, że niewykonanie komendy, kiedy na przykład poczuje się zagrożony, jest jedyną możliwością obrony tego psa. Pies nie może się bronić agresją, a zatem jakąś inną formę obrony musi mieć”. Dzieci i dorośli uwielbiają się do psów przytulać, głaskać, itp. ale nie zawsze potrafią kontrolować moc uścisku. To wszystko wpływa na zdolności adaptacyjne psa do danej sytuacji, a cierpliwość psa też ma swoje granice [1]. Psy nieodpowiednio wyselekcjonowane do pracy jako dogoterapeuci będą narażone na stres, który może wywoływać u zwierzęcia zaburzenia behawioralne a nawet zdrowotne. Przymuszanie psów o nieodpowiednich cechach do dogoterapii może nieść także wielkie niebezpieczeństwo również dla pacjentów [2]. Trzeba pamiętać, że „dogoterapeutą jest człowiek a nie pies, jednak sam nie przeprowadzi terapii i nie osiągnie poprawy nastroju czy stanu zdrowia pacjenta. Jego zadaniem jest motywowanie pacjenta do pracy i pomaganie mu, jako terapeucie, w przełamywaniu bariery z nową, obcą osobą jaką jest terapeuta. Nawet pies z najlepszymi cechami do pracy w dogoterapii bez odpowiedniego poprowadzenia przez przewodnika, nie będzie w stanie efektywnie wspierać pacjentów. Bardzo ważne jest więc rozumienie psa oraz umiejętność wspierania go w trudnych dla niego sytuacjach i przewidywanie ich. Często pracuje się z dziećmi, które są mniej delikatne dla zwierząt, głośniejsze oraz bardziej energiczne, psy niepewne, wycofane mogą zastosować strategie obrony w nieprzewidywalnych dla nich sytuacjach np. pogryzienie. Dlatego każdy zespół – człowiek i pies powinni być certyfikowani oraz odpowiednio wykształceni w kierunku dogoterapii” [2].

Celem badań Magiery i wsp. [5] było określenie czynników wpływających na dyskomfort wynikający ze sposobu użytkowania psów w zajęciach kynoterapeutycznych. Wzięły w nim udział 4 suki ras: berneński pies pasterski, cavalier king charles spaniel, labrador retriever (2 osobniki) oraz 2 psy ras: berneński pies pasterski i golden retriever. Wszystkie zwierzęta pracowały co najmniej rok w ramach zajęć terapeutycznych, nie cierpiały na żadne choroby (w tym przewlekłe) oraz posiadały aktualnie zdany egzamin (w ramach Polskiego Towarzystwa Kynoterapeutycznego) dopuszczający je do pracy z ludźmi. Były to psy między 2. a 7. rokiem życia. Każda z obserwacji była prowadzona w czasie trwania terapii, dzięki czemu czas rzeczywisty obserwacji był uzależniony od czasu trwania zajęć (w zależności od przebiegu terapii oraz chęci i możliwości współpracy ze strony pacjenta/pacjentów trwały one od 10 do 60 minut bez przerwy). Autorom udało się przeprowadzić łącznie osiem obserwacji. Do największych zagrożeń dobrostanu psów w czasie kynoterapii zaliczyli wysoki poziom hałasu i nadmiar bodźców. Oba te czynniki były związane bezpośrednio ze środowiskiem, w którym odbywa się terapia. Długotrwałe przebywanie w miejscu o takim poziomie natężenia hałasu staje się uciążliwe i męczące poprzez nadmiar bodźców słuchowych, które pies odbiera znacznie intensywniej. W czasie prowadzenia obserwacji bezpośrednich podczas 7 z 8 zajęć terapeutycznych wystąpiły liczne zachowania psa mogące świadczyć o jego dyskomforcie (głównie były to: odchodzenie od pacjentów, ustawianie się bokiem, ziewanie i oblizywanie nosa). Miały one miejsce najczęściej wówczas, gdy w środowisku pracy panował hałas (przeszkadzający prowadzącemu zajęcia) bądź pacjenci biorący udział w terapii starali się utrzymywać stały kontakt bezpośredni z psem. W czasie dwóch obserwowanych zajęć doszło do nadmiaru tego rodzaju kontaktu i pies starał się wycofać oddalając się od grupy (zajęcia odbywały się z dziećmi w wieku szkolnym), ale mimo to zajęcia nie zostały przerwane. Niestety długotrwałe przebywanie w środowisku, w którym występuje bodziec stresowy nie tylko przekłada się na stan emocjonalny zwierzęcia, ale może mieć również przełożenie na zdrowie fizyczne. Przebywanie w distresie może być przyczyną powstawania nieodwracalnych patologicznych zmian psychicznych i fizycznych, które mają wpływ na długość życia psa. Nieodpowiedni dobór ćwiczeń do możliwości i umiejętności osoby biorącej udział w zajęciach, złe prowadzenie terapii, bądź brak przewidywania możliwego zachowania pacjenta to kolejne zagrożenia, których konsekwencje dotyczą zarówno psa, jak i pacjenta. W przypadku psa, takie zajęcia stwarzają realne zagrożenie dla jego zdrowia poprzez niekontrolowany fizyczny kontakt z pacjentem, który może nie panować nad swoim ciałem i siłą ruchów, które wykonuje. Kolejnym czynnikiem była nadmierna eksploatacja psów

pracujących w kynoterapii wynikająca z czasu trwania zajęć terapeutycznych oraz ich ilości i rozłożenia w ciągu dnia. Podczas obserwacji bezpośrednich autorzy zauważyli oznaki zmęczenia u psów w przedziale czasowym między 25 min a 2 h. Przerwy między zajęciami nie były też dłuższe niż 15 min. Użytkowanie psa w terapii w ramach pracy etatowej narusza jego naturalny cykl dobowy, a prowadzenie zajęć kynoterapeutycznych z krótkimi przerwami przekłada się bezpośrednio na nadmierną eksploatację zwierząt i ich zmęczenie. Czas trwania zajęć powinien być dostosowany do możliwości konkretnego osobnika [5].

Mimo iż przewodnicy psów terapeutów ustalają ich plan pracy tak, aby go nie zmęczyć, to jednak pies może je odczuwać, stąd należy zadbać o jego odpoczynek oraz rozładowanie napięcia [2]. Redukcję stresu oraz zachowanie dobrostanu zwierzęcia gwarantuje jedynie wzajemny szacunek i zaufanie pasa i opiekuna, odpowiednie ułożenie i przeprowadzanie zajęć [2]. „Człowiek, który nie ma na co dzień kontaktu z dziećmi, które poddawane są rehabilitacji (...)” za Niedzielski [4], „(...) po pięciu minutach przebywania w ich grupie miałby już dość – to jest hałas, krzyk, zachwyty, płacz, wszystko nieskoordynowane. Kilka minut i nie jesteśmy w stanie dłużej tam przebywać, a pies to robi przez 30 minut. To bardzo duże obciążenie psychiczne, ponieważ psy czują te ludzkie emocje nosem. I pies przebywający w takiej grupie, to wszystko w sobie kumuluje. Najbardziej odporne psy potrafią pracować przez dwie godziny dziennie, trzy razy w tygodniu. Po takim dniu psom pracującym należy się odpoczynek”.

### PIŚMIENNICTWO

1. Jak dogoterapia wpływa na psychikę psa? - rozmowa z lek. wet. Agnieszką Pancierz, psychologiem zwierząt. [https://dingo-shop.com.pl/dogoterapia-a-psychika-psa?srsliid=AfmBOoqj64RPYh97NvZmKn6xfabxL--lXt\\_VSUlq-UWY-cOxkR8Fpdgc](https://dingo-shop.com.pl/dogoterapia-a-psychika-psa?srsliid=AfmBOoqj64RPYh97NvZmKn6xfabxL--lXt_VSUlq-UWY-cOxkR8Fpdgc), data pobrania 16.08.2024.
2. Matysiak M. Predyspozycje psów do dogoterapii <https://wojtkowszkolenia.pl/predyspozycje-psow-do-dogoterapii/>, data pobrania 16.08.2024.
3. Psy w dogoterapii muszą być ciekawskie i odporne na stres, <https://www.laczynaspies.pl/warto-wiedziec/psy-w-dogoterapii-musza-byc-ciekawskie-i-odporne-na-stres>, data pobrania 16.08.2024.
4. Fundacja Ama Canen, <http://dogoterapia.org.pl/>, data pobrania 16.08.2024.
5. Magiera A., Klocek Cz., Penar W. Wybrane czynniki wpływające na dyskomfort pracy psów użytkowanych w kynoterapii. *Wiadomości Zootechniczne*, 2018, 56, 4, 80–87.

### OGÓLNE KORZYŚCI Z DOGOTERAPII

*Pies jest jedynym zwierzęciem,  
które potrafi wyrazić zadowolenie lub śmiać się kręcąc lub wymachując ogonem  
i czyni to nieporównanie wdzięczniej i naturalniej niż człowiek, strojąc obłudne grymasy.*

*Wcale się nie dziwię, że ten i ów na pieski sobaczy.*

*Ileż to razy pies przykro człowieka zawstydza*

*Artur Schopenhauer*

Dogoterapia jest metodą wspierającą inne formy rehabilitacji w przypadku występowania wielu różnych schorzeń i generowanie [1-6]:

- dostarcza dużą dawkę pozytywnych emocji i poprawia samopoczucie.
- zwiększa motywację do nauki i ćwiczeń.
- rozwija empatię, czyli uważność na potrzeby i emocje zwierząt i ludzi.
- pomaga poprawić zdolność do skupienia uwagi.
- pomaga w rozwoju orientacji w schemacie własnego ciała.
- pomaga obniżyć napięcie mięśniowe.
- pomaga w zrelaksowaniu, wyciszeniu i lepszej kontroli emocje.
- stymuluje do aktywności ruchowej.
- stymuluje zmysły.
- umożliwia tworzenie więzi i poczucia bezpieczeństwa ze zwierzęciem,
- wpływa pozytywnie na umiejętność tworzenia więzi z drugą osobą, radzenia sobie z samotnością.

Machoś-Nikodem [7] za najistotniejszą rolę w terapii z psem odgrywa kontakt fizyczny. „Dotyk wiąże się ze skórą, która stanowi ważny system sensoryczny organizmu dziecka. Przepływ informacji zwrotnych między skórą, mózgiem i innymi układami jest ciągły – informacja sensoryczna pochodząca z zewnątrz dociera do mózgu, gdzie następuje jej przetwarzanie, segregowanie, interpretowanie, następnie mózg wysyła informację zwrotną do skóry i innych układów, co umożliwia nam reakcję na otrzymany bodziec. Dotyk pobudza reakcje odruchowe, które wpływają na rozwój innych zmysłów. U noworodka dotyk stymuluje wzrost czuciowych końcówek nerwowych w ciele, zaangażowanych w ruch, orientacji przestrzennej i percepcji wzrokowej. W przypadku braku uaktywniania końcówek nerwowych może dojść do zaburzeń w funkcjonowaniu aktywującego się układu siatkowego, co prowadzi do upośledzenia pracy mięśni, różnych zaburzeń emocjonalnych oraz do

trudności w procesie uczenia się. Dotyk stanowi instynktowną potrzebę i podstawową formę komunikacji między ludźmi. Liczne badania dowodzą jego właściwości terapeutycznych” [7].

Podsumowaniem mogą być słowa Sandry Dee: *„Od czasu do czasu ludzie mówią mi: „Spokojnie, to tylko pies.” Jeśli ty także myślisz, że to „tylko pies”, to może używasz też określeń takich jak: „tylko przyjaciel”, „tylko wschód słońca”, „tylko obietnica”. „Tylko pies” wniósł do mego życia istotę przyjaźni, zaufania i czystej, nieposkromionej radości. „Tylko pies” okazuje mi współczucie i cierpliwość, które sprawiają, że staję się lepszym człowiekiem. Z powodu „tylko psa” wstaję rano, chodzę na długie spacery i patrzę ze spokojem w przyszłość. Bo dla mnie i ludzi takich jak ja, to nie „tylko pies”, ale ucieleśnienie wszystkich nadziei i marzeń o przyszłości, dobrych wspomnień i czystej radości z chwili, która trwa. „Tylko pies” wydobywa to, co we mnie dobre i odwraca moje myśli ode mnie i codziennych trosk. Mam nadzieję, że pewnego dnia zrozumieją, że to nie „tylko pies”, ale istota, która uczy mnie człowieczeństwa i sprawia, że jestem czymś więcej niż „tylko człowiekiem”* [8].

### PIŚMIENNICTWO

1. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A. Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
2. Nawrocka-Rohnka J., Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 304-310.
3. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
4. Franczyk A., Dogoterapia w pracy terapeutycznej, [www.polskietowarzystwoologopedyczne.pl](http://www.polskietowarzystwoologopedyczne.pl), data pobrania 15.08.2024.
5. Karbowniczek J., Mielczarek J., Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2007, 4/2, 37-45.
6. Jastrzębska E., Wadas E. Dogoterapia – jak to się zaczęło, *Przegląd hodowlany*, 2020, 82(3), 28-31.
7. Machoś-Nikodem M. Rola kynoterapii (dogoterapii) w usprawnianiu komunikacji małego dziecka z deficytami rozwojowymi [w:] *Terapia psychopedagogiczna*



## OGÓLNE KORZYŚCI Z DOGOTERAPII

z udziałem psa. Wybrane zagadnienia. Włodarczyk-Dudka M. (red.) Wydawnictwo Drwęca, Ostróda, 2006: 78-88.

8. <https://www.zyciewrytmieslow.pl/25-najlepszych-cytatow-o-psach/>, data pobrania 16.08.2024.

### WSKAZANIA DO DOGOTERAPII

*Zabawne, że psy i koty znają wnętrze człowieka lepiej niż inni ludzie*

*Ellenor H. Potter*

Dogoterapia ma wiele zastosowań i jest istotnym elementem procesu rehabilitacji. Ponieważ zajęcia z dogoterapii pomagają stymulować zmysły, ćwiczyć koncentrację, porozumiewać się z otoczeniem, wzbogacać zasób słów, doskonalić sprawność ruchową, okazywać uczucia, rozwijać samodzielność, wyzwalać spontaniczną aktywność, dogoterapia jest wskazana zwłaszcza dla dzieci i dorosłych z [1-6]:

- zaburzeniami ze spektrum autyzmu,
- ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), zespołem nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi
- ADD (*Attention Deficit Disorder*), zaburzeniami koncentracji uwagi
- niepełnosprawnością intelektualną,
- problemami w nauce (dysleksja, dysgrafia, dyskalkulia),
- niepełnosprawnością fizyczną,
- zespołem Downa,
- porażeniem mózgowym,
- padaczką,
- depresją,
- zaburzeniami lękowymi,
- schizofrenią,
- depresją,
- chorobą Alzheimera,
- chorobą Parkinsona,
- stwardnieniem rozsianym,
- urazem rdzenia kręgowego,
- artretyzmem,
- zanikiem mięśni,
- uszkodzeniem wzroku,
- uszkodzeniem słuchu,
- chorobami układu krążenia (np. nadciśnienie, choroba wieńcowa),

- nowotworami,
- cukrzycą
- przewlekłym bólem,
- samotność.

W zależności od rodzaju działań podejmowanych przez terapeutę dogoterapia może pomagać w wyżej wymienionych jednostkach chorobowych m.in. [1-6]:

- poprawić zdolności ruchowe,
- zwiększyć odpowiedzialność, empatię, opiekuńczość,
- poprawić koncentrację i pamięć,
- opanować lęk przed czytaniem na głos (np. u dzieci szkolnych),
- poszerzyć zakres słownictwa,
- zmniejszyć nieśmiałość,
- zaspokoić potrzebę kontaktu emocjonalnego i uczestnictwa w życiu społecznym,
- zaspokoić potrzebę bezpieczeństwa,
- poprawić samoocenę,
- obniżyć stres.

### PIŚMIENNICTWO

1. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A., Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
2. Nawrocka-Rohnka J. Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 3-4-310.
3. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
4. Karbowniczek J., Mielczarek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2007, 4/2, 37-45.
5. Jastrzębska E., Wadas E., Dogoterapia – jak to się zaczęło, *Przegląd hodowlany*, 2020, 3, 28-31.
6. Pisula E., Danielewicz D. Wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem, *Wyd. Impuls, Białystok*, 2010.

## PRZECIWSKAZANIA DO DOGOTERAPII

*Wierzyć należy we wszystko, nawet w opinię,  
jaką ludzie mają sami o sobie,  
lecz ufać można tylko – psom*  
Bolesław Prus

Dogoterapia to łagodna forma terapii, którą można dostosować do stanu zdrowia i preferencji chorego, dlatego może być stosowana niemal u wszystkich, ale są także pewne przeciwwskazania [1-7]:

- odczuwanie lęku przed psami,
- uczulenie na sierść psów,
- alergia na ślinę psów,
- podatność na infekcje i obniżoną odporność,
- obniżona odporność,
- obrażenia ciała w postaci np. ran otwartych (możliwość zakażenia rany),
- rywalizacja o zwierzę
- uwarunkowania kulturowe powodujące inne spojrzenie pacjenta na określone zwierzę.

### PIŚMIENNICTWO

1. Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A., Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej, *Medycyna Paliatywna w Praktyce*, 2014, 8(4), 163-164.
2. Nawrocka-Rohnka J. Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju, *Nowiny Lekarskie*, 2010, 79(4), 3-4-310.
3. Bekasiewicz N., Dogoterapia. Terapia kontaktowa z udziałem psów: założenia i wykorzystanie w pracy z osobami niepełnosprawnymi, *Przyjaciel. Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym*, 2003.
4. Franczyk A., Dogoterapia w pracy terapeutycznej, [www.polskietowarzystwołogopedyczne.pl](http://www.polskietowarzystwołogopedyczne.pl), data pobrania 16.08.2024.
5. Karbowniczek J., Mielczarek J. Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: kwartalnik dla nauczycieli*, 2007, 4/2, 37-45.

6. Jastrzębska E., Wadas E., Dogoterapia – jak to się zaczęło, Przegląd hodowlany, 2020, 3, 28-31.
7. Pisula E., Danielewicz D. Wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem, Wyd. Impuls, Białystok, 2010.

# DOGOTERAPIA – WYBRANE ASPEKTY PRAKTYCZNE





## DOGOTERAPIA A SPEKTUM AUTYZMU

*Jesteśmy samotni,  
absolutnie samotni na tej przypadkowej planecie;  
a spośród otaczających nas form życia  
tylko pies stał się naszym sprzymierzeńcem*  
M. Maeterlinck

Zastosowanie dogoterapii w autyzmie ma szczególne znaczenie ze względu na szeroki zakres kompetencji terapeuty (psa) oraz na swoisty i złożony wachlarz problemów wynikających z zaburzenia autyzmu [1,2].

Terapia dzieci ze spectrum jest bardzo złożona i wymaga holistycznego podejścia zarówno w odniesieniu do dziecka jak i najbliższego otoczenia, rodziny i społeczeństwa. Na uwagę zasługuje fakt, że spośród licznych form terapeutycznych, wspomagających leczenie i rehabilitację, dogoterapia zyskuje coraz lepsze efekty i poprawia znacznie jakość funkcjonowania osób wobec których jest stosowana. Należy pamiętać, że pełni jedynie rolę wspomagającą inne formy terapii, a nie wyłączną, ale doskonale uzupełnia inne formy w zakresie poznawczym, społecznym, emocjonalnym i motorycznym dziecka [1,2].

Dzieci ze spektrum autyzmu początkowo nie zwracają uwagi na psa, który jest ich terapeutą. Z upływem czasu jednak zaczynają mu ufać, przytulać go, głaskać, a nawet wydawać mu komendy. Jest to pierwszy krok do często utrudnionego kontaktu ze światem zewnętrznym [3].

W praktyce terapeutycznej z dziećmi autystycznymi zaobserwowano wyraźne postępy po wprowadzeniu psów. Interakcje z nimi przyczyniają się do rozwijania umiejętności komunikacyjnych, zarówno werbalnych, jak i niewerbalnych. Wzmacniają więzi emocjonalne, stając się skutecznym narzędziem wspierającym postęp terapeutyczny [1,2].

Sposób prowadzenia zajęć ukierunkowany jest zazwyczaj na objawy osiowe dotyczące autyzmu (zaburzenia interakcji społecznych, zaburzona komunikacja, znacznie ograniczona aktywność z zachowaniami stereotypowymi) oraz objawy charakterystyczne dla spectrum. Efekty, które obserwuje się u dzieci odnoszą się głównie do [2,4]:

- poprawy motoryki małej (karmienie psa, zmiana smyczy),
- poprawy sprawności ruchowej (aportowanie),
- zwiększonej koncentracji dziecka (nazywanie poszczególnych części ciała psa, naśladowanie),



- terapii mowy,
- komunikacji słownej (komendy wydawane psu, czytanie głośne w obecności psa),
- rozwoju czynności samoobsługowych,
- kształtowania postaw dostosowanych społecznie (sprzątanie po zabawie z psem, czesanie psa) [2,4].

Boruta [5] prowadził zajęcia w grupie uczniów ze spektrum autyzmu podzielonych na grupy - czteroosobowej, składającej się z dzieci w wieku 14-15 lat, trzyosobowej, złożonej z młodzieży w wieku 17-19 lat oraz czteroosobowej w wieku 16-18 lat, z którymi pracował indywidualnie. Zdecydowanie lepsze efekty, zauważalne już na pierwszych dwóch sesjach, dały zajęcia indywidualne. Zajęcia grupowe, pomimo kilkuletniej znajomości i obecności w klasie uczniów w jednym z ośrodków, doprowadziły do powstania prawie wszystkich problemów dydaktycznych, z jakimi może spotkać się dogoterapeuta. Były to m.in. agresja słowna, agresja fizyczna, autoagresja, echolalia, płacz, niepohamowany śmiech, ucieczka, brak zainteresowania wykonywanym zadaniem i inne. Dzięki zajęciom indywidualnym zauważalnie wzrósł poziom koncentracji, spadło napięcie mięśniowe, stymulacja sensoryczna przebiegała bez autoagresji i agresji, terapeutcie łatwiej było wyciszyć ucznia np. metodą *time out*. To szeroko stosowana metoda wychowawcza, polegająca na chwilowym odizolowaniu dziecka, które się „niewłaściwie” zachowuje bądź złamało jakąś zasadę, od jego opiekunów. Nazwa „time out” jest skrótem określenia „*time out of positive reinforcement*” i oznacza „czas bez pozytywnego wzmocnienia” – w tej sytuacji: brak kontaktu z bliską osobą. Częstotliwość sesji pierwotnie określił na raz w tygodniu, następnie po trzech tygodniach zwiększył do dwóch sesji, by ponownie po trzech tygodniach zmniejszyć do jednej sesji tygodniowo. Z obserwacji autora wynikało, że zmiany w liczbie sesji w tygodniu nie wpływały w żaden sposób na poprawę lub pogorszenie wyników, natomiast wydłużanie sesji do dwóch godzin powodowało zmniejszenie koncentracji uczestników na wykonywanych ćwiczeniach w drugiej godzinie zajęć. Również zmiana otoczenia z zajęć w budynku na zajęcia w terenie nie wpływała znacząco na wyniki badań [5].

Do dzieci z zaburzeniami typu spektrum autyzmu (ASD) skierowana jest terapia z udziałem zwierząt (AAT). London i wsp. [6] zbadali opinie rodziców na temat wpływu pięciu sesji AAT z udziałem wyszkolonych psów i ich dzieci z ASD. Aby poznać opinie rodziców z pierwszej ręki, zastosowano fenomenologiczne podejście jakościowe, przeprowadzono pogłębione wywiady częściowo ustrukturyzowane. Zaproszenie do udziału w badaniu przyjęło łącznie 35 rodziców uczestników, którzy ukończyli pięć sesji AAT. Siedemnastu

rodziców zgłosiło, że obecność psów zwiększyła zaangażowanie, radość i motywację ich dzieci. Rodzice zauważyli również, że przyczyniło się to do poprawy komunikacji dziecka z innymi i psem (n = 11, 64,7%), regulacji zachowania (n = 12, 70,6%) i uczestnictwa w społeczności (n = 14, 82,3%) [6].

Griffioen i wsp. [7] z kolei porównali wzorce ruchu synchronicznego 5. dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD - *autism spectrum disorder*) i 5. z zespołem Downa (DS - *Down Syndrome*) oraz i ich psów terapeutycznych podczas pierwszej i ostatniej sesji programu terapii z udziałem psa DAT (*Dog-assisted therapy*) oraz zmiany emocjonalne i behawioralne u nich po terapii. Autorzy stwierdzili znaczny wzrost synchronizacji pomiędzy dzieckiem a psem terapeutycznym w miarę upływu czasu. Analizy eksploracyjne sugerują większą synchronizację między dziećmi z ASD i ich psami terapeutycznymi w porównaniu z dziećmi z DS [7].

Celem badania Hill i wsp. [8] było poznanie opinii rodziców, którzy obserwowali i uczestniczyli w sesjach terapii zajęciowej ze swoimi dziećmi ze spektrum autyzmu, z udziałem psów. W badaniu zastosowano jakościowy projekt opisu interpretacyjnego. Łącznie 10. rodziców wzięło udział w jednym częściowo ustrukturyzowanym wywiadzie, aby opisać swoje doświadczenia w zakresie terapii zajęciowej z udziałem psów. Po analizie danych wyodrębniono cztery tematy opisujące doświadczenia rodziców w zakresie terapii zajęciowej z udziałem psów z dziećmi ze spektrum autyzmu, takie jak: cechy terapeuty, terapia ukierunkowana na cel (z udziałem psów), bezpieczeństwo emocjonalne i zaangażowanie w terapię. Rodzice opisali, że włączenie psa terapeutycznego wydawało się zapewniać bezpieczeństwo emocjonalne podczas sesji, ułatwiając budowanie relacji między ich dzieckiem a terapeutą. Rodzice wskazali jednak, że włączenie samego psa terapeutycznego nie wystarczyło, aby ułatwić ich dzieciom podjęcie terapii. Uznano, że umiejętności i cechy terapeuty, a także prowadzenie terapii ukierunkowanej na cel są niezbędne dla zaangażowania dzieci [8].

Leun i wsp. [9] badali wpływ umieszczenia psa asystującego na jakość życia, niezależność i uczestnictwo rodzin, w tym osób z ASD, w porównaniu z rodzinami znajdującymi się na liście oczekujących na psa asystującego z autyzmem. Przeprowadzono przekrojowe badanie porównawcze. Do oceny umiejętności adaptacyjnych, zachowania, trudności społecznych, codziennego funkcjonowania i jakości życia rodziny wykorzystano System Adaptacyjnej Analizy Zachowań, Skalę Reakcji Społecznej, Listę Kontrolną Oceny Leczenia Autyzmu, Kanadyjską Miarę Wydajności Zawodowej i Kwestionariusz Doświadczenia Rodzinnego z Autyzmem. Do badania wybrano 6. rodzin, do których

przydzielono psa asystującego osobom cierpiącym na autyzm oraz 12 rodzin znajdujących się na liście oczekujących. Dane pilotażowe nie wykazały znaczących różnic między obiema grupami. Zaobserwowano jednak trendy sugerujące, że psy asystujące mogą zwiększyć pożądane zachowania społeczne, zmniejszyć nasilenie ASD i poprawić dobrostan rodziny. W przypadku rodzin posiadających psa asystującego bardziej pozytywne wyniki zaobserwowano w przypadku rodzin, które dłużej współpracowały z psem asystującym [9].

Psy asystujące autyzmowi (AAD) zwiększają bezpieczeństwo dzieci autystycznych i ich rodzin oraz zmniejszają stres rodzinny i izolację, których rodziny mogą doświadczać z powodu strachu o bezpieczeństwo dziecka i oceny ze strony innych członków społeczności. Badanie Appleby i wsp. [10] miało na celu pogłębienie wiedzy na temat doświadczeń rodziców związanych z posiadaniem AAD. Zrekrutowano 8 rodzin zostało zrekrutowanych i przez cały rok uczestniczyli oni w częściowo ustrukturyzowanych wywiadach pogłębionych. Wywiady analizowano tematycznie. Mobilność w społeczeństwie przed i po wprowadzeniu psa mierzono za pomocą map zawodowych. Rodziny nanosiły na wydruki Map Google miejsca, które odwiedzały przed umieszczeniem psa w domu i po nim. Z analizy wywiadów wyłoniło się pięć głównych tematów: wolność poprzez powściągliwość; poszerzanie naszego świata; narzędzie uspokajające/zmysłowe (AAD); w ostatecznym rozrachunku to psy oraz przyjaźń i rozwój osobisty. Mapy zawodów wykazały medianę wzrostu o 8,5 dodatkowych miejsc i 20,50 km dalszej podróży z domu po ponad roku posiadania psa. Rodziny z AAD rozszerzyły zakres kontaktów zarówno dla dziecka, jak i siebie. Znalazły się w miejscach, do których mogły się udać, zmniejszyły izolację ze względu na bezpieczeństwo, jakie zapewnia pies. Mapowanie zawodów potwierdziło dane jakościowe, wykazując zwiększoną mobilność i zmniejszenie izolacji rodziny [10].

Ben-Itzhak i Zachor [11] szukali dowodów na to, że korzystanie z psów terapeutycznych u dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu generalnie skutkuje poprawą umiejętności komunikacji społecznej i zmniejszeniem problemów behawioralnych. W tym celu zbadali skuteczność „interwencji w szkoleniu psów”. Do badania włączono 73 uczestników, u których zdiagnozowano zaburzenia ze spektrum autyzmu (61. mężczyzn, 12. kobiet) w wieku 2:10–7:6 lat ( $M = 4:10 \pm 1:0$ ), którzy uczęszczali do szkół specjalnych specjalizujących się w zaburzeniach ze spektrum autyzmu. Badaną populację podzielono na dwie grupy. Każda grupa otrzymała interwencję polegającą na szkoleniu psów w jednej części roku szkolnego (pierwszej połowie lub drugiej połowie), jako dodatek do standardowych interwencji zapewnianych przez szkoły specjalne. Interwencja polegająca na szkoleniu psów była prowadzona dwa razy w tygodniu przez 4. miesiące w środowisku szkolnym. Grupa,

która jako pierwsza otrzymała interwencję w zakresie szkolenia psów, wykazała znaczny wzrost adaptacyjnych umiejętności społecznych i komunikacyjnych w porównaniu z drugą grupą, która nie otrzymała interwencji w tym okresie. Poprawa ta utrzymywała się po interwencji w zakresie szkolenia psów. Druga grupa, która otrzymała interwencję w drugiej połowie roku, wykazała poprawę w zakresie umiejętności komunikacyjnych i adaptacyjnych w procesie socjalizacji jedynie w okresie, w którym otrzymała interwencję w zakresie szkolenia psów. Autorzy uważają, że pozytywny wpływ szkolenia psów na umiejętności adaptacyjne w zakresie komunikacji społecznej u małych dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu sugeruje, że psy mogą służyć jako skuteczny model nawiązywania interakcji społecznych. Interwencja polegająca na szkoleniu psów wydaje się być skuteczną metodą wspomagającą interwencje oferowane w szkołach specjalnych dla małych dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu [11].

Jorgenson i wsp. [12] oceniali preferencje i skuteczność psa terapeutycznego w celu wzmocnienia wypowiedzi werbalnych w różnych sytuacjach. W zajęciach wzięło udział pięcioro dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu w wieku od 3 do 8 lat. Zastosowano naprzemienne terapie i projekty odwrotne w celu porównania warunków, w których (a) nie było psa terapeutycznego, (b) dostęp do psa terapeutycznego był nieuwarunkowany, (c) dostęp do psa terapeutycznego był uzależniony od interakcji z terapeutą oraz d) dostęp do innego preferowanego przedmiotu był zależny od interakcji z terapeutą. Wyniki różniły się u poszczególnych uczestników. Bezwarunkowy dostęp do psa terapeutycznego nieznacznie zwiększył liczbę wypowiedzi słownych w przypadku jednego uczestnika. Warunkowy dostęp do psa terapeutycznego zwiększył interakcje społeczne u dwóch uczestników; jednakże była to najskuteczniejsza interwencja tylko w przypadku jednego uczestnika [12].

Celem badania Germone i wsp. [13] było także zbadanie korzyści płynących z zajęć prowadzonych ze zwierzętami z psami i młodzieżą hospitalizowaną psychiatrycznie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Uczestnicy byli rekrutowani z specjalistycznego, stacjonarnego oddziału szpitala psychiatrycznego dla młodzieży z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i innymi zaburzeniami rozwojowymi. Wykorzystując projekt krzyżowy, uczestnicy pełnili rolę własnej kontroli, angażując się w dwa 10. minutowe warunki: eksperymentalną interakcję psa i przewodnika (zajęcia z udziałem zwierząt) oraz nowatorską kontrolę zabawki i przewodnika (kontrola). Spośród 142. młodych ludzi w wieku 6–8 lat, którzy zostali zakwalifikowani do udziału w badaniu, 47 spełniło oba warunki. Dane behawioralne uczestników rejestrowano za pomocą wideo i kodowano przy użyciu narzędzia *Observation of Human-Animal Interaction for Research*, opracowanego specjalnie w celu rejestrowania

ludzkiej interakcji behawioralnych w obecności zwierząt. Ogólnie rzecz biorąc, zachowania społeczne i komunikacyjne uległy znacznej poprawie w warunkach eksperymentalnych związanych z czynnościami ze zwierzętami w porównaniu z warunkami kontrolnymi ( $p = 0,0001$ ). W szczególności uczestnicy eksperymentu związanego z czynnościami ze zwierzętami wykazywali bardziej pozytywny wyraz twarzy pełen emocji ( $p \leq 0,0001$ ), mówienie ( $p = 0,0408$ ), używanie gestów ( $p = 0,032$ ) i patrzenie zarówno na dorosłych, jak i na rówieśników ( $p \leq 0,0001$ ). Dodatkowo zaobserwowano wyższą częstotliwość ciągłego ruchu ( $p = 0,003$ ) w warunkach eksperymentalnych związanych z czynnościami ze zwierzętami. Wyniki sugerują, że zajęcia z psem w towarzystwie zwierząt mogą promować zachowania komunikacyjne u młodzieży hospitalizowanej psychiatrycznie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu [13].

Wijker i wsp. [14] zwracają uwagę, że stres i jego następstwa są bardzo częste u dorosłych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD) bez niepełnosprawności intelektualnej (ID). Terapia wspomagana przez zwierzęta (AAT) wykazała fizjologiczne działanie redukujące stres u dzieci z ASD. Celem badania autorów była ocena reakcji psychofizjologicznej na sesję AAT oraz zbadanie długoterminowych skutków fizjologicznych interwencji związanych ze stresem, aż do 10. tygodni po leczeniu, w porównaniu z grupą kontrolną z listą oczekujących. Przeprowadzili randomizowane, kontrolowane badanie z pomiarami parametrów neuroendokrynych i sercowo-naczyniowych przed interwencją (T0), po interwencji (T1: 10 tygodni) i obserwacją (T2: 20 tygodni) przeprowadzono u 53. dorosłych osób z ASD (N = 27 w ramieniu interwencyjnym; N = 26 w ramieniu kontrolnym). W grupie interwencyjnej podczas pięciu sesji terapeutycznej zbierano dane dotyczące fizjologii stresu (ostre skutki). Dane analizowano za pomocą modeli mieszanych pod kątem pomiarów kortyzolu, alfa-amylazy, zmienności rytmu serca i aktywności układu współczulnego. Okazało się, że sesja interwencyjna AAT była istotnie powiązana ze obniżonym poziomem kortyzolu ( $\beta = -0,41$ ,  $p = 0,010$ ), podczas gdy aktywność układu przywspółczulnego i współczulnego układu sercowo-naczyniowego pozostała niezmienną. Nie stwierdzono znaczących zmian w pomiarach fizjologii stresu w punktach czasowych po leczeniu. Podczas sesji AAT u osób dorosłych z ASD, bez ID, stwierdzono wyraźną redukcję stresu, objawiającą się znacznym obniżeniem poziomu kortyzolu [14].

W innych randomizowanych, kontrolowanych badaniach z okresem wyjściowym, po interwencji i z 10. tygodniową obserwacją, Wijker i wsp. [15] oceniali wpływ terapii wspomaganej przez zwierzęta (AAT). W sumie 53. osoby dorosłe z ASD i inteligencją od normy do wysokiej zostały losowo przydzielone do grupy interwencyjnej (N = 27)

w porównaniu z grupą kontrolną z listy oczekujących (N = 26). Efekty programu wskazują, że AAT można stosować w celu zmniejszenia odczuwalnego stresu i objawów agorafobii oraz poprawy świadomości społecznej i komunikacji u dorosłych z ASD o inteligencji od normalnej do wysokiej [15].

W kolejnym badaniu Wijker i wsp. [16] zajęli się problemem zaburzeń komunikacji społecznej i poczucia własnej wartości u osób dorosłych ze spektrum autyzmu. W ich opinii wdrożenie i ocena interwencji ukierunkowanych na umiejętności społeczne stanowią wyzwanie ze względu na specyficzne cechy autyzmu. W związku z tym w eksploracyjnym, wielokrotnym studium przypadku zbadali wpływ i mechanizmy działania terapii z udziałem psa na komunikację społeczną i poczucie własnej wartości, analizując szczegółowe obserwacje za pomocą testów permutacji Monte Carlo (testowanie na 10 000 losowych próbek) oraz korzystając z raportów własnych i innych u 6. dobrze funkcjonujących dorosłych z ASD. Wyniki wykazały znaczący pozytywny wpływ na bezpieczną postawę badanych. Wykazano poprawę poczucia własnej wartości i bardziej spontaniczne dotykane psa, natomiast nie stwierdzono przekonującego wzrostu w przypadku inicjatyw werbalnych. Analizy korelacji krzyżowych wykazały jednak, że dotykane psa terapeutycznego może być ważnym czynnikiem determinującym rozwój społeczny w terapii z udziałem zwierząt (AAT) [16].

Wijker i wsp. [16] i wsp. podkreślają, że randomizowane badania kontrolowane (RCT) uważane są za złoty standard oceny leczenia. Jednakże wyniki RCT mogą pozostać bez znaczenia dla praktyki klinicznej w przypadku niskiej wykonalności lub wierności interwencji (zakresu, w jakim wykonano protokół) lub gdy badacze lub pacjenci postrzegają interwencję jako nieistotną lub nieprzyjemną. Ponieważ znaczenie interwencji psychospołecznych są w dużym stopniu niedostatecznie zbadane u dorosłych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD), autorzy postanowili dokonać ewaluacji procesu było uzyskanie wglądu w istotność i wykonalność interwencji oraz bariery i czynniki ułatwiające jej wdrożenie. Dane, za pomocą specjalnych kwestionariuszy, zebrali od 27. uczestników z ASD i 3. terapeutów, korzystając wywiadów częściowo ustrukturyzowanych i raportów z leczenia. Oceniono zasięg, przestrzeganie, wierność programu i ocenę programu, a także zbadano bariery i czynniki ułatwiające rekrutację i wdrażanie programu AAT. Stwierdzono, że uczestnicy byli zadowoleni z programu i ocenili go jako wykonalny i odpowiedni dla dorosłych z ASD. Badani jako powód pozytywnej oceny terapii udokumentowali poprawę wglądu w siebie, radość, relaks i kontakt fizyczny z psem terapeutycznym. Udokumentowanymi aspektami, które mogą mieć wpływ na wykonalność i ocenianą przydatność, były nastawienie

terapeutyczne uczestników, umiejętność generalizowania i nasilenie problemów kontekstowych (np. problemów w pracy, problemów w relacjach). Jeśli chodzi o jakość próby, w RCT reprezentacja kobiet i właścicieli psów była nieco nadreprezentowana. Autorzy twierdzą, że biorąc pod uwagę pozytywną ocenę interwencji i jej pozytywne skutki ujawnione w RCT, program AAT można dodać do repertuaru leczenia w celu zmniejszenia stresu i poprawy komunikacji społecznej u dorosłych z ASD [16].

### PIŚMIENNICTWO

1. Pisula E, Danielewicz D: wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2010,182-190;
2. Nawrocka- Rohnka J.: Dogoterapia jako forma wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju. *Nowinki Lekarskie* 2010,79(4),304-310
3. Pawlik- Popielarska B. (2005). *Terapia z udziałem psa*. Gdańsk: Via MedicaPawlik - Popielarska, 2009
4. Bobkiewicz- Lewartowska L.: *Autyzm dziecięcy, zagadnienia diagnozy i terapii*. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2017
5. Boruta W.B. Dogoterapia jako metoda wsparcia rozwoju osoby niepełnosprawnej intelektualnie – wybrane aspekty. *Student niepełnosprawny. Szkice i rozprawy*, 2017, 17(10), 173-185
6. London M.D., Mackenzie L., Lovarini M., et al. Animal Assisted Therapy for Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorder: Parent perspectives. *J Autism Dev Disord.* 2020 Dec;50(12):4492-4503.
7. Griffioen R.E., van der Steen S., Verheggen T. et al. Changes in behavioural synchrony during dog-assisted therapy for children with autism spectrum disorder and children with Down syndrome. *J Appl Res Intellect Disabil.*, 2020, 33(3), 398-408.
8. Hill J.R., Ziviani J., Driscoll C. Canine-assisted occupational therapy for children on the autism spectrum: Parents' perspectives. *Aust Occup Ther J*, 2020, 67(5), 427-436.
9. Leung J.Y.J. Mackenzie L., Dicson C. Outcomes of assistance dog placement in the home for individuals with autism spectrum disorder and their families: A pilot study. *Aust Occup Ther J*, 2022, 69(1), 50-63.
10. Appleby R., Wright S., Williams L. et al. Australian parents' experiences of owning an autism assistance dog. *Health Soc Care Community*, 2022, 30(6), e4113-e4121.
11. Ben-Itzhak E., Zachor D.A. Dog training intervention improves adaptive social communication skills in young children with autism spectrum disorder: A controlled

- crossover study. *Autism*, 2021, 25(6), 1682-1693.
12. Jorgenson C.D., Clay C.J., Kahng S.W. Evaluating preference for and reinforcing efficacy of a therapy dog to increase verbal statements. *J Appl Behav Anal.* 2020, 53(3), 1419-1431.
  13. Germone M.M., Gabriels R.L., Guérin N.A. Animal-assisted activity improves social behaviors in psychiatrically hospitalized youth with autism. *Autism*, 2019, 23(7), 1740-1751.
  14. Wijker C., Kupper N., Leontjevas R. et al. The effects of Animal Assisted Therapy on autonomic and endocrine activity in adults with autism spectrum disorder: A randomized controlled trial. *Gen Hosp Psychiatry*, 2021, 72, 36-44.
  15. Wijker C., Leontjevas R., Spek A. et al. Effects of Dog Assisted Therapy for Adults with Autism Spectrum Disorder: An Exploratory Randomized Controlled Trial. *J Autism Dev Disord.*, 2020, 50(6), 2153-2163.
  16. Wijker C., Van der Steen S., Spek S. Social Development of Adults with Autism Spectrum Disorder During Dog-Assisted Therapy: A Detailed Observational Analysis, *Int J Environ Res Public Health*, 2020, 14,17(16), 5922.
  17. Wijker C., Leontjevas R., Spek A. Process Evaluation of Animal-Assisted Therapy: Feasibility and Relevance of a Dog-Assisted Therapy Program in Adults with Autism Spectrum Disorder. *Animals (Basel)*, 2019, 9, 9(12), 1103.



## **DOGOTERAPIA A NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ INTELEKTUALNA**

*Bo na tym pieskim świecie to się bardzo liczy,  
by iść na sześciu łapach i na jednej smyczy*

*Marek Majewski*

Wolna-Nieroda i wsp. [1] oceniali wpływ DAT (*dog-assisted therapy*) na rozwój psychomotoryczny dzieci z lekką niepełnosprawnością intelektualną. W badaniu wzięło udział 60. dzieci w wieku 10-13 lat, podzielonych na grupę uczestniczącą w 10. miesięcznym programie DAT oraz grupę kontrolną. Zastosowano cztery testy, tj. identyfikację palców, imitację postawy, kinestezję i test usuwania kropek Bourdona-Wiersmy. Badania przeprowadzono przed rozpoczęciem i na zakończenie DAT oraz po dwumiesięcznej obserwacji. Wyniki uzyskane przez grupę DAT we wszystkich czterech testach, we wszystkich trzech punktach czasowych, nie były takie same ( $p < 0,001$ ). Nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic w pomiarze na koniec terapii pomiędzy grupą DAT a grupą kontrolną. Natomiast grupa DAT uzyskała istotnie lepsze wyniki ( $p = 0,001$  i  $p = 0,001$ ) w porównaniu z grupą kontrolną w badaniach kontrolnych dwa miesiące po zakończeniu terapii w testach naśladowania postawy i identyfikacji palców. Część wyników uzyskanych przez dzieci w grupie DAT w przeprowadzanych pomiarach poprawiła się z biegiem czasu. Dwa miesiące po zakończeniu terapii dzieci z grupy DAT wykazały większą poprawę w zakresie planowania motorycznego (test naśladowania postawy) oraz w zakresie dotyku, uwagi i koncentracji (test identyfikacji palców) w porównaniu z grupą kontrolną. Choć pomiar wykonany bezpośrednio po terapii nie wykazał istotnych różnic pomiędzy grupą DAT i grupą kontrolną, badanie przeprowadzone podczas dwumiesięcznej obserwacji wykazało długoterminowe korzyści w grupie leczonej w zakresie planowania motorycznego (posturalnego próba naśladownictwa) [1].

Dovgan i wsp. [2] podkreślają, że dzieci z niepełnosprawnością intelektualną są narażone na ryzyko zaburzeń lękowych obejmujących intensywne reakcje fizjologiczne i ryzykowne reakcje behawioralne. Autorzy przeprowadzili jednoobiektywne studium przypadku, stosując wzmocnienie różnicowe w leczeniu fobii psa u chłopca z niepełnosprawnością intelektualną. Rejestrowali uciekanie oraz mierzyli fizjologiczne przejawy stresu: reakcję skóry, zmienność rytmu serca, temperaturę i opóźnienie w uspokojeniu. Po 15. sesjach terapeutycznych chłopiec znacznie zmniejszył skłonność do uciekania i niepodporządkowania się oraz wykazał radykalną poprawę w zakresie emocji

samoregulacji [2].

Van Schooeten i wsp. [3] przeprowadzili badanie, którego celem było poznanie doświadczeń pacjentów dorosłych z lekką niepełnosprawnością intelektualną lub zaburzeniami funkcjonowania intelektualnego na granicy (MID-BIF - *mild intellectual disability or borderline intellectual functioning*) poddawanych DAT w placówce opieki psychiatrycznej. Siedmiu pacjentów ukończyło od 13 do 15 sesji DAT. W ciągu dwóch tygodni od zakończenia programu przeprowadzono z nimi wywiad w formie wywiadu częściowo ustrukturyzowanego. Do analizy transkrypcji wywiadów wykorzystano interpretacyjną analizę fenomenologiczną. Ponadto przeprowadzono wywiady z krewnymi pacjentów i terapeutą DAT, a także przeprowadzono dyskusję w grupie fokusowej z zespołem terapeutycznym każdego pacjenta. Doświadczenia pacjentów były w przeważającej mierze pozytywne. Fizyczny kontakt z psem ich uspokajał. Pies zapewnił im wsparcie emocjonalne i pomógł nawiązać kontakt wewnątrz i na zewnątrz terapii oraz środowiska, w którym mieszkali. Pacjentom podobało się także to, że DAT skupiała się na psie, a nie na jego problemach, że terapia miała charakter oparty na doświadczeniu i pozytywnym podejściu, a podczas terapii nie czuli się pacjentem, ale człowiekiem [3].

Bould i wsp. [4] oceniali program wyprowadzania psów (zwany „Dog Buddies”) opracowany w celu stworzenia możliwości dla osób z niepełnosprawnością poznawczą do większego włączenia społecznego w główny nurt społeczeństwa. Postawili sobie pytanie - czy wspólne spacerowanie z psami sprzyja interakcjom społecznym u osób z niepełnosprawnością poznawczą? Zastosowali projekt eksperymentu oparty na pojedynczym przypadku z udziałem czterech osób (trzech z niepełnosprawnością intelektualną; jedna z nabytym uszkodzeniem mózgu (ABI - *Acquired Brain Injury*) rekrutowanych za pośrednictwem dwóch dostawców usług dla osób niepełnosprawnych w Viktorii. Docelowe zachowania obejmowały częstotliwość i charakter spotkań osoby niepełnosprawnej z członkami społeczności. Zmiany mierzono od punktu początkowego (pięć spotkań społeczności z przewodnikiem, ale bez psa) do okresu interwencji (minimum pięć spotkań, z przewodnikiem i psem). Częściowo ustrukturyzowane wywiady, nagrane w formie audio i dosłownie przepisane, dostarczyły subiektywnych doświadczeń trzech uczestników programu. Obecność psa sprzyjała serdecznym, częstym spotkaniom, członkowie społeczności byli bardziej gościnni, a niektórzy uczestnicy zostali z biegiem czasu rozpoznani lub uznani po imieniu na etapie interwencji. Program wyprowadzania psów oferuje prosty sposób wpływania na częstotliwość i głębokość społecznych interakcji w społeczności osób z niepełnosprawnością poznawczą. Wykazano, że pies domowy sprzyja serdecznym, dwukierunkowym spotkaniom osób z nie-

pełnosprawnością poznawczą i innymi członkami społeczności. Spacerzy z psami oferują prosty sposób wpływania na częstotliwość i głębokość interakcji społecznych w społeczności dla osób z niepełnosprawnością poznawczą [4].

W badaniu Scorzato i wsp. [5] 39. dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym do głębokiego zostało losowo przydzielonych do grupy eksperymentalnej (n = 21) lub grupy kontrolnej (n = 18). Ocena miała charakter zaślepiony i obejmowała wybrane pozycje z Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF - *Classification of Functioning, Disability and Health*), Baterii Oceny Zachowania (BAB- *the Behavioral Assessment Battery*) oraz Profilu Osiągnięć w Uczeniu się (LAP- *the Learning Accomplishment Profile*). Grupa eksperymentalna, która przez 20. tygodni uczestniczyła w terapii z udziałem psa, wykazała znaczną poprawę w kilku obszarach poznawczych, w tym w skupieniu uwagi na ruchu, koordynacji wzrokowo-ruchowej, zabawie eksploracyjnej i naśladownictwa motorycznego, a także niektórych umiejętności społecznych. Efekty były specyficzne dla interwencji i niezależne od wieku lub podstawowego stopnia niepełnosprawności [5].

### PIŚMIENNICTWO

1. Wolna-Nieroda A., Dudziak J., Družbicki M. et. Effect of Dog-Assisted Therapy on Psychomotor Development of Children with Intellectual Disability, *Children (Basel)*, 2020, 29, 8(1), 13.
2. Dovgan K., Clay C.J., Tate S.A. Dog Phobia Intervention: A Case Study in Improvement of Physiological and Behavioral Symptoms in A Child with Intellectual Disability. *Dev Neurorehabil.* 2020, 23(2), 121-132.
3. Van Schooeten A., Peters-Scheffer N., Enders-Slegers M.J. et al. Dog-Assisted Therapy in Mental Health Care: A Qualitative Study on the Experiences of Patients with Intellectual Disabilities. *Eur J Investig Health Psychol Educ*, 2024, 29, 14(3), 540-553.
4. Bould E., Callaway L., Warren N. et al. Pilot of a dog-walking program to foster and support community inclusion for people with cognitive disabilities. *Disabil Rehabil.*, 2023, 45(3), 469-482.
5. Scorzato I., Zaninotto L., Romano M. et al. Effects of Dog-Assisted Therapy on Communication and Basic Social Skills of Adults With Intellectual Disabilities: A Pilot Study. *Intellect Dev Disabil.*, 2017, 55(3), 125-139.

## **DOGOTERAPIA U DZIECI NIEDOSTOSOWANYCH SPOŁECZNIE Z ZABURZENIAMI ZACHOWANIA**

*Jeśli pies spojrzy na ciebie i nie chce podejść,  
powinieneś dokładnie przyjrzeć się swojemu sumieniu*

*Woodrow Wilson*

Istotne wydaje się wykorzystanie udziału psa w resocjalizacji osób niedostosowanych społecznie i dzieci, wobec których stosowane są różne formy przemocy. Zwierzęta domowe, zwłaszcza psy stają się pierwszymi ratownikami dzieci w sytuacjach zagrożenia zdrowia, a nawet życia, u dzieci skrzywdzonych zarówno fizycznie, jak i psychicznie. Dotyczy to rodzin i sytuacji, w których dochodzi do nadużyć z udziałem dorosłych często rodziców. Istnieją ośrodki resocjalizacji również w Polsce, gdzie dzieci i młodzież korzysta się w różnych form zooterapii, a najczęściej stosowana jest terapia z udziałem psa. W tak traumatycznych przeżyciach, dzieci często zamykają się na relacje z drugim człowiekiem i trudno im przyjąć pomoc ze strony innych, dlatego łatwiej nawiązują kontakt z psem, który jest im przyjazny [1].

*„Terapię z udziałem psa można również wykorzystać w resocjalizacji, gdzie podmiotem oddziaływań jest człowiek wadliwie zsocjalizowany, który zachowuje się w sposób społecznie destruktywny, nie przestrzega norm społecznych, ważne jest więc użycie takiej metody, aby jednostka zaczęła zachowywać się w sposób akceptowany społecznie.” [1].*

Ćwiczenia z psem coraz częściej mają zastosowanie u dzieci nieprzystosowanych społecznie z towarzyszącymi, w tym [1]:

- zaburzeniami zachowania,
- ADHD (Zespół nadpobudliwości ruchowej - *attention deficit hyperactivity disorder*),
- z zaburzoną równowagą przystosowawczą i emocjonalną,
- u dzieci labilnych i zbyt lepkich uczuciowo,
- u dzieci z trudnościami w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych,
- u dzieci z nieuzasadnionym poczuciem winy,
- u dzieci z lękami,
- u dzieci stanami depresyjnymi
- u dzieci z nerwicami o różnym podłożu.

Kontakt z psem daje dzieciom poczucie bezpieczeństwa, wyzwala pozytywne emocje,

zmniejsza napięcie emocjonalne, redukuje stres i nieuzasadniony lęk. Pies może stymulować pozytywny kierunek działań terapeutycznych na prospołeczne i generować postępy w zmianach osobowości młodego człowieka [1]. Badania udowodniły, że przebywanie z psem [2]:

- daje poczucie bezpieczeństwa,
- poprawia nastrój,
- sprawia, że dziecko staje się stabilne emocjonalnie,
- uczy odpowiedzialności i empatii,
- uczy organizacji czasu, zarządzania nim,
- wpływa na redukcję poziomu frustracji,
- wpływa na życie społeczne, ponieważ sprawia, że młody człowiek łatwiej nawiązuje kontakty rówieśnicze,
- zmniejsza częstotliwość wybuchów silnych emocji,
- zmniejsza nadpobudliwość,
- zmniejsza wycofanie.

#### ***ADHD - attention deficit hyperactivity disorder***

Schuck i wsp. [3] we wstępnych wynikach randomizowanego badania klinicznego z zastosowaniem interwencji z udziałem psów (CAI - *canine-assisted intervention*) u 24. dzieci z ADHD. Projekt P.A.C.K. (*Positive Assertive Cooperative Kids*) miał na celu badanie 12-tygodniowej interwencji poznawczo-behawioralnej prowadzonej z CAI lub bez niej. Dzieci losowo przydzielono do terapii grupowej z CAI lub bez. Rodzice dzieci z obu grup jednocześnie uczestniczyli w cotygodniowych sesjach terapii grupowej dla rodziców. W obu grupach rodzice zgłaszali poprawę umiejętności społecznych dzieci, zachowań prospołecznych i zachowań problematycznych. W obu grupach nasilenie objawów ADHD zmniejszało się w trakcie leczenia; jednakże u dzieci, które otrzymały model CAI, wykazano większe zmniejszenie nasilenia objawów ADHD w porównaniu z dziećmi, które otrzymały terapię poznawczo-behawioralną bez CAI [3].

W kolejnej pracy Schuck i wsp. [4] sprawdzali hipotezę, że AAI (*Animal Assisted Interventions*) poprawia samoocenę dzieci (n = 80, wiek 7–9, 71% mężczyzn). W tym celu użyli Profilu samooceny dla dzieci. Analizy wykazały, że w grupie AAI wyniki samooceny dzieci w obszarach zachowań behawioralnych, kompetencji społecznych i szkolnych znacznie wzrosły od wartości wyjściowych do okresu po leczeniu (z = 2,320, p = 0,021, z = 2,631, p = 0,008 i z = 2,541, p = 0,011), natomiast w grupie kontrolnej bez AAI takich różnic nie

stwierdzono. Wyniki zdaniem autorów sugerują, że AAI jest realną strategią poprawy oceny samooceny u dzieci z ADHD [4].

Nieforth i wsp. [5] przedstawili wyniki kodowania zachowań z randomizowanego badania kontrolnego dzieci z ADHD, jako część większego randomizowanego badania kontrolnego skupiającego się na skuteczności łączenia interwencji z udziałem psa (pies terapeutyczny na żywo lub wypchany pies kontrolny) z terapią poznawczo-behawioralną dla dzieci z ADHD. Autorzy skupili się na obserwacjach zachowania zarejestrowanych na wideo ( $n = 35$  dzieci, około 322 minuty danych). Dane wyodrębniono i zakodowano przy użyciu systemu kodowania obserwacji interakcji człowiek-zwierzę (OHAIRE - *Observation of Human-Animal Interaction Research*). Kody zachowań były podawane jako sumaryczne wyniki dla następujących dziedzin: interakcje społeczne zwierząt i interakcje społeczne ludzi (z dalszym podziałem na interakcje społeczne człowiek-dorośli i interakcje społeczne człowiek-rówieśnicy). Przeprowadzono analizy modeli mieszanych z powtarzanymi pomiarami przy użyciu SAS PROC GLIMMIX w celu oceny różnic między grupami i zmian w okresie badania. Autorzy nie stwierdzili znaczących różnic w zakresie interakcji dzieci z psami terapeutycznymi na żywo w porównaniu z psami wypchanymi w grupie kontrolnej. Jeśli chodzi o interakcje społeczne między ludźmi, u dzieci wykazano z biegiem czasu większy wzrost liczby interakcji społecznych kierowanych przez człowieka w obecności psów terapeutycznych na żywo w porównaniu z psami pluszowymi ( $p = 0,020$ ). W trakcie 12. tygodniowej interwencji liczba dzieci wzrosła w interakcjach zarówno z dorosłymi ( $p = 0,006$ ), jak i rówieśnikami ( $p = 0,014$ ), jednakże z biegiem czasu zaobserwowano większy wzrost interakcji społecznych z udziałem dorosłych w przypadku żywych zwierząt w porównaniu z kontrolnymi pluszakami ( $p < 0,0001$ ). Zdaniem autorów wyniki sugerują zmiany w interakcjach społecznych podczas udziału w tej interwencji z udziałem psa, w miarę upływu czasu większy, gdy obecny był żywy pies terapeutyczny. Może to świadczyć, że dzieci w stosunkowo równym stopniu angażują się w kontakt z psami żywymi i pluszowymi, ale większy wpływ na socjalizację ludzi mają żywe zwierzęta [5].

### **Różnorodne zaburzenia psychopatologiczne**

Guzmán i wsp. [6] prowadzili badanie ilościowe obejmujące 23. dzieci poniżej 13. roku życia leczonych w szpitalu w oddziale dziennym przez dwa lata. Badani prezentowali różnorodne zaburzenia psychopatologiczne, w tym zaburzenia neurorozwojowe (zespół autyzmu (ASD), zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD) itp.), zaburzenia przywiązania, zaburzenia zachowania, zaburzenia afektywne,

## DOGOTERAPIA U DZIECI NIEDOSTOSOWANYCH SPOŁECZNIE Z ZABURZENIAMI ZACHOWANIA

samookaleczenia i zachowania samobójcze, początkowe psychozy i objawy, które mogą przekształcić się w zaburzenie osobowości. W zaburzeniach tych problemem były: niska samoocena, problemy w nawiązywaniu więzi społecznych z innymi (izolacja, relacje zaborcze, nadgorliwość w związkach, dominacja w związkach lub postawy nadmiernie uległe), trudności w wyrażaniu emocji i ich regulowaniu (trudności w identyfikowanie uczuć, trudności w ich prawidłowym wyrażaniu oraz duże trudności w kontrolowaniu złości i frustracji), trudności w wykonywaniu poleceń, trudności w generowaniu samodzielnych instrukcji w celu zmiany własnego zachowania i brak motywacji. W badaniu analizie ilościowej poddano liczbę wybuchów emocjonalnych i behawioralnych oraz frekwencję w przychodzeniu do szpitala, a także uwzględniała wypełnienie kwestionariuszy dotyczących samokontroli i upośledzenia społecznego wypełniane przez członków rodziny i terapeutów. W badaniu jakościowym udokumentowano za pomocą częściowo ustrukturyzowanych wywiadów doświadczenia 12. specjalistów zajmujących się zdrowiem psychicznym zaangażowanych w DAT (*Dog-assisted therapy*). Okazało się, że w dni DAT było mniej wybuchów emocjonalnych i behawioralnych, a frekwencja była wyższa. Istotne różnice uzyskano pomiędzy wynikami przed i po teście w kwestionariuszach samooceny kontroli (SCRS - The Self-Control Rating Scale) i responsywności społecznej (SRS-2 The Social Responsiveness Scale 2) wypełnianych przez terapeutów, natomiast w kwestionariuszach wypełnianych przez rodziców nie stwierdzono istotnych różnic. Obserwacje wynikające z badania jakościowego były następujące: DAT poprawia samoregulację emocjonalną; DAT mógłby ułatwić pracę terapeutów w szpitalach dziennych; pracownicy ochrony zdrowia wykazywali niepewność wynikającą z braku znajomości DAT. Generalnie DAT poprawił samoregulację emocjonalną, frekwencję oraz samokontrolę i reakcję społeczną u dzieci przebywających na oddziale dziennym [6].

### PIŚMIENNICTWO

1. Wilk M.: Zalety i szanse wykorzystania animaloterapii w resocjalizacji młodzieży niedostosowanej społecznie, *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 2014, T.33, 201-219.
2. <https://bezpiecznarodzina.pl/zwierze-dla-dziecka-nadpobudliwego/>, data pobrania 18.082024
3. Schuck A.E.B., Emmerson N.A., Fine A.M. et al. Canine-assisted therapy for children with ADHD: preliminary findings from the positive assertive cooperative kids study. *J Atten Disord*, . 2015 Feb;19(2):125-137.

4. Schuck S.E.B., Johnson H.L., AbdullaH M.M. et al. The Role of Animal Assisted Intervention on Improving Self-Esteem in Children With Attention Deficit/Hyperactivity Disorder . *Front Pediatr.*, 2018, 2, 6, 300.
5. Nieforth L.O., Guerin N.A., Stehli A. et al Observation of human-animal interaction for research (OHAIRE) behavior coding in a randomized control trial of children with attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) and a canine-assisted intervention. *Front Psychiatry*, 2024, 27, 15, 1327380.
6. Guzmán E.G., Rodríguez L.S., Santamarina-Perez P. et al. The Benefits of Dog-Assisted Therapy as Complementary Treatment in a Children’s Mental Health Day Hospital. *Animals (Basel)*. 2022, 12(20), 2841.



## **DOGOTERAPIA W CHOROBYCH UWARUNKOWANYCH GENETYCZNIE**

*Pies to nie tylko zwierzę  
to człowiek w futrze  
Alfred North Whitehead*

Istnieje szereg chorób i zaburzeń uwarunkowanych genetycznie u dzieci (zespół Retta, zespół Angelmana, zespół Downa), w których warto zastosować dogoterapię, jako formę wspomagania innych technik terapii, leczenia i rehabilitacji [1].

Przebieg tych chorób często bywa trudny a zaburzenia bardzo złożone, obejmujące niepełnosprawność fizyczną, umysłową, często zaburzenia mowy i komunikacji. Niekiedy stosowane metody rehabilitacji nie przynoszą pożądanych efektów, a terapia kontaktowa z udziałem psa jest jedyną formą stymulacji dzieci do poprawnej aktywności. Dzieci w kontakcie z psem zaczynają komunikować, wydają chociażby pojedyncze dźwięki i okazują radość, której brak w codziennym funkcjonowaniu [1].

### **Zespół Retta**

Lotan [2] podkreśla, że osoba z zespołem Retta wykazuje szereg trudnych trudności we wszystkich obszarach codziennego życia. Ponieważ obecnie nie ma lekarstwa na to zaburzenie, rodzice osoby z zespołem Retta poszukują różnych metod interwencyjnych, które poprawią stan i jakość życia ich dziecka. Autor w swoim artykule dokonał przeglądu następujących interwencji: trening integracji słuchowej; komora hiperbaryczna; terapia manualna, taka jak akupunktura/akupresura, aromaterapia, terapia czaszkowo-krzyżowa, rozluźnianie twarzy Mayo, masaż Treager, kręgarz i Reiki; techniki modyfikacji mentalnej, takie jak Lovas i rehabilitacja poznawcza; interwencje motoryczne, takie jak zaawansowana rehabilitacja biomechaniczna, modelowanie/podejście Domana-DeLacato i joga. Uwzględnił także terapię z udziałem zwierząt, w tym z udziałem psów [2].

### **Zespół Downa**

Przypuszcza się, że Griffioen i wsp. [3] że terapia z udziałem psa zmniejsza stres u dzieci z zespołem Downa (DS), który może być widoczny na poziomie fizjologicznym. Autorzy [3] zmierzili zmienność rytmu serca (HRV) i poziom kortyzolu w ślinie u 8. dzieci z DS na początku i na końcu sześciu cotygodniowych sesji terapii z udziałem psa. Stwierdzili spadek poziomu kortyzolu podczas pojedynczych sesji, ale nie uzyskali ogólnego efektu po sześciu sesjach (sześć tygodni). Nie udało się potwierdzić wpływu terapii z udziałem psa na wzrost HRV [3].

Głównym celem poznawczym badań Boguszewskiego i wsp. [4] była ocena skuteczności zajęć dogoterapii jako metody wspomaganie terapii dzieci z zespołem Downa. Badaniami objęli 36. dzieci z zespołem Downa, o średniej wieku badanych 11,2 lat. Większość dzieci charakteryzowała się umiarkowanym (n=19) lub znacznym (n=11) stopniem niepełnosprawności. Na zajęcia dogoterapii w ramach wspomaganie terapii uczęszczało 19. z nich. W badaniu zastosowali metodę sondażu diagnostycznego. Narzędziem badawczym była autorska ankieta wypełniana przez rodziców dzieci z niepełnosprawnością intelektualną. Ankieta składała się z 21. pytań dotyczących oceny sprawności fizycznej dziecka, zmian w zakresie lokomocji, samoobsługi oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej od momentu rozpoczęcia zajęć. Większość dzieci uczestniczących w zajęciach dogoterapii poczyniło znaczące postępy w zakresie komunikowania się z otoczeniem (95%) i pewności siebie (89%). Zaobserwowano znaczną poprawę samodzielności, trybu życia oraz uspołecznienia. W stosunku do grupy porównawczej różnice były istotne statystycznie ( $p < 0,001$ ). Wyraźnych różnic pomiędzy grupami nie stwierdzono w zakresie sprawności fizycznej. Autorzy uważają, że zajęcia z dogoterapii dla dzieci z niepełnosprawnością intelektualną są formą terapeutyczną dotąd niedostatecznie poznaną, jednak wyniki osiągnięte przez dzieci z grupy badanej wskazują na jej wysoką skuteczność. Zachodzi więc potrzeba poszukiwania i ewaluacji innych alternatywnych form wspomaganie terapii dzieci niepełnosprawnych [4].

W piśmiennictwie [5] uważa się, że wprowadzenie psa do domu, w którym mieszka dziecko z zespołem Downa, może przynieść wiele korzyści nie tylko dla niego, ale i dla całej rodziny. Pies może [5]:

1. Wpływać na rozwój emocjonalny dziecka – pies może stanowić źródło niezwykłej miłości, akceptacji i poczucia bezpieczeństwa dla dziecka, może pomóc mu w rozwinięciu zdolności do wyrażania emocji, zwiększeniu pewności siebie, budowaniu więzi emocjonalnych, w poprawie jego samopoczucia i jakości życia.
2. Przynieść terapeutyczne korzyści fizyczne - regularne spacerowanie z psem mogą pomóc w utrzymaniu aktywności fizycznej, wspomagać rozwój motoryki, koordynacji ruchowej, wzmacniać mięśnie, nabywać umiejętności dbania o psa (kształtować odpowiedzialność) oraz umiejętności samoobsługi.
3. Zwiększyć umiejętności społeczne – pies może uczyć się odpowiedzialności, współpracy, empatii oraz umiejętności komunikacji. Jest doskonałym partnerem do zabawy, a to sprzyja rozwojowi umiejętności interpersonalnych dziecka.

4. Poprawić komunikację - dziecko może uczestniczyć w trenowaniu psa, uczyć się komend i sygnałów, które mogą być używane w komunikacji.
5. Stymulować sensorycznie - przebywanie z psem może dostarczyć różnorodnych bodźców sensorycznych (dotyk sierści, różne dźwięki, zapachy i ruchy psa)
6. Być terapeuta dla całej rodziny - może pomóc w budowaniu więzi rodzinnych, poprawie komunikacji i współpracy między członkami rodziny.
7. Wzmacniać więź i wzajemne wsparcie - pies może stanowić przyjaciela i towarzysza dla dziecka, będącego zawsze dla niego.

Naik i wsp. [6] zwracają uwagę, że lęk i strach przed dentystą to główne wyzwania terapeutyczne, przed którymi stają stomatolodzy w obliczu dzieci z zespołem Downa. Higiena jamy ustnej jest u nich znacznie gorsza w porównaniu do ich zdrowych rówieśników. Ponieważ terapia z udziałem zwierząt, prowadzona za pośrednictwem psów, okazała się korzystna w łagodzeniu lęku i niepokoju związanego z zębami u zdrowej populacji pediatrycznej, autorzy postanowili ocenić wpływu terapii z udziałem psa (DAT - *dog-assisted therapy*) na dzieci z zespołem Downa poddawane badaniu stomatologicznemu i aplikacji lakieru fluorkowego w gabinecie stomatologicznym. Do badania wybrano 20. dzieci z zespołem Downa w wieku od 5 do 12 lat. Grupa A (grupa interwencyjna): DAT przeprowadzono w gabinecie stomatologicznym. Grupa B (grupa kontrolna): Leczenie stomatologiczne przeprowadzono pod nieobecność psa terapeutycznego w gabinecie stomatologicznym. Poziomy lęku oceniano poprzez rejestrację częstości tętna i skorygowaną wersję zmodyfikowanej skali lęku stomatologicznego dziecka (MCDAS - *Modified Dental Anxiety Scale*) w zmodyfikowanej wersji twarzy. Międzygrupowe porównanie częstości tętna przeprowadzono za pomocą testu t dla niesparowanych grup, natomiast zmienność wewnątrzgrupowej częstości tętna analizowano za pomocą testu analizy wariancji. Wyniki lęku poddano testowi t dla par w celu porównania wewnątrzgrupowego, przy czym  $P < 0,05$  uznano za statystycznie istotne. W grupie interwencyjnej zaobserwowano zmniejszenie lęku stomatologicznego ( $p < 0,001$ ). Z badania wynika, że DAT może być stosowana jako skuteczna technika kontroli zachowania u dzieci z zespołem Downa poddawanych badaniom stomatologicznym i prostym zabiegom stomatologicznym w gabinecie stomatologicznym [6].

### PIŚMIENNICTWO

1. Drwięga G, Pietruczuk Z.: Dogoterapia prawda i mity, Fundacja Psi Uśmiech, Wyd. Prymat, Białystok 2014.

2. Lotan M. Alternative therapeutic intervention for individuals with Rett syndrome. *Scientific World Journal*, 2007, 29, 7, 698-714.
3. Griffioen R.E., van Boxtel G.J.M., Verheggen T. Group Changes in Cortisol and Heart Rate Variability of Children with Down Syndrome and Children with Autism Spectrum Disorder during Dog-Assisted. *Children (Basel)*, 2023, 11, 10(7), 1200.
4. Boguszewki D., Świdarska B., Adamczyk J.G. i wsp. Ocena skuteczności dogoterapii w rehabilitacji dzieci z zespołem Downa. Doniesienie wstępne. *European Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 2013, 11(2), 194–202.
5. <https://pinkypaws.pl/psa-w-domu-z-dzieckiem-z-zespolem-downa-terapeutyczne-korzysci-i-piekna-wiez/>, data pobrania 17.08.2024.
6. Naik S.S., Joshi A., Winnier J.J. et al Evaluation of dental anxiety in children with Down's syndrome using dog-assisted therapy: A pilot study. *J Indian Soc Pedod Prev Dent*, 2023, 1, 41(4), 322-327.

## **DOGOTERAPIA W ZESPOŁACH Z USZKODZENIAMI OŚRODKOWEGO UKŁADU NERWOWEGO**

*Aby mieć właściwe spojrzenie na własną pozycję w życiu,  
człowiek powinien posiadać psa, który będzie go uwielbiał  
i kota, który będzie go ignorował*

*Derek Bruce*

Częstym wskazaniem do wykorzystania terapii z udziałem psa są zespoły u dzieci przebiegające z uszkodzeniem ośrodkowego układu nerwowego, do których należą [1]:

- mózgowe porażenie dziecięce,
- anomalie wrodzone mózgu,
- rozszczepy kręgosłupa,
- stany po urazach czaszkowo- mózgowych.

Wiadome jest, że rehabilitacja stosowana u dzieci w wymienionych zespołach wymaga ciągłego nakładu czasowego i determinacji, a dogoterapia wówczas pełni rolę kompleksowej rehabilitacji [1].

### **Mózgowe porażenie dziecięce**

Obecność psa w sytuacji chorego i niepełnosprawnego dziecka z mózgowym porażeniem przynosi szereg korzyści nie tylko wpływających na poprawę zdrowia czy samopoczucia. Dziecko, częściej i chętniej podejmuje wysiłki rehabilitacyjne i różnorodną aktywność. Terapia kontaktowa poprzez sam dotyk psa, poprawia u niego stymulację mięśniowo-nerwową porażonych mięśni i niweluje negatywne bodźce u dziecka. Ponadto znacznej poprawie podlega koordynacja ruchowa i motoryka dziecka. Obserwuje się także znaczną poprawę w koncentracji uwagi i integracji sensorycznej [1].

Elmaci i Cevizci [2] oceniali wpływ terapii i działań z udziałem psa w rehabilitacji dzieci z porażeniem mózgowym oraz niepełnosprawnością fizyczną i umysłową, które mają trudności w korzystaniu z usług poprawiających samopoczucie i zdrowie. Badanie opisowo-wyjaśniające zostało przeprowadzone z udziałem niepełnosprawnych dzieci w różnym wieku w latach 2008–2011 przez doświadczony zespół w prywatnym ośrodku szkoleniowo-rehabilitacyjnym w Antalyi (Turcja). Dla potrzeb badania utworzono pięć grup badanych obejmujących dzieci z niepełnosprawnością fizyczną i intelektualną. W badaniach terapeutycznych wykorzystano trzy psy. Dla każdej grupy terapeutycznej zdefiniowano cele dla

dzieci i terapeuty i zgodnie z tymi nimi określono działania. Cały proces badania był śledzony przy użyciu nagrań dźwiękowych i zdjęć pacjentów. Oczekiwane cele zostały osiągnięte we wszystkich grupach badawczych. Dzieci, które w życiu codziennym doświadczały lęku, niepokoju i trudności wynikających z niepełnosprawności, nauczyły się radzić sobie ze swoimi lękami i lękami, wyznaczać cele i planować ich realizację. Podczas tego badania dzieci poprawiły swoje umiejętności korzystania z ciała zgodnie ze swoimi możliwościami. W związku z tym poprawili swoją zdolność rozwijania empatii między sobą a psem terapeutycznym, otrzymywania i okazywania pomocy oraz komunikowania się. Wyniki niniejszego badania wykazały, że terapie i zajęcia z udziałem psa mogą stanowić metodę wspomagającą rutynowe procedury lecznicze w rehabilitacji dzieci z porażeniem mózgowym oraz niepełnosprawnością fizyczną i umysłową [2].

### **Padaczka**

Jak już wspomniano w rozdziale ze str. 69 psy są w stanie odróżnić zapach pacjenta podczas napadu padaczkowego od zapachu tego samego pacjenta, gdy nie miał on napadu.

Stany padaczkowe utrudniają funkcjonowanie chorej osoby, w związku z tym obecność psa bardzo znacząca, bowiem odpowiednio przeszkolone psy potrafią ostrzec o zbliżającym się ataku padaczkowym i tym uchronić przed kolejnymi urazami [3].

### **Urazy czaszkowo-mózgowe**

Ciężkie urazowe uszkodzenie mózgu niesie ze sobą poważne konsekwencje dla zdrowia, a pacjenci cierpią na długoterminową niepełnosprawność ze zmianami fizjologicznymi, poznawczymi i behawioralnymi. Celem tego badania Hortona i wsp. [4] była ocena wpływu terapii z udziałem zwierząt na wyniki poznawcze hospitalizowanych pacjentów z poważnym urazem mózgu. Jednośrodkowe, randomizowane, prospektywne badanie przeprowadzili w latach 2017–2019 i oceniali wpływ terapii z udziałem psów na skalę Glasgow, skalę Rancho Los Amigo oraz poziom dowodzenia u dorosłych pacjentów z ciężkim urazem mózgu. Pacjenci zostali losowo przydzieleni do grupy otrzymującej terapię z udziałem zwierząt lub standardową opiekę. Do badania różnic między grupami wykorzystano nieparametryczne testy sumy rang Wilcozona. Okazało się, że pacjenci biorący udział w badaniu (N = 70) otrzymali 151 sesji z przewodnikiem i psem (interwencja, n = 38) i 156 bez sesji (kontrola, n = 32) spośród łącznie 25 psów i dziewięciu przewodników. Porównując reakcję pacjentów podczas hospitalizacji na terapię z udziałem zwierząt w porównaniu z grupą kontrolną, autorzy kontrolowali płeć, wiek, wyjściową ocenę ciężkości urazu i odpowiednią punktację włączenia. Chociaż nie było istotnej zmiany w skali

Glasgow Coma Score ( $p = 0,155$ ), pacjenci w grupie otrzymującej terapię z udziałem zwierząt zgłaszali znacząco wyższą standaryzowaną zmianę w skali Rancho Los Amigo ( $p = 0,026$ ) i poleceń zmiany ( $p < 0,001$ ).w porównaniu z grupą kontrolną [4].

### PIŚMIENNICTWO

1. Majchrzycki M, Gajewska E, Łączak- Trzaskowska M.: interdyscyplinarne rozumienie problemów związanych z diagnostyką i terapią dziecka, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, Poznań, 2012.
2. Elmaci D.T., Cevizci S. Dog-assisted therapies and activities in rehabilitation of children with cerebral palsy and physical and mental disabilities. *Int J Environ Res Public Health*, 2015, 12(5), 5046-5060.
3. Karbowniczek J, Mielczrek J.: Dogoterapia jako naturalna metoda wspomagania, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. *Edukacja elementarna w Teorii i Praktyce* 2007, 2, 37-45.
4. Horton L., Griffen M., Chang L. et al. Efficacy of Animal-Assisted Therapy in Treatment of Patients With Traumatic Brain Injury: A Randomized Trial, *J Trauma Nurs.*, 2023, 30(2), 68-72.

### DOGOTERAPIA W PSYCHIATRII

*Na świecie nie ma lepszego psychiatry  
od szczeniaka liżącego cię po twarzy.*

*Edward Abbey*

Poza subiektywnymi odczuciami poprawy stanu zdrowia psychicznego i fizycznego wykazano liczne biologiczne korzyści z kontaktów ze zwierzętami, w tym np. że w porównaniu z osobami nieposiadającymi zwierzęcia autonomiczny układ nerwowy właściciele psów korzystniej reaguje na czynniki stresogenne. Różnic tych nie można wytłumaczyć odmiennymi nawykami żywieniowymi, stosunkiem do używek czy czynnikami socjoekonomicznymi [1-3].

Interakcje z psami powodują, jak już wspomniano wcześniej, redukcję stężenia kortyzolu i adrenaliny w surowicy krwi oraz wzrost poziomu oksytocyny, a wzmożona sekrecja oksytocyny odgrywa rolę w tworzeniu więzi oraz zachowaniach społecznych [4].

Za pomocą NIRS (*near infrared spectroscopy*) udało się zobrazować wzrost aktywności w obszarze kory przedczołowej w wyniku interakcji ze zwierzętami [5,6]. Obszar ten odpowiada za tak zwaną uczuciowość wyższą, bierze udział w podejmowaniu decyzji, odpowiada za zachowania społeczne, a jego aktywność jest obniżona u osób z depresją [7].

Prowadzone dotychczas w niewielkich grupach badania nad wpływem interakcji ze zwierzęciem na leczenie zaburzeń afektywnych, wskazują na wyraźną poprawę u pacjentów, którzy brali udział w zooterapii [8]. W randomizowanych badaniach w grupie 90. pacjentów psychiatrycznych wykazano, że pacjenci poddani zooterapii zyskują większą wiarę we własną skuteczność, poprawia się ich wiara we własne możliwości, a to ewidentnie wpływa na znaczną poprawę codziennego funkcjonowania i poprawę jakości życia. Społeczne interakcje podczas zajęć ze zwierzętami powodują także, że chorzy mniej obawiają się kontaktów z innymi ludźmi oraz nowych sytuacji życiowych [8].

W roku 1792 roku w Wielkiej Brytanii udokumentowano pierwszy zaplanowany i celowy przypadek udziału zwierząt w procesie terapeutycznym [cyt. za 9]. Zaproponowano hospitalizowanym pacjentom szpitala psychiatrycznego York opiekę nad małymi zwierzętami, co miało wpłynąć pozytywnie na proces kształtowania samokontroli [cyt. za 9].

W opinii Filozofa [10] zwierzęta pomagają skupić się na środowisku zwłaszcza osobom cierpiącym na chorobę psychiczną lub mającą niską samoocenę [10]. Terapia z udziałem zwierząt jest znaną metodą zapobiegawczą i interwencyjną, prowadzoną przy



udziale specjalnie przeszkolonych zwierząt i specjalistów [11]. Jednym z głównych obszarów wskazań, za Frideman i wsp. [11] jest psychiatria. Autorzy dokonali przeglądu podstaw terapii wspomaganiej przez zwierzęta, możliwych zastosowań i skuteczności w oparciu o dostępną literaturę. Poszukiwali odpowiedzi, czy tę metodę terapeutyczną można zastosować do skutecznego łagodzenia objawów konkretnych chorób psychicznych i na jakich polach można ją najskuteczniej zastosować. Na podstawie danych literaturowych można stwierdzić, że terapia przy pomocy zwierząt jest w stanie skutecznie pomóc w zakresie różnego rodzaju wsparcia psychiatrycznego, profilaktyki, interwencji i rehabilitacji niezależnie od wieku. Stosowana jest najczęściej w przypadku depresji, stanów lękowych, uzależnień, schizofrenii i zaburzeń ze spektrum autyzmu. Oprócz tego można by go skutecznie zastosować ją w rehabilitacji ofiar wykorzystywania seksualnego, zwłaszcza dzieci. Może również odgrywać rolę w resocjalizacji nieprzystosowanej młodzieży i dorosłych, nawet przy zastosowaniu terapii farmakologicznej. Terapie wspierane przez zwierzęta są skuteczne w następujących obszarach: poprawa umiejętności społecznych i komunikacyjnych, łagodzenie lęków, poprawa nastroju, pomoc w samodzielnym życiu, doskonalenie umiejętności empatycznych [11].

Marti i wsp. [12] badali zmiany w aktywności czołowej mózgu w obecności psa i podczas kontaktu z nim. W sześciu sesjach wzięło udział dwadzieścia jeden zdrowych osób. W trzech sesjach uczestnicy mieli kontakt z psem, a w trzech sesjach kontrolnych weszli w interakcję z pluszowym zwierzęciem. Każda sesja składała się z pięciu dwuminutowych faz, w których intensywność kontaktu z psem lub pluszowym zwierzęciem wzrastała od pierwszej do czwartej fazy. W celu oceny aktywności mózgu zmierzaliśmy natlenioną, odtlenioną i całkowitą hemoglobinę oraz nasycenie tlenem krwi w płacie czołowym/obszarze czołowo-biegunowym za pomocą funkcjonalnej spektroskopii w bliskiej podczerwieni (SenSmart Model X-100). W obu warunkach stężenie hemoglobiny utlenionej wzrosło istotnie od fazy pierwszej do czwartej o  $2,78 \mu\text{mol/l}$  (CI = 2,03–3,53,  $p < 0,001$ ). Stężenie utlenionej hemoglobiny było o  $0,80 \mu\text{mol/l}$  wyższe w grupie psów w porównaniu z grupą kontrolną (CI = 0,27–1,33,  $p = 0,004$ ). Stężenie odtlenionej hemoglobiny, całkowite stężenie hemoglobiny i nasycenie tlenem wykazały podobne wzorce. Autorzy podkreślają, że aktywacja mózgu przedczołowego u zdrowych osób wzrosła wraz ze wzrostem bliskości interakcji z psem lub pluszowym zwierzęciem. Co więcej, interakcja z psem stymulowała większą aktywność mózgu w porównaniu z warunkami kontrolnymi, co sugeruje, że interakcje z psem mogą aktywować silniejsze procesy uwagi i wywołać większe pobudzenie emocjonalne niż interakcja z bodźcem nieożywionym. Badacze stwierdzili że terapia

wspomagana przez zwierzęta, którą z powodzeniem wdraża się w przypadku pacjentów z depresją, demencją i zespołem stresu pourazowego (PTSD) [12].

### **Dogoterapia a stres, lęk i depresja**

Kontakt ze zwierzęciem powoduje redukcję lęku, zmniejszenie poczucia samotności oraz poprawę nastroju [1,11].

Obecność psa w trakcie sesji terapeutycznych działa jak naturalny "relaksant", bowiem dotyk i ciepło futra psa mają zdolność obniżania poziomu stresu i napięcia. Powyższe nie tylko ułatwia proces terapeutyczny, ale także sprzyja ogólnemu dobremu samopoczuciu [13].

Naukowcy z University of Saskatchewan przebadali 200 pacjentów z oddziału ratunkowego Royal University Hospital [14]. poproszono ich o ocenę bólu, lęku i objawów depresji. Około połowa pacjentów miała 10 minutową wizytę psa terapeutycznego. Terapia polegała na możliwości głaskania psa rasy spaniel, o imieniu Murphy, lub położenia go obok siebie jako źródło komfortu psychicznego i towarzystwa. Pacjenci zauważyli ogólną poprawę samopoczucia już po 10. minutach spędzonych z psem. Dzięki kontakcie z psem terapeutycznym: u pacjentów poziom bólu spadł nawet o 43%, o 48% zmniejszyło się uczucie niepokoju, pacjenci odczuwali o 45% mniej przygnębienia i o 41% poprawił się ich ogólny nastrój [14].

Celem badania Ambrosi i wsp. [15] była weryfikacja skuteczności terapii z udziałem psa w leczeniu depresji i lęku u osób starszych przebywających w placówkach opiekuńczych. Zbadano postrzeganie choroby przez pacjentów, aby zidentyfikować podstawowe przekonania dotyczące nastroju, kontroli osobistej i spójności choroby, ponieważ mogą one wpływać na przestrzeganie zasad leczenia. Badano także subiektywne postrzeganie bólu, interakcje społeczne i obserwowalne zmienne związane z otoczeniem. Badaniem objęto losową próbę pacjentów umieszczonych w placówkach opiekuńczych w wieku 65. lat i starszych. Grupa leczona liczyła 17. pacjentów, a grupa kontrolna liczyła 14. pacjentów. U wszystkich pacjentów przeprowadzono Mini-Badanie Stanu Psychicznego, 15. punktową Skalę Depresji Geriatrycznej, Skalę Pozytywnych i Negatywnych Afektów, Uogólnione Zaburzenie Lękowe 7, Kwestionariusz Percepcji Choroby i Numeryczną Skalę Oceny Bólu. Przed i po leczeniu przeprowadzono wewnątrzgrupową i międzygrupową analizę danych. Przez 10. tygodni pacjenci uczestniczyli w indywidualnych 30. minutowych sesjach. Opracowano metodologię obserwacyjną w celu rejestrowania werbalnych i niewerbalnych interakcji pomiędzy osobami starszymi, psem i przewodnikiem psa. W grupie leczonej stwierdzono dużą wielkość efektu oraz statystycznie istotny spadek wyników w 15. punktowej Skali Depresji Geriatrycznej. Nie wykryto żadnych znaczących różnic w Skali Uogólnionego

Zaburzenia Lękowego 7, Skali Pozytywnych i Negatywnych Afektów oraz Numerycznej Skali Oceny Bólu. Jednakże Harmonogram Pozytywnych i Negatywnych Afektów oraz Numeryczna Skala Oceny Bólu wykazały umiarkowany spadek. Oś czasu Kwestionariusza Percepcji Choroby (ostra/przewlekła) i podskale kontroli leczenia wykazały klinicznie istotną, dużą wielkość efektu. Autorzy uważają, że terapia z udziałem psa jest skuteczna w zmniejszaniu objawów depresji u osób starszych przebywających w placówkach opiekuńczych, a wzrost liczby interakcji werbalnych z przewodnikami w trakcie badania sugeruje, że pies ułatwia interakcje społeczne, wywołując pozytywne reakcje emocjonalne [15].

### **Dogoterapia a kynofobia**

Szacuje się, że różnego rodzaju zaburzenia lękowe dotyczą około 20% społeczeństwa, zarówno dzieci, jak i dorosłych. Jedną z nich jest kynofobia, inaczej dogofobia, cynophobia - zaburzenie polegające na odczuwaniu ogromnego lęku przed żywymi, obcymi psami, a nawet przed obejrzeniem filmu z ich udziałem. Ten rodzaj fobii należy do kategorii fobii prostych (izolowanych, swoistych i specyficznych), które powstają przede wszystkim w wieku rozwojowym. Terapię kynofobii, tak jak i innych fobii specyficznych, rozpoczyna się od psychoterapii. Jedną ze szkół zakłada jej prowadzenie w nurcie poznawczo-behawioralnym, który zmienia negatywne postrzeganie danego bodźca zewnętrznego na neutralne lub pozytywne. Polega między innymi na wdrożeniu ekspozycji na stresogenny czynnik, w tym przypadku: widok psa, kontakt z psem terapeutycznym (dogoterapia) oraz ćwiczenia praktyczne z udziałem psa. Ekspozycję przeprowadza się stopniowo, metodą małych kroczków, zaczynając od wyobrażeń psa (ekspozycja wyobrazeniowa), a kończąc na kontakcie z nim (ekspozycja in vivo) [16-17].

### **Dogoterapia a stres pourazowy (PTSD)**

Terapia z psem jest fundamentalnym narzędziem wsparcia dla weteranów z zespołem stresu pourazowego (PTSD - *Post-traumatic stress disorder*). Psy stwarzają bowiem bezpieczne środowisko, umożliwiające stopniowe otwieranie się na świat. Ich obecność sprzyja budowaniu zaufania, co skutecznie łagodzi objawy stresu, wspomaga proces gojenia psychicznego, przyczynia się do stopniowego przezwyciężania traumy i poprawy zdolności do nawiązywania relacji.

O'Haire i Rodriguez [20] przeprowadzili nierandomizowane badanie skuteczności z udziałem 141. żołnierzy i weteranów wojennych cierpiących na zespół stresu pourazowego (PTSD), aby porównać zwykłą opiekę (n = 66) z opieką z wyszkolonym psem asystującym (n = 75). Głównym rezultatem była zmiana podłużna na liście kontrolnej PTSD (PCL- *The PTSD Checklist*). Oceniano także różnice w depresji, jakości życia oraz funkcjonowaniu

społecznym i zawodowym badanych. Analiza modeli mieszanych wykazała klinicznie istotne zmniejszenie objawów PTSD w porównaniu z wartością wyjściową po przyjęciu psa przewodnika, a nie stwierdzono tego w przypadku korzystania wyłącznie ze zwykłej opieki. Choć miało to znaczenie kliniczne, średnie zmniejszenie nie było poniżej wartości granicznej diagnostycznej na PCL. Analizy regresji ujawniły istotne różnice o średniej i dużej wielkości efektu wśród osób posiadających psy asystujące w porównaniu z osobami na liście oczekujących, w tym mniejszą depresję, wyższą jakość życia i lepsze funkcjonowanie społeczne. Nie stwierdzono różnic w statusie zatrudnienia, natomiast wśród osób zatrudnionych odnotowano mniejszą absencję ze względu na stan zdrowia. Autorzy są przekonani, że włączenie wyszkolonych psów służbowych do zwykłej opieki może spowodować klinicznie znaczącą poprawę w zakresie symptomów PTSD u żołnierzy i weteranów cierpiących na PTSD [20].

Sherman i wsp. [21] podłużnym badaniem metodą mieszaną analizowali skuteczność psów asystujących Operacji K9 wśród szesnastu weteranów z zespołem stresu pourazowego, a w szczególności ich wpływ na skłonności samobójcze, zespół stresu pourazowego, depresję i stany lękowe od wartości początkowej do 12. miesiący po współpracy z psami. Pomiarzy zgłaszane przez samych pacjentów przeprowadzono przed otrzymaniem psa (wartość wyjściowa) oraz w trzech punktach czasowych (3, 6 i 12 miesięcy) po współpracy z psami. Do oceny ciężkości każdego przypadku PTSD wykorzystano skalę PTSD administrowaną przez DSM-5. Weterani uczestniczyli w częściowo ustrukturyzowanym wywiadzie 3. miesiące po współpracy z psami. Chociaż nastąpił spadek odsetka weteranów zgłaszających jakiegokolwiek próby samobójstwa, nie było znaczących różnic w zgłaszaniu tych prób pomiędzy badanymi punktami czasowymi. Wykazano istotny wpływ czasu na objawy PTSD, depresji i lęku. Z jakościowej analizy danych wyłoniły się trzy główne tematy: zmiana życia, stały towarzysz i zaangażowanie społeczne. Dane jakościowe sugerują, że psy asystujące mogą mieć pozytywny wpływ na ważne obszary życia codziennego i wspierać weteranów w osiągnięciu niektórych warunków zdrowotnych, w tym dostępu do usług, transportu, edukacji, zatrudnienia oraz rozwoju nowych i różnorodnych powiązań społecznych i społecznych. Współpraca z psami była kluczem do poprawy zdrowia i dobrego samopoczucia. Badanie to ilustruje siłę relacji człowiek-zwierzę i kładzie nacisk na potrzebę poważnego traktowania ich i tworzenia wspierającego, zdrowego środowiska dla weteranów cierpiących na zespół stresu pourazowego (PTSD) [21].

Celem badania Hansena i wsp. [22] była ocena skuteczności dwóch wyspecjalizowanych australijskich programów dla psów asystujących cierpiących na zespół stresu poura-

zowego (PTSD) w ograniczaniu objawów zespołu stresu pourazowego i zdrowia psychicznego w okresie jednego roku. Łącznie przebadano 44. uczestników, którym towarzyszył pies asystujący. Stosując analizę zamiaru leczenia, w porównaniu ze miarami wyjściowymi, wszystkie wyniki w zakresie zdrowia psychicznego wykazały statystycznie istotne zmniejszenie wyników po 3. miesiącach obserwacji i utrzymywały się po 6. i 12. miesiącach obserwacji. Porównując wynik wyjściowy z okresem obserwacji trwającym 3. miesiące, wielkość efektu ( $d$  Cohena) była najsilniejsza w przypadku stresu ( $d = 0,993$ ), a następnie PTSD ( $d = 0,892$ ) i lęku ( $d = 0,837$ ). Analizy przeprowadzone wśród osób, które również wypełniły ocenę wyjściową z listy oczekujących na psa ( $n = 23$ ), wykazały niewielką redukcję stresu i depresji przed jego przyjęciem psa. Jednakże, porównując wartość wyjściową listy oczekujących z 3. miesięcznym okresem obserwacji, zaobserwowano w tym ostatnim większe redukcje we wszystkich miernikach zdrowia psychicznego [22].

Abraham i wsp. [23] w pilotażowym, randomizowanym badaniu kontrolnym badali wpływ uzupełniającego, krótkoterminowego programu szkolenia psów asystujących (SDTP) dla członków służby objętych ambulatoryjnym leczeniem zespołu stresu pourazowego. Dwudziestu dziewięciu ochotników zostało losowo przydzielonych do SDTP ( $n = 12$ ) lub listy oczekujących ( $n = 17$ ). Do oceny po leczeniu dostępnych było 20. uczestników. Protokół SDTP składał się z sześciu ustrukturyzowanych, godzinnych sesji z trenerem psów, prowadzonych przez dwa tygodnie, a których celem było wyszkolenie psa asystującego, aby pomagał innemu weteranowi. Uczestnicy badania wypełniali kwestionariusze dotyczące objawów (PTSD, bezsenność, stres, depresja, stany lękowe), a grupa SDTP wypełniła także wywiad ilościowy po interwencji. Większość rozmiarów efektu wykazała umiarkowane zmniejszenie objawów, zarówno pomiędzy grupami, jak i w grupie SDTP. Efekty międzygrupowe były najsilniejsze w przypadku natrętnych myśli ( $g$  Hedge'a =  $-0,66$ ; 95% CI:  $-1,72$ ;  $0,23$ ) i ogólnych objawów PTSD ( $g = -0,45$ ; 95% CI:  $-1,47$ ;  $0,45$ ); efekty w grupie SDTP były najsilniejsze w przypadku stresu ( $d = -1,31$ , 95% CI:  $-2,17$ ,  $-0,42$ ), natrętnych myśli ( $d = -0,78$ , 95% CI:  $-1,55$ ,  $0,01$ ) i nadmiernej czujności ( $d = -0,77$ , 95% CI:  $-1,48$ ,  $-0,04$ ). Analizy jakościowe wykazały, że uczestnicy uznali SDTP za wyzwanie korzystne w wielu aspektach życia osobistego i społecznego [23].

McLaughlin i Hamilton [24] badali doświadczenia grupy byłych członków australijskiej armii cierpiących na zespół stresu pourazowego (PTSD), którzy współpracowali z psem służbowym. Starali się zrozumieć wpływ psa asystującego na radzenie sobie z objawami PTSD i uczestnictwo w ważnych codziennych zajęciach. Siedmiu uczestników, którym towarzyszył pies asystujący, zostało zwerbowanych z organizacji wsparcia dla weteranów.

Przeprowadzono dwie częściowo ustrukturyzowane sesje grup fokusowych, które zostały nagrane w formie audio i dosłownie przepisane. Transkrypcje sesji grup fokusowych i notatki terenowe badaczy zostały przeanalizowane niezależnie przez dwóch badaczy, stosując podejście indukcyjne w celu wygenerowania kodów i tematów. Tematy, które wyłoniły się z danych to: izolacja, bezpieczeństwo, ratunek, ponowne połączenie i wyzwania. Weterani biorący udział w tym badaniu poinformowali, że partnerstwo z psem asystującym pomogło im poczuć się bezpiecznie, opanować objawy i skutki PTSD, a to skutkowało poprawą jakości snu, regulacją emocjonalną, zmniejszeniem lęku, lepszym kontrolowaniem gniewu i ograniczeniem nadużywania alkoholu i leków na receptę oraz myśli samobójcze. Zmiany te doprowadziły do poprawy relacji i zwiększonego udziału w znaczących codziennych zajęciach [24].

### **Dogoterapia a schizofrenia**

U pacjentów z rozpoznaną schizofrenią, za Cirulli i wsp. [25], kontakty z psami poprawiały reakcje emocjonalne [25]. Ważne jest jednak by terapia z udziałem zwierząt była prowadzona po ustąpieniu ostrej fazy chorobowej [26].

Istotny jest fakt, że pozytywne efekty zdecydowanie przewyższają te uzyskiwane w tradycyjnym procesie terapeutycznym (bez udziału zwierząt) oraz to, że nie są chwilowe, bowiem wykazano utrzymywanie się poprawy stanu pacjentów, nawet po pół roku od zakończenia serii zajęć terapeutycznych ze zwierzętami [27,28].

Także Chen i wp. [29] podkreślają, że terapia wspomagana przez zwierzęta (AAT - *Animal-assisted therapy*) może poprawić objawy, negatywne emocje i poziom dobrostanu u osób starszych, a także u pacjentów z chorobami psychicznymi. Jednakże dowody potwierdzające skuteczność leczenia AAT u osób dorosłych chorych na schizofrenię w średnim i starszym wieku są ograniczone. W związku z tym przeprowadzili randomizowaną, kontrolowaną próbę, aby ocenić skuteczność 12. tygodniowej interwencji psychologicznej AAT z udziałem psa u pacjentów w średnim i starszym wieku chorych na przewlekłą schizofrenię w warunkach klinicznych. Pacjenci w wieku  $\geq 40$  lat chorzy na przewlekłą schizofrenię zostali losowo przydzieleni do grupy AAT lub grupy kontrolnej. Pacjenci w grupie AAT otrzymywali dodatkową godzinną sesję AAT co tydzień przez 12. tygodni. Pacjenci w grupie kontrolnej otrzymali zwykle leczenie plus godzinną interwencję niezwiązaną ze zwierzętami. Wszystkich pacjentów oceniano na podstawie głównych wskaźników wyniku przed i po 12. tygodniowej interwencji, w tym Skali Syndromu Pozytywnego i Negatywnego (PANSS - *the Positive and Negative Syndrome Scale*), Skali Oceny Stresu i Lęku Depresyjnego (DASS - *Depression Anxiety Stress Scales Assessment*) oraz Chińskiego

Inwentarza Szczęścia (CHI - *Chinese Happiness Inventory*). Pacjenci, którzy otrzymali AAT, odnotowali większą poprawę w wynikach podskali stresu PANSS i DASS niż grupa kontrolna ( $p < 0,05$ ). Efekt był niewielki (wskaźnik sukcesu różny, SRD = 0,25) dla podskali stresu PANSS i DASS (SRD = 0,15). Nie stwierdzono znaczących różnic w wynikach zmian CHI pomiędzy grupą AAT a grupą kontrolną ( $p = 0,461$ ). Autorzy uważają, że AAT wydaje się być skuteczna w zmniejszaniu objawów psychicznych i poziomu stresu u pacjentów w średnim i starszym wieku chorych na schizofrenię i można ją uznać za użyteczną terapię wspomagającą zwykłe programy leczenia [29].

Celem badania Shih i Yang [30] była ocena skuteczności AAT (*Animal-assisted therapy*) w poprawie interakcji społecznych i jakości życia pacjentów chorych na przewlekłą schizofrenię w czasie pandemii COVID-19 (*Coronavirus disease*). Przeprowadzono badanie eksperymentalne, w którym wykorzystano sześć instytucji rehabilitacji psychiatrycznej na Tajwanie. Pacjenci tych placówek zostali losowo przydzieleni do grupy eksperymentalnej, która otrzymywała 60. minut AAT raz w tygodniu przez 12. tygodni, lub grupy kontrolnej, która brała udział w rutynowych grupach dyskusyjnych i oglądała krótkie filmy o zwierzętach. Dokonano porównań między obiema grupami przed i po interwencji w zakresie funkcji społecznych, funkcji adaptacyjnych i jakości życia. Dane zbierano przed interwencją (T1), bezpośrednio po interwencji (T2) i 3 miesiące po interwencji (T3). Porównanie grup wykazało, że funkcjonowanie społeczne w grupie eksperymentalnej było istotnie wyższe w T2 niż w grupie kontrolnej. Nie zaobserwowano jednak oznak poprawy w zakresie społecznych funkcji adaptacyjnych w grupie eksperymentalnej, ale grupa eksperymentalna charakteryzowała się istotnie wyższą jakością życia, niż grupa kontrolna w T2 i T3. Potwierdzono, że AAT poprawiło funkcjonowanie społeczne i jakość życia pacjentów chorych na przewlekłą schizofrenię. Wpływ na jakość życia utrzymywał się niestety jedynie do 3. miesiący po interwencji [30].

Calvo i wsp. [31] oceniali wpływ programu AAT (*Animal-assisted therapy*) jako dodatku do konwencjonalnego 6. miesięcznego programu rehabilitacji psychospołecznej dla osób chorych na schizofrenię. Autorzy postawili hipotezę, że włączenie AAT do rehabilitacji psychospołecznej pozytywnie wpłynie na wpływ całego programu na symptomologię i jakość życia oraz że AAT będzie pozytywnym doświadczeniem dla pacjentów. Aby przetestować te hipotezy, porównali wyniki przed programem z wynikami po programie w zakresie Skali Syndromu Pozytywnego i Negatywnego (PANSS - *the Positive and Negative Syndrome Scale*) oraz kwestionariusza wymiarów EuroQoL-5 (*EuroQol-5D - EuroQoL-5 dimensions questionnaire*), przed sesją z posesyjnym stężeniem kortyzolu w ślinie i alfa- amylazy w ciągu

ostatnich czterech sesji AAT oraz wskaźniki przestrzegania różnych elementów programu. Autorzy przeprowadzili randomizowane, kontrolowane badanie w ośrodku psychiatrycznym w Hiszpanii. Dwudziestu dwóch pacjentów hospitalizowanych z przewlekłą schizofrenią ukończyło 6. miesięczny program rehabilitacyjny, który obejmował psychoterapię indywidualną, terapię grupową, program funkcjonalny (mający na celu poprawę codziennego funkcjonowania), program środowiskowy (mający na celu ułatwienie reintegracji społecznej) oraz program rodzinny. Każdy członek grupy kontrolnej (n=8) uczestniczył w jednym działaniu z zakresu zajęć terapeutycznych wchodzących w skład programu funkcjonalnego. Zamiast tego programu funkcjonalnego grupa leczona AAT (n=14) uczestniczyła w 1. godzinnych sesjach AAT dwa razy w tygodniu. Wszyscy uczestnicy otrzymali taką samą tygodniową całkowitą liczbę godzin rehabilitacji. Pod koniec programu obie grupy (kontrolna i terapia AAT) wykazały znaczną poprawę w zakresie symptomatologii pozytywnej i ogólnej, mierzonej za pomocą PANSS, ale tylko grupa leczona AAT wykazała znaczącą poprawę w zakresie symptomatologii negatywnej. Przestrzeganie zasad leczenia AAT było znacznie wyższe niż ogólne przestrzeganie działań w zakresie rehabilitacji funkcjonalnej w grupie kontrolnej. Poziom kortyzolu uległ znacznemu obniżeniu po wzięciu udziału w sesji AAT, co może wskazywać, że interakcja z psami terapeutycznymi zmniejszała stres. Wyniki badania sugerują, że AAT można uznać za przydatne uzupełnienie konwencjonalnej rehabilitacji psychospołecznej dla osób chorych na schizofrenię [31].

Kalsnes Tyssedal i wsp. [32] dokonali systematycznego przeglądu opracowanego zgodnie z PRISMA (*Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses*) i zbadali wpływ ukierunkowanych oraz ustrukturyzowanych interwencji z udziałem psa jako leczenia uzupełniającego. Do badania włączyli badania randomizowane i nierandomizowane. Systematyczne poszukiwania przeprowadzili w APA PsycInfo, AMED, CENTRAL, Cinahl, Embase, Medline, Web of Science oraz w kilku źródłach obejmujących „szarą” (niepublikowaną) literaturę. Ponadto przeprowadzili wyszukiwanie cytowań w przód i w tył. Przeprowadzono syntezę narracyjną. Jakość dowodów i ryzyko stronniczości oceniano zgodnie z kryteriami GRADE (*The Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation*) i RoB2/ROBINS-I (*Risk Of Bias In Non-randomised Studies - of Interventions*). Dwanaście publikacji z 11. różnych badań spełniło kryteria kwalifikacyjne. Ogólnie rzecz biorąc, badania wykazały rozbieżne wyniki. Ogólna psychopatologia, pozytywne i negatywne objawy psychozy, lęk, stres, samoocena, samostanowienie, siła dolnych partii ciała, funkcje społeczne i jakość życia znalazły się wśród wskaźników, w przypadku których stwierdzono znaczną poprawę. Autorzy podają, że uwzględnione badania wskazują, że



potencjalne skutki interwencji z udziałem psa u osób dorosłych ze zdiagnozowaną schizofrenią i zaburzeniami pokrewnymi są w większości korzystne [32].

### Dogoterapia w psychoterapii

Psychoterapia wspomagana przez zwierzęta to stosunkowo nowa i innowacyjna metoda leczenia, obecnie zapewniana wszystkim grupom wiekowym z różnymi problemami psychicznymi i behawioralnymi w różnych warunkach klinicznych.

Psychoterapeuci, za Prothmann i wsp. [33] zauważyli, że już sama obecność psa podczas sesji terapeutycznej może wzmacniać jej efekty zarówno u dorosłych, jak i u dzieci. Pacjenci chętniej i szybciej zaczęli opowiadać o swoich problemach, mówiąc później, że obecność psa zmotywowała ich do tego [33].

Celem badania Jones i wsp. [34] było określenie cech interwencji z udziałem psa, jej skutków oraz tolerancji psychoterapii w przypadku młodzieży z zaburzeniami zdrowia psychicznego. W przeglądzie systematycznym zidentyfikowano badania obejmujące wykorzystanie psów w leczeniu zdrowia psychicznego młodzieży w wieku 10–19 lat. Uwzględniono badania przedstawiające jakościowe lub ilościowe wyniki psychologiczne lub psychospołeczne. Przeanalizowano siedem badań. Charakterystyka interwencji była zróżnicowana, w tym zakres formatów, ustawień, lokalizacji, dawek i koordynatorów. Informacje na temat roli kłów podczas sesji były skąpe. Udział psa miał pozytywny wpływ na pierwotne diagnozy i symptomatologię, zapewniając dodatkowe korzyści standardowemu leczeniu zaburzeń internalizacyjnych, zespołu stresu pourazowego i równoważne skutki w przypadku zaburzeń lękowych, złości i zaburzeń eksternalizacyjnych. CAP (*Canine-Assisted Psychotherapy*) powiązano z pozytywnym wpływem na czynniki wtórne, w tym zwiększone zaangażowanie i zachowania socjalizacyjne oraz zmniejszenie zachowań zakłócających w trakcie sesji terapeutycznych. Poprawiło się także funkcjonowanie globalne. Nie było wystarczających dowodów na to, że CAP poprawia czynniki związane z samooceną, subiektywnym dobrostanem i radzeniem sobie. Wyniki sugerują, że CAP poprawia skuteczność leczenia zdrowia psychicznego w wybranych przez siebie populacjach nastolatków poprzez redukcję pierwotnych symptomatologii oraz poprzez czynniki wtórne, które poprawiają procesy i jakość terapii, takie jak zaangażowanie w psychoterapię i jej kontynuowanie [34].

McFalls-Steger i wsp. [35] oceniali AAP w leczeniu osób dorosłych z objawami depresyjnymi przy użyciu zmodyfikowanej wersji modułu kwestionariusza depresji pacjenta (mPHQ-9 - *the Patient Questionnaire Depression Module*). Dane wtórne uzyskali z ośrodka terapeutycznego specjalizującego się w AAP (*Animal-assisted psychotherapy*) w regionie

Denver Metro w Stanach Zjednoczonych. Dorośli uczestnicy w wieku 18. lat i starsi byli oceniani w momencie przyjęcia i po około 6. miesiącach leczenia. Test t dla prób zależnych wykazał, że AAP spowodował statystycznie istotne zmniejszenie objawów depresyjnych, ze zmodyfikowanymi wynikami PHQ-9 (mPHQ-9). Znaczenie zwierząt w decyzji uczestników o podjęciu terapii również znacząco wpłynęło na zmianę objawów depresji [35].

Künzi i wsp. [36] oceniali psychoterapeutyczną interwencję grupową opartą na uważności i współczuciu dla siebie (MSCBI - *Mindfulness- And Self-Compassion-Based Group Intervention*) z pomocą zwierząt i bez niej u pacjentów z nabytym uszkodzeniem mózgu. Pacjenci (N = 31) zostali losowo przydzieleni do 6. tygodniowej interwencji z pomocą zwierząt (n = 14) lub bez niej (n = 17). Okazało się, że niepokój psychiczny znacząco zmniejszył się w obu grupach od leczenia poprzedzającego do dalszego leczenia, bez różnicy między grupami. Pacjenci w grupie MSCBI ze zwierzętami zgłaszali znacząco większy wzrost poczucia bezpieczeństwa, akceptacji, pocieszenia, wdzięczności, motywacji i spokoju w porównaniu z pacjentami z grupy MSCBI bez pomocy zwierząt. Przestrzeganie sesji było znacznie wyższe w grupie MSCBI wspomaganą przez zwierzęta. Wyniki pokazują, że MSCBI z pomocą zwierząt, jak i bez jest skuteczna w zmniejszaniu stresu psychicznego u pacjentów z nabytym uszkodzeniem mózgu [36].

Hediger i wsp. [37] podkreślają, że psychoterapia wspomaganą przez zwierzęta cieszy się coraz większą popularnością i dużym zainteresowaniem nauki. Włączenie zwierząt do terapii ma na celu wygenerowanie wartości dodanej w zakresie zdrowia i dobrostanu ludzi, a także zwierząt innych niż ludzie. Jednakże psychoterapia wspomaganą przez zwierzęta rodzi problemy dotyczące standardów etycznych w środowisku terapeutycznym w ogóle, a w szczególności refleksji etycznych na temat obowiązków terapeutów i pacjentów wobec zwierząt terapeutycznych. Według dominującego poglądu w etyce zwierząt ich obowiązki moralne opierają się na trosce o dobrostan zwierząt. Jednak podejście to, zdaniem Hediger i wsp. [37] można uzupełnić spojrzeniem kontekstowym, które podkreśla moralne znaczenie poszczególnych relacji w psychoterapii wspomaganą przez zwierzęta. Pamiętać należy, że zwierzęta terapeutyczne nakładają na terapeutę obowiązki moralne, które wykraczają poza względy dobrostanu [37].

### PIŚMIENNICTWO

1. Barker S.B., Dawson K.S. The Effects of Animal-Assisted Therapy on Anxiety Ratings of Hospitalized Psychiatric Patients. *Psychiatric Services*. 1998, 49, 797–801.
2. Zisselman M.H., Rovner B.W., Shmueli Y., Ferrie P. A pet therapy intervention with

- geriatric psychiatry inpatients. *Am. J. Occup. Ther.* 1996, 50, 47–51.
3. Levine G.N., Allen K., Braun L.T. et al. Pet Ownership and cardiovascular risk: a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation* 2013, 127(23), 2352–2363.
  4. Cirulli F., Borgi M., Berry A., et al. Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health. *Annali dell' Istituto superiore di sanita.* 2011, 47, 341–348.
  5. Aoki J., Iwahashi K., Ishigooka J. et al.. Evaluation of cerebral activity in the prefrontal cortex in mood [affective] disorders during animal--assisted therapy (AAT) by near-infrared spectroscopy (NIRS): a pilot study. *Int. J. Psychiatry Clin. Pract.* 2012, 16, 205–213.
  6. Iwahashi K., Fukamauchi F., Aoki J. et al. A daycare program of animal assisted therapy for affective disorder patients during psychotropic drug therapy: evaluation of the relaxation effect by fNIRS (functional near-infrared spectroscopy). *Nihon Shinkei Seishin Yakurigaku Zasshi.* 2010, 30, 129–134.
  7. Narkiewicz O., Moryś J. *Neuroanatomia czynnościowa i kliniczna. Podręcznik dla studentów i lekarzy.* Warszawa 2003
  8. Berget B., Ekeberg O., Braastad B.O. Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. *Clin. Pract. Epidemiol. Ment. Health* 2008. 2008, 4, 1–7.
  9. Chrost S. Dogoterapia jako metoda wspomagania procesu rehabilitacji dzieci, *Rozprawy Społeczne* 2018, 12(3), 64-72.
  10. Filozof J. Dogoterapia? Co to jest? *Polskie Stowarzyszenie na rzecz osób z upośledzeniem umysłowym*, Jarosław, 2004.
  11. Vrbanac Z., Zecevic I., Ljubic M. et al. Animal assisted therapy and perception of loneliness in geriatric nursing home residents. *Coll. Antropol.* 2013, 37, 973–976.
  12. Marti R., Petignat M., Marcal V.L. et al. Effects of contact with a dog on prefrontal brain activity: A controlled trial, *PLOS Magazine*, 2022, 5, 17(10), e0274833.
  13. Girczys-Poędniok K., Pudło R., Szymłak A. i wsp. Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej, *Psychiatria* 2014, 11(3), 171–176.
  14. Friedman E., Krause-Parello C.A. Companion animals and human health: benefits, challenges, and the road ahead for human-animal interaction. *Rev Sci Tech.*, 2018, 37(1), 71-82.

15. Ambrosi C., Zaiontz C., Peragine G. et al. Randomized controlled study on the effectiveness of animal-assisted therapy on depression, anxiety, and illness perception in institutionalized elderly. *Psychogeriatrics*, 2019, 19(1), 55-64.
16. Koszewska I, Świącicki Ł., Nie bój się lęku, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2008.
17. Adamczyk K., Adamczyk D., Wójcik R. i wsp. Rzadkie fobie specyficzne-rodzaje i leczenie, *Varia Medica*, 2018, 2(5), 423-429.
18. Bąk N. Strach przed psami (kynofobia). Skąd się bierze i czy można ją wyleczyć?, <https://fera.pl/strach-przed-psami-kynofobia-.skad-sie-bierze-i-czy-mozna-ja-wyleczyc.html>, data pobrania 19.08.2024.
19. Owczarek K. Lęk przed psami. Czy można się z tego wyleczyć?, <https://www.psy.pl/lek-przed-psami/>, data pobrania 19.08.2024.
20. O’Haire M.E., Rodriguez K.R. Preliminary Efficacy of Service Dogs as a Complementary Treatment for Posttraumatic Stress Disorder in Military Members and Veterans. *J Consul Clin Psychol*, 2018, 86(2), 179-188.
21. Sherman M., Hutchinson A.D., Bowen H. et al. Effectiveness of Operation K9 Assistance Dogs on Suicidality in Australian Veterans with PTSD: A 12-Month Mixed-Methods Follow-Up Study. *Int J Environ Res Public Health*, 2023, 17, 20(4) 3607.
22. Hansen C., Iannos M., Van Hoof M. Assistance dogs help reduce mental health symptoms among Australian Defence Force veterans and emergency services personnel: A pilot study. *Psychiatry Res.*, 2023, 324, 115212.
23. Abraham P.A., Kazman J.B., Bonner J.A. et al. Effects of training service dogs on service members with PTSD: A pilot-feasibility randomized study with mixed methods. *Mil Psychol.* 2021, 19, 34(2), 187-196.
24. McLaughlin K., Hamilton A.L. Exploring the influence of service dogs on participation in daily occupations by veterans with PTSD: A pilot study. *Aust Occup Ther J.*, 2019, 66(5), 648-655.
25. Cirulli F., Borgi M., Berry A., Francia N., Alleva E. Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health. *Annali dell’ Istituto superiore di sanita.* 2011, 47, 341–348.
26. Cerino S., Cirulli F., Chiarotti F., Seripa S. Non conventional psychiatric rehabilitation in schizophrenia using therapeutic riding: the FISE multicentre Pindar project. *Annali dell’ Istituto superiore di sanita* 2011, 47, 409–414.
27. Berget B., Braastad B.O. Animal-assisted therapy with farm animals for persons with

- psychiatric disorders. *Annali dell' Istituto superiore di sanita*. 2011, 47, 384–390.
28. Barker S.B., Dawson K.S. The Effects of Animal-Assisted Therapy on Anxiety Ratings of Hospitalized Psychiatric Patients. *Psychiatric Services*. 1998, 49, 797–801.
  29. Chen T.T., Hsieh T.L., Chen M.L. Animal-Assisted Therapy in Middle-Aged and Older Patients With Schizophrenia: A Randomized Controlled Trial., *Front Psychiatry*, 2021, 3, 12, 713623.
  30. Shih Ch.A., Yang M.H. Effect of Animal-Assisted Therapy (AAT) on Social Interaction and Quality of Life in Patients with Schizophrenia during the COVID-19 Pandemic: An Experimental Study. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*, 2023, 17(1), 37-43.
  31. Calvo P., Fortuny J.R., Guzmán S. et al. Animal Assisted Therapy (AAT) Program As a Useful Adjunct to Conventional Psychosocial Rehabilitation for Patients with Schizophrenia: Results of a Small-scale Randomized Controlled Trial. *Front Psychol*. 2016, 6,7, 631.
  32. Kalsnes Tyssedal M., Johnsne E., Brønstad A. et al. Dog-assisted interventions for adults diagnosed with schizophrenia and related disorders: a systematic review, 2023, 23, 14, 1192075.
  33. Prothmann A., Bienert M., Ettrich C.: Dogs in child psychotherapy: effects on state of mind. *Anthrozoos*, 2006, 19(3), 265-277.
  34. Jones M., Rice S.M., Cotton S.M. Incorporating animal-assisted therapy in mental health treatments for adolescents: A systematic review of canine assisted psychotherapy, 2019, 17, 14(1), e0210761.
  35. McFalls-Steger Ch., Zottarelli L., Patterson D. Animal-assisted psychotherapy in treatment of adults with depressive symptoms: A retrospective quasi-experimental study. *Human-Animal Interactions*, 2024, 12(1), 1-7.
  36. Künzi P. Ackert M., Holtforth M. et al. Effects of animal-assisted psychotherapy incorporating mindfulness and self-compassion in neurorehabilitation: a randomized controlled feasibility trial. *Scientific Reports*, 2022, 12, 10898 (2022).
  37. Hediger K., Grimm H., Aigner A. Ethics of animal-assisted psychotherapy [in:] *The Oxford handbook of psychotherapy ethics*, Trachsel M., Gaab J., Biller-Andorno N. (Eds.) & Ş. Tekin & J. Z. Sadler (Ed.). Oxford University Press, 2021: pp. 904–916.

**DOGOTERAPIA A CHOROBY  
UKŁADU SERCOWO-NACZYNIOWEGO**

*Z punktu widzenia psychologii zwierząt i ludzi jest niezmiernie pouczające,  
a nieraz i zabawne,  
studiowanie harmonijnego dostrajania się pana i psa*

*Konrad Lorenz*

W literaturze fachowej [1-4] udowodniono, że liska relacja ze zwierzęciem zmniejsza ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego, na przykład choroby wieńcowej, oraz zwiększa szansę przeżycia zawału serca.

Wśród właścicieli psów, za Lentino i wsp. [5] nikotynizm jest zjawiskiem rzadszym niż w populacji ogólnej [5].

Milberger i wsp. [6] wykazali, iż 28% osób posiadających psa w domu i związanych z nim emocjonalnie, twierdziło iż mają większą motywację do rzucenia palenia.

Wykazano także związek pomiędzy posiadaniem zwierzęcia domowego a występowaniem korzystniejszego profilu lipidowego — niższych stężeń triglicerydów i cholesterolu całkowitego w surowicy krwi [7] oraz niższym ciśnieniem tętniczym [8].

Allen i wsp. [9] sprawdzali, jak obecność zaprzyjaźnionego psa wpływa na pacjentów z nadciśnieniem. Pacjenci byli poddawani stresującej sytuacji i podzieleni na grupy - jedna miała podawany lek Lisinoprilum, natomiast druga grupa oprócz leku miała możliwość kontaktu z zaprzyjaźnionym psem. Wszyscy pacjenci mieli mierzone ciśnienie tętnicze przed i po zadziałaniu stresora. Wyniki wskazywały, iż podany lek obniżał ciśnienie wszystkich pacjentów, jednak ci mający kontakt z psem, mieli po zadziałaniu stresora niższe ciśnienie krwi. Zdaniem autorów, jest to dowód na to, iż kontakt z psem obniżył reakcję organizmu na stres i spowodował, iż ciśnienie pacjentów osiągało niższe wartości [9].

W roku 2002 roku Allen i wsp. [10] wykonali badania potwierdzające iż właściciele psów mają niższe tętno i ciśnienie w stosunku do osób nie posiadających psa w domu.

Z kolei Herrald i wsp. [11] poddali badaniu pacjentów w trakcie 12. tygodniowej ambulatoryjnej rehabilitacji kardiologicznej po incydentach sercowo-naczyniowych. Osoby, które posiadały w domu psa, częściej uczestniczyły w całym cyklu rehabilitacji (96,5%) niż osoby nie posiadające czworonoga w domu (79,2%). Autorzy uważają, iż może to wynikać jednak z wielu różnych czynników, nie jedynie faktu posiadania psa w domu, np. być zależne od wsparcia rodziny, nastawienia do zwierząt, czy sytuacji socjo-ekonomicznej pacjenta [11].

Mubanga i wsp. [12] także podkreślają, że psy mogą korzystnie wpływać na zmniejszenie ryzyka chorób układu krążenia u ich właścicieli, zapewniając wsparcie społeczne i motywację do aktywności fizycznej. Celem badań autorów była ocena związku posiadania psa z występowaniem chorób układu krążenia (CVD) i śmiercią w prospektywnej ogólnokrajowej kohorcie opartej na rejestrach ( $n = 3\,432\,153$ ) z okresem obserwacji trwającym do 12 lat. Zgłoszone przez siebie nawyki zdrowotne i styl życia były dostępne dla 34 202 uczestników Szwedzkiego Rejestru Bliźniąt. Do obliczenia współczynników ryzyka (HR) z 95% przedziałami ufności (CI) wykorzystano analizy czasu do zdarzenia z aktualizowanymi w czasie współzmiennymi. W gospodarstwach jedno- i wieloosobowych posiadanie psa (13,1%) wiązało się z niższym ryzykiem śmierci, HR odpowiednio 0,67 (95% CI, 0,65-0,69) i 0,89 (0,87-0,91) i śmierć z powodu CVD, HR odpowiednio 0,64 (0,59-0,70) i 0,85 (0,81-0,90). W jednoosobowych gospodarstwach domowych posiadanie psa było odwrotnie powiązane z wynikami sercowo-naczyniowymi (kompozyt HR CVD 0,92, 95% CI, 0,89-0,94). Posiadanie psów ras myśliwskich wiązało się z najniższym ryzykiem chorób układu krążenia. Dalsza analiza w Rejestrze Bliźniąt nie pozwoliła na odtworzenie zmniejszonego ryzyka chorób sercowo-naczyniowych lub zgonu, ale również nie wykazała czynników zakłócających ze względu na niepełnosprawność, choroby współistniejące lub czynniki związane ze stylem życia. Autorzy uważają, wyniki te świadczą, że posiadanie psa wiąże się z niższym ryzykiem chorób układu krążenia w jednoosobowych gospodarstwach domowych i niższą śmiertelnością w populacji ogólnej [12].

Właściciele zwierząt więcej czasu poświęcali na aktywność fizyczną, ale pamiętać trzeba za Janiszewski [13], że „dla niektórych lepszym rozwiązaniem będzie pies bardziej aktywny, potrzebujący większej dawki ruchu i zabawy, dla innych typowy kanapowiec. Seniorzy powinni wybrać shih-tzu, bolończyka, maltańczyka, cavaliera, mopsa, pudła, szpica miniaturowego, cocker spaniela czy yorkshire teriera. Z kolei dla osób młodszych i aktywnych zalecane są takie rasy jak chart, wyżeł, alaskan malamut, border collie, doberman, owczarek niemiecki, jack russell terier czy springer spaniel angielski. Psy kanapowe jak buldogi, pudle czy maltańczyki potrzebują spaceru o długości od 3 do ok. 8 km. Mniejsze teriery np. border collie czy szkocki terier od ok. 5 do 8 km. Duże teriery i rasy użytkowe jak bokserzy, doberman, dogi niemieckie czy rottweilery od 8 do 16 km. Psy pasterskie (owczarki i collie) minimum 12-16 km. Psy sportowe jak np. wyżeł, alaskan malamut, spaniel czy syberyjski husky co najmniej 16-20 km. Natomiast psy gończe (charty czy afgańczyki) minimum 20 do 25 km” [13].

**PIŚMIENNICTWO**

1. Friedmann E., Katcher A.H., Lynch J.J., Thomas S.A. Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public health reports.* 1980, 95,307–312.
2. Debicki D., Anderson J. Pet ownership may be a factor in improved health of the elderly. *J Nutr Elder* 1996, 15, 15–31.
3. Anderson W., Reid C., Jennings G. Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease. *Med. J. Aust.* 1992, 157, 298–301.
4. Friedmann E., Thomas S. Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *Am. J. Cardiol.* 1995, 76, 1213–1217.
5. Lentino C., Visek A., McDonnell K., DiPietro L. Dog walking is associated with a favorable risk profile independent of moderate to high volume of physical activity. *J. Phys. Act. Health* 2012, 9, 414–420
6. Milberger S., Davis R., Holm A.: Pet owners' attitudes and behaviours related to smoking and second-hand smoke: a pilot study. *Tob. Contr.*, 2009, 18(2), 156-158.
7. Debicki D., Anderson J. Pet ownership may be a factor in improved health of the elderly. *J Nutr Elder* 1996, 15, 15–31.
8. Allen K. Dog ownership and control of borderline hypertension: a controlled randomized trial. 22nd Annual Scientific Session of the Society of Behavioral Medicine; Seattle, WA 2001.
9. Allen K., Shykoff B., Izzo J.: Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 2001, 38, 815- 820.
10. Allen K., Blascovich J., Mendes W.: Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosom. Med.*, 2002, 64, 727-739.
11. Herrald M., Tomaka J., Medina A.: Pet Ownership Predicts Adherence to Cardiovascular Rehabilitation. *J. App. Soc. Psych.*, 2002, 32(6), 1107-1123.
12. Mubanga M., Byberg L., Nowak CH. Et al. Dog Ownership and the Risk of Cardiovascular Disease and Death – A Nationwide Cohort Study. *Sci Rep.*, 2017, *Sci Rep*, 17, 7(1), 15821.
13. <https://forumkardiologiczne.pl/artykul/dogoterapia-dla-serca-czy-posiadanie-psa-moze-poprawiac-zdrowie/30011>, data pobrania 19.08.2024.



## **DOGOTERAPIA W NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI, FIZJOTERPII/REHABILITACJI**

*Pies może nauczyć małego chłopca wierności, wytrwałości  
oraz tego, żeby przed snem zakręcić się trzy razy w miejscu*

*Robert Benchley*

Dzieci dotknięte niepełnosprawnością, mają różne deficyty, zarówno rozwojowe, jak i intelektualne, a często wiąże się to z brakiem akceptacji. Pies jest dla dziecka nie tylko terapeutą, ale często najbliższym przyjacielem i powiernikiem. Korzyści płynące z dogoterapii mają najczęściej podłoże emocjonalne [1].

Udział psa w kontakcie z niepełnosprawnym dzieckiem jest znaczący, bowiem wywołuje radość, wzbudza pozytywne emocje, rozwija kontakty i interakcje społeczne, ułatwia przejść przez proces choroby i niepełnosprawności, zmniejsza depresję i osamotnienie dziecka, a także stymuluje ruchy, rozwija motorykę i wzmacnia aktywność, motywuje do samodzielności. We wspomaganie terapii niepełnosprawnego dziecka stosuje się następujące formy ćwiczeń [2]:

- apercypcyjne - rozwijające wyobraźnię,
- kształtujące orientację przestrzenną,
- rozwijające samodzielność,
- rozwijające sprawność ruchową,
- rozwijające spostrzegawczość i myślenie logiczne.

Włączenie dogoterapii w usprawnianie dzieci jest zgodne z holistycznym podejściem rehabilitantów do pacjenta. W zajęciach z udziałem psa dominuje czynnik emocjonalny, który jest istotnym elementem rehabilitacji, decydującym o skuteczności podejmowanych konkretnych działań. Zwierzęta generalnie odwracają uwagę chorych i często niepełnosprawnych motorycznie dzieci od trudu ćwiczeń, przynoszą im radość, przez co ćwiczenia sprawnościowe wykonywane są chętniej. Taka atmosfera zajęć sprawia, że dzieci łatwiej pokonuje barierę stresu, lęku, wstydu czy braku pewności siebie, przez co łatwiej jest im przezwyciężyć ograniczenia ruchowe [1,2].

Dotychczas nie wynaleziono jeszcze sprzętu rehabilitacyjnego mogącego wywierać tak zróżnicowane i zarazem kompleksowe działanie na pacjentów w różnym wieku, zwłaszcza dzieci, równocześnie zachęcając ich do wykonywania ćwiczeń i powodując, że stają się one przyjemnością. Chętna współpraca z terapeutą przesądza nieraz o pozytywnym wyniku

rehabilitacji, a pies jako terapeuta posiada szeroki zakres kompetencji w usprawnianiu i wspomaganiu rehabilitacji [1,2].

Indrieś i Baloch [3] starały się przedstawić metodę terapii z udziałem zwierząt dla grupy 3-6-letnich przedszkolaków. Wstępne badania metodologiczne miały na celu z jednej strony opracowanie zajęć z udziałem zwierząt, a z drugiej strony aspektów zajęć – pokazów ćwiczeń. Celem było przedstawienie korzyści, jakie terapia z udziałem psa ma na rozwój umiejętności motorycznych. Autorki założyły, że dzięki terapii z udziałem psa można uzyskać istotne rezultaty z punktu widzenia ogólnych umiejętności motorycznych dzieci niepełnosprawnych. W tym celu przeprowadziły badania mające podkreślić wpływ psa terapeutycznego na dzieci podczas treningu, w tym zajęć regeneracyjnych. Inspirację czerpały także z własnych doświadczeń z psem terapeutycznym Westem. Zajęcia odbywały się w grupie przedszkolnej liczącej od 6 do 10 osób. Autorki stwierdziły, że dzieci wykazywały poprawę w zachowaniu, w obecności psa były bardziej zmotywowane do aktywności i wzrosło także ich zainteresowanie wykonywanymi czynnościami [3].

Zdaniem Machoś-Nikodem [4] cele terapii z udziałem psa u osób niepełnosprawnych obejmują:

- motywacja do ćwiczeń
- obniżenie lęku
- podnoszenie poziomu pewności siebie
- rozwijanie:
  - chęci brania udziału w zajęciach z grupą
  - funkcji motorycznych
  - interakcji z innymi uczestnikami zajęć
  - interakcji z personelem (nauczycielami, terapeutami)
  - pamięci krótko- i długoterminowej
  - poczucia równowagi
  - pojęć, takich jak wielkość, kolor, kształt, ilość
  - słownictwa
  - umiejętności poruszania się na wózku
  - umiejętności skupiania uwagi
  - umiejętności wypoczynku/relaksacji
  - werbalnego porozumiewania się członków grupy
- zmniejszenie poczucia samotności

- zwiększenie zasobu słownictwa

Pawlik-Popielarska [5] za cele terapii z udziałem psa u osób niepełnosprawnych uznała:

- integrowanie środowiska rodzinnego z osobą uczestniczącą w zajęciach
- kształtowanie charakteru poprzez podjęcie odpowiedzialności za innych uczestników zajęć oraz za psa
- nawiązywanie naturalnej więzi ze światem
- obniżenie napięcia mięśniowego
- poprawa funkcjonowania emocjonalno-uczuciowego
- poszerzenie zdolności werbalnych i korygowanie wad wymowy
- rozwijanie umiejętności społecznych
- stwarzanie okazji do zabawy
- stymulacja rozwoju umysłowego
- stymulowanie sprawności motorycznej
- umożliwienie kontaktu ze zwierzęciem i innymi uczestnikami zajęć
- wzmocnienie poczucia własnej wartości
- zwiększenie motywacji do wykonywania ćwiczeń rehabilitacyjnych
- zwiększenie możliwości lokomocyjnych.

Osoby funkcjonujące z różnorodnymi dysfunkcjami, jak podkreśla Chrost [6] często mają osłabioną relację z otaczającym ich światem, ponieważ niepełnosprawność sprawia, że świat ludzi z nią funkcjonujących jest odmienny, niż ten w którym żyją osoby zdrowe. Takim osobom pomaga nawiązanie terapii kontaktowej z udziałem psa, dzięki czemu mogą nawiązać łączność z otaczającym światem. Kontakt z psem stanowi dla nich bazę do rozwoju relacji intelektualnej i duchowej [6].

Terapia dzieci z niepełnosprawnościami, za Chrost [7] odbywa się np. na zasadzie pomocy w wykonywaniu codziennych czynności samoobsługowych, takich jak prowadzenie dziecka będące na wózku, podawanie mu przedmiotów, otwieranie drzwi. Pies może także zmuszać swojego pacjenta do aktywności fizycznej, np. przynosi dany przedmiot i zamiast go podać, kładzie go pod nogi dziecka, a to musi wykonać ruch, aby go podnieść [7].

Hediger i wsp. [8] za cel badania postawili sobie ocenę potencjału DAT (*Dog-Assisted Therapy*) w neurorehabilitacji szpitalnej pediatrycznej dla dzieci i młodzieży z ciężkimi zaburzeniami neurologicznymi, identyfikację cech charakterystycznych pacjentów otrzymujących tę terapię, charakterystykę sesji terapeutycznych oraz ocenę wykonalności

i zakresu osiągnięcia celu. Przeanalizowali retrospektywnie 850 sesji DAT przeprowadzonych w latach 2010–2017 w stacjonarnym ośrodku neurorehabilitacji. Zbiór danych obejmował 196 dzieci i młodzieży (Md = 5,50, 0,58-20,33 lat) cierpiących na ciężkie zaburzenia neurologiczne (u 37 pacjentów zaburzenia świadomości) o różnej etiologii. Wyodrębnili informacje dotyczące charakterystyki pacjenta i sesji, przeanalizowaliśmy predefiniowane cele za pomocą analizy treści i sprawdzili, w jakim stopniu cele zostały osiągnięte podczas DAT. Dane analizowano za pomocą statystyki opisowej. Pacjenci odbyli średnio 4,34 sesji terapeutycznych. Podczas DAT osiągnięto łącznie 247 z 392 wcześniej zdefiniowanych celów (63%). Najczęściej osiąganym celem było „poprawa dobrej zabawy” (83%), następnie „nawiązanie kontaktu i komunikacji” (81%) oraz „relaks” (71%). Miał miejsce tylko jeden krytyczny incydent dotyczący bezpieczeństwa psów. Autorzy są przekonani, że DAT ułatwia osiągnięcie celów rehabilitacyjnych - emocjonalnych, społecznych i psychologicznych u dzieci i młodzieży z ciężkimi zaburzeniami neurologicznymi [8].

Rashikj Canevska i Akgün [9] przeprowadzili badanie jakościowe, mające na celu zbadanie wpływu dogoterapii na uczniów z niepełnosprawnością ruchową. Realizacja badań nastąpiła w ciągu trzech miesięcy. Badania przeprowadzono wśród dzieci z niepełnosprawnością ruchową w wieku od 7 do 8 lat przez pedagoga specjalnego i doświadczonego trenera w Specjalnym Centrum dogoterapii w Skopje w Republice Macedonii Północnej. Badanie zostało zorganizowane w formie studium przypadku. Wykazano, że obecność psa podczas terapii prowadziła do poprawy nastroju dzieci, wzbogacenia ich chęci do aktywnego uczestnictwa w zabiegach, łatwego wyrażania emocji, poprawy komunikacji i rozwoju psychomotorycznego oraz osiągnięcia szeregu korzyści fizjologicznych [10].

Jakościowy projekt badawczy mający na celu zbadanie wpływu terapii z udziałem psa na uczniów niepełnosprawnych zrealizowała także Arifi Rramani [11]. Badania trwały trzy miesiące i skupiały się na dzieciach w wieku od 7 do 8 lat, ze specjalnymi potrzebami, zwłaszcza z zaburzeniami mowy, niepełnosprawnością ruchową i problemami socjalizacyjnymi. Badanie przeprowadzono przez pedagoga specjalnego we współpracy z doświadczonym trenerem w Dog Center Avav Happy Dog w Skopje. Próba badana składała się zarówno z grupy kontrolnej, jak i eksperymentalnej, każda po trzech uczniów niepełnosprawnych. Grupa eksperymentalna została poddana terapii z użyciem psa, natomiast kontrolna klasycznemu leczeniu rehabilitacyjnemu. Przed rozpoczęciem leczenia przeprowadzono ocenę kontrolną motoryki i mowy oraz możliwości i sposobu zachowania się dzieci w trakcie codziennych czynności. Podobną ocenę dokonano w połowie badania/leczenia (po 1,5 miesiąca) i na koniec leczenia. W przypadku każdej grupy terapeutycznej zdefiniowano cele

leczenia i w zależności od wyników ocen dzieci, wyrównano grupy pod względem możliwości respondentów. W grupie eksperymentalnej podczas leczenia wykorzystano trzy psy. Cały proces badania był monitorowany za pomocą dźwięku i obrazu nagrania i zdjęcia dzieci. W trakcie i na zakończenie badania włączenie psa do zajęć z zakresu edukacji specjalnej z dziećmi wpłynęło pozytywnie i dało lepsze efekty w leczeniu dzieci z niepełnosprawnością rozwojową. Obecność psa, interakcja i rozmowa z nim dały dzieciom wolę i chęć posługiwania się mową w codziennych czynnościach. Pies motywował dzieci do udziału w terapii (ćwiczeniach). Poprzez jego wykorzystanie w działaniach związanych z interakcją społeczną, autorzy stwierdzili, że obecność psa umożliwia nawiązanie więzi społecznych między dzieckiem, psem i rówieśnikami oraz że dzieci łatwiej wchodziły w interakcje między sobą [11].

Celem badania Lasa i wsp. [12] był przegląd jest analiza prac opublikowanych w latach 2001–2010 w najbardziej wpływowych czasopismach medycznych zajmujących się AAI (*Animal-Assisted Interventions*) i omówienie ich wyników w świetle tego, co może być interesujące dla chorób wewnętrznych i rehabilitacji. Rygorystyczne kryteria włączenia do tego przeglądu spełniło 35 artykułów: 18 artykułów dotyczących AAA (*Animal-Assisted Activities*), 8 AAT (*Animal-Assisted Therapy*) i 9 SAP (*Service Animal Programs*). Efektami terapeutycznymi związanymi z AAA były: poprawa socjalizacji; redukcja stresu, niepokoju i samotności; poprawa nastroju i ogólnego samopoczucia; oraz rozwój umiejętności związanych z wypoczynkiem/rekreacją. Jeśli chodzi o AAT, to często były stosowane konie, jako strategia uzupełniająca, ułatwiająca normalizację napięcia mięśniowego i poprawę zdolności motorycznych u dzieci z porażeniem mózgowym i osób ze spastycznością kończyn dolnych. Wreszcie większość SAP wykorzystywała psy, które pomagały osobom z różnymi niepełnosprawnościami w wykonywaniu codziennych czynności, zmniejszając w ten sposób ich zależność od innych osób [12].

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Nawrocka – Rohnka J.: Wpływ kontaktu z psem na organizm człowieka – przegląd literatury. *Nowiny Lekarskie* 2011, 80(2),147-152.
2. Wilk M.: Zalety i szanse wykorzystania animaloterapii w resocjalizacji młodzieży niedostosowanej społecznie, *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 2014, 33, 201-219.
3. Indrieş M.1, Eva Zita Balogh2. Dog-assisted therapy, an alternative modality for the development of motor skills in children with disabilities (Note II) Mihaela Indrieş1, Eva Zita Balogh2 *Health, Sports & Rehabilitation Medicine*, 2023, 24(1), 38–43.

4. Machoś-Nikodem M., Dogoterapeutyczny program polisensorycznej stymulacji porozumiewania się, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa, 2007.
5. Pawlik-Popielarska B., Terapia z udziałem psa, Wyd. Via Medica, Warszawa, 2005.
6. Chrost S. Dogoterapia jako metoda wspomagania procesu rehabilitacji dzieci, *Rozprawy Społeczne* 2018, 12(3), 64-72.
7. Hediger K., Boek F., Sachers J. et al. Dog-Assisted Therapy in Neurorehabilitation of Children with Severe Neurological Impairment: An Explorative Study. *Neuropediatrics*, 2020, 51(4), 267-274.
8. Rashikj Canevska O., Akgün N.R. Dogs Therapy for Children with Motor Disabilities, *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi-International Journal of Society Researches*, 2021, 11(18), 41.
9. Arifi Rramani V. The effect of dog therapy on children with disabilities, *IJER*, 2023, 5(9-10), 289-295.
10. Lasa M S., Ferriero G., Brigatti E. et al. Animal-assisted interventions in internal and rehabilitation medicine: a review of the recent literature, 2011, 53(2), 129-136.

### DOGOTERAPIA W GERIATRII

*Ludzie są dużo bardziej skomplikowani od psów i mają dużo ważniejszy sens życia. Ostatecznym zadaniem psa jest być przy nich, trwać u ich boku bez względu na wszystko, nieważne jak potoczy się ich życie. Teraz mogłem jedynie dać mojemu chłopcu pociechę i zapewnić, że w tych ostatnich chwilach nie jest sam, że troszczy się o niego pies, który kocha go bardziej niż cokolwiek na świecie*

*W. Bruce Cameron, Był sobie pies*

Różni autorzy prezentują odmienne wyniki dotyczące wpływu psa na funkcjonowanie osób w wieku podeszłym.

W 1981 roku zbadano 58. pensjonariuszy domu opieki w Australii. Były to osoby w podeszłym wieku cierpiące na choroby charakterystyczne dla wieku starczego, między innymi chorobę zwyrodnieniową układu ruchowego, chorobę Parkinsona, otępienie starcze, niewydolność krążenia, a także chorobę nowotworową [1]. Na samym początku zostali oni poddani badaniom psychologicznym i utworzono także grupę kontrolną. Chorzy z grupy eksperymentalnej zamieszkali z psem na okres 6. miesięcy. Po tym czasie zaobserwowano, że osoby z tej grupy były bardziej radosne, wykazywały większą wolę i energię do życia oraz chętniej i łatwiej nawiązywały kontakty społeczne. W grupie kontrolnej nie zostały zauważone żadne istotne zmiany [1].

Także Wells [2] podkreśla, iż kontakt z psami wpływa pozytywnie na aktywność fizyczną osób starszych i poprawia ich ogólną kondycję.

Parslow i wsp. [3] z kolei twierdzą, że posiadanie zwierząt nie wpływa ani na fizyczną, ani na psychiczną kondycję właścicieli psów po 60. roku życia.

Thorpe i wsp. [4] potwierdzają natomiast, że psy zwiększają aktywność osób starszych, ale jednocześnie sugerują, że zdobyta w ten sposób mobilność nie różni się od mobilności osób po prostu dużo spacerujących bez psa.

Badania Winefielda i wsp. [5] potwierdzają, że posiadanie psa może rzeczywiście wpływać pozytywnie na funkcjonowanie jego właściciela, jednakże trzeba pamiętać, że bycie właścicielem zwierzęcia niekoniecznie przynosi same korzyści, bowiem może np. powodować reakcje alergiczne, czy być przyczyną upadków. W związku z tym kondycja danej osoby może zależeć od stanu zdrowia i relacji z innymi osobami, a nie tylko z faktu posiadania psa [5].

Częste współwystępowanie otępienia, zaburzeń nastroju oraz objawów psychotycz-

nych i zaburzeń lękowych u osób starszych, powoduje, że są one szczególnie podatne na oddziaływania terapeutyczne, bazujące na mechanizmie afektywnym i stymulacji psychologicznej [6].

W badaniach z udziałem osób w wieku podeszłym z zaburzeniami psychicznymi, po sesjach zooterapii wykazano redukcję lęku i objawów depresyjnych oraz poprawę funkcji poznawczych. Redukcja drażliwości, lepsze funkcjonowanie w grupie również miały związek z obcowaniem ze zwierzętami [6,7].

Vrbanac i wsp. [8] stwierdzili, że dbałość o zaspokajanie potrzeb zwierzęcia pozytywnie wpływa na codzienne funkcjonowanie i zaspokajanie własnych potrzeb pacjenta, w tym np. na regularne spożywanie posiłków, toaletę, odpowiednią ilość snu [8].

Regularny kontakt ze zwierzętami, powoduje redukcję poczucia samotności, poprawę ogólnego samopoczucia, a co za tym idzie poprawę jakości życia u pensjonariuszy domów opieki i pacjentów psychogeriatrycznych. Interakcje z psami pobudzają aktywność, stymulują rozmowy i wspomagają utrzymanie pozytywnej atmosfery. Radość i emocjonalne wsparcie przynieszone przez psy mają istotne znaczenie dla dobrostanu psychicznego seniorów, tworząc ciepłe i przyjazne otoczenie [9].

### Demencja

Parra i wsp. [10] przeprowadzili badanie, które miało na celu ocenę korzyści interwencji z udziałem psa dla emocjonalnych, behawioralnych, poznawczych oraz funkcjonalnych obszarów życia pacjentów z demencją. Zespół badawczy zaprojektował badanie eksperymentalne, w którym jako interwencję wykorzystano terapię z udziałem psa (DAT - *Dog-Assisted Therapy*). Badanie przeprowadzono w Enoc Center, domu opieki, w Azucaica w Toledo w Hiszpanii. Uczestnikami było 21. pensjonariuszy, którzy mieszkali w ośrodku dłużej niż rok, mieli ponad 65. lat i mieli objawy związane z demencją lub zaburzeniami afektywnymi. Uczestnicy zostali losowo podzieleni na trzy grupy: kontrolną, interwencyjną i zdrową. Grupy interwencyjne i zdrowe uczestniczyły w DAT oprócz regularnych terapii ośrodka. Grupa kontrolna nie uczestniczyła w DAT, ale uczestniczyła w regularnych terapiach ośrodka. Program prowadzono sześć miesięcy i w obu przypadkach obejmował cotygodniowe sesje trwające 45. minut. Uczestnicy byli oceniani na początku i po interwencji przy użyciu specjalnych skal odpowiednich dla danego obszaru: (1) badanie stanu poznawczego (*Mini-Mental Status* - MMSE), (2) zmodyfikowany funkcjonalny wskaźnik Barthel, (3) afektywna skala depresji geriatrycznej Yesavage: Formularz skrócony i (4) skala inwentarza behawioralno-neuropsychiatrycznego (NPI - *the Neuropsychiatric Inventory*). Badanie ujawniło istotne różnice pomiędzy grupą kontrolną a grupą interwencyjną oraz



pomiędzy grupą kontrolną a grupą zdrową w obszarach poznawczych, afektywnych i behawioralnych, ale nie w obszarze funkcjonalnym [10].

Zafra-Tanaka i wsp. [11] przeprowadzili systematyczną analizę publikacji z uwzględnieniem randomizowanych badań kontrolowanych (RCT) i badań kontrolowanych quasi-eksperymentalne (QE) opublikowanych do marca 2018 roku, w których oceniano korzystny i szkodliwy wpływ DAT (Dog-Assisted Therapy) na osoby dorosłe z demencją. Obliczono średnie różnice lub standaryzowane średnie różnice i ich 95% przedziały ufności (95% CI) oraz przeprowadzono metaanalizę efektów losowych. Pewność dowodów oszacowano w RCT (*Randomized Controlled Trials*), stosując metodologię oceny, rozwoju i oceny stopniowania zaleceń (GRADE - *the Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation*). Do włączenia kwalifikowało się dziesięć badań (sześć badań RCT i cztery badania kontrolowane QE). Metaanaliza RCT nie wykazała wpływu DAT na codzienne czynności życiowe (SMD: 0,16; 95% CI: -0,80 do 1,12), depresję (SMD: -0,45; 95% CI: -2,81 do 1,91), pobudzenie (SDM: -1,12; 95% CI: -2,67 do 0,43), jakość życia (SDM: 0,16; 95% CI: -0,41 do 0,73) i zaburzenia funkcji poznawczych (SDM: -0,52; 95% CI: -1,33 do 0,30), stwierdzono jednak korzystny wpływ na apatię (1 badanie, n = 37, MD: 1,81; 95% CI: 1,26 do 2,36). Zgodnie z metodologią GRADE, wszystkie wyniki charakteryzowały się bardzo niską pewnością dowodów [11].

Krüger i wsp. [12] podkreślają, że interwencja z udziałem zwierząt stała się powszechną praktyką terapeutyczną stosowaną u pacjentów z demencją w domach oraz placówkach opiekuńczych. Najbardziej ustaloną procedurą są wizyty specjalnie wyszkolonych psów i ich właścicieli w celu poprawy interakcji społecznych i zmniejszenia objawów pobudzenia. Celem ich badania była ocena wpływu psa terapeutycznego na pobudzenie pacjentów hospitalizowanych z demencją na oddziale gerontopsychiatrycznym. Nasilenie pobudzenia zostało ocenione przez osobę zaślepioną na obecność psa, za pomocą Skali Nasilenia Pobudzenia Otwartego (OASS - *the Overt Agitation Severity Scale*). Skalę przeprowadzano pierwszego dnia w obecności psa i jego przewodnika (lekarz rezydent na oddziale), a drugiego dnia w obecności samego przewodnika. Każdy pacjent był dla siebie kontrolą. W obu dniach mierzono zmienność rytmu serca (HRV - *Heart Rate Variability*) i poziom neurotroficznego czynnika pochodzenia mózgowego (BDNF - *brain-derived neurotrophic factor*) w surowicy pacjentów. Do badania włączono 26. pacjentów z wynikiem w skali Mini-Mental Status Examination (MMSE - *the Mini-Mental Status Examination*) <21 i rozpoznaniem otępienia. W obecności psa można było wykazać znaczną redukcję pobudzenia w badaniu OASS (p = 0,006). Dane nie wykazały różnicy w HRV dla parametrów

średniego tętna ( $p = 0,65$ ), pierwiastka kwadratowego kolejnych różnic ( $p = 0,63$ ) i wysokich częstotliwości ( $p = 0,27$ ), ani w stężeniu BDNF w surowicy ( $p = 0,42$ ). Autorzy są przekonani, że psy terapeutyczne mają moc terapeutyczną na oddziale gerontopsychiatrycznym i zmniejszają objawy pobudzenia u pacjentów z demencją [12].

### **Dogoterapia a Choroba Alzheimera**

Santaniello i wsp. [13] zwracają uwagę, że ostatnio podejmowanych jest wiele wysiłków w celu oceny skuteczności terapii nefarmakologicznych jako opcji alternatywnej lub wspomagającej w stosunku do metod konwencjonalnych. W szczególności terapia wspomagana przez zwierzęta (AAT - *Animal-Assisted Therapy*) wzbudziła ostatnio duże zainteresowanie. Autorzy przeprowadzili retrospektywne badanie na przestrzeni siedmiu lat (od 2012 do 2019 r.) z udziałem 127. pacjentów z łagodną do umiarkowanej chorobą Alzheimera. Pacjentów podzielono na trzy grupy: grupę eksperymentalną, która otrzymała interwencje AAT dostosowane do formalnej terapii orientacji na rzeczywistość (ROT - *Reality Orientation Therapy*), grupę otrzymującą formalną terapię ROT oraz grupę kontrolną, która nie wykonywała żadnej z wcześniejszych terapii. Wszystkie sesje, dla wszystkich grup pacjentów, odbywały się co tydzień przez łączny okres sześciu miesięcy. Oceny funkcji poznawczych dokonano za pomocą Mini Mental State Examination (MMSE), zaś stan depresyjny przeprowadzono za pomocą Geriatrycznej Skali Depresji (GDS - *the Geriatric Depression Scale*). Testy wszystkim pacjentom przeprowadzono przed rozpoczęciem pierwszej sesji (T0) i po ostatniej sesji (T1). Uzyskane wyniki wykazały poprawę wartości w testach GDS i MMSE. Różnice pomiędzy średnimi wartościami MMSE pomiędzy T1 i T0 wynosiły  $0,94 \pm 0,9$  (SD),  $0,15 \pm 0,62$  i  $-0,42 \pm 0,45$  odpowiednio w grupie AAT, grupie ROT i grupie kontrolnej. Różnice pomiędzy średnimi wartościami GDS pomiędzy T1 i T0 wynosiły  $-1,12 \pm 1,17$  (SD),  $-0,42 \pm 1,21$  i  $0,12 \pm 0,66$  odpowiednio w grupie AAT, grupie ROT i grupie kontrolnej [13].

McCabe i wsp. [14] prowadzili badania wśród 321. pacjentów z chorobą Alzheimera. Dzięki zastosowaniu dogoterapii zaobserwowano zwiększenie aktywności społecznej chorych i redukcję niepokoju [14].

Sánchez-Valdeón i wsp. [15] przeprowadzili quasi-eksperymentalne badanie, w którym uczestnikami było 10. pacjentów ośrodków opieki dziennej z chorobą Alzheimera, ze stwierdzonym ciężkim przebiegiem choroby lub z bardzo poważnym pogorszeniem funkcji poznawczych. Zastosowanym narzędziem pomiarowym była Jakość skali życia w późnym stadium demencji (QUALID - *the Quality of Life in Late-Stage Dementia*). Pod koniec terapii 100% uczestników wykazało poprawę aspektów fizycznych, behawioralnych oraz psycholo-

gicznych. Łączne wyniki skali QUALID w trzech różnych momentach oceny (przed terapią oraz 6 i 12 miesięcy po interwencji terapeutycznej z udziałem psów) były mniejsze i mniej rozproszone. Całkowity wynik w skali QUALID spadł znacząco ( $p < 0,05$ ) na poziomie 6 i 12 miesięcy od rozpoczęcia terapii. Badanie to dostarczyło dowodów na znaczące korzyści ze stosowania asysty psów w terapii poprawiającej jakość życia osób chorych na chorobę Alzheimera [15].

### PIŚMIENNICTWO

1. Filozof J. Dogoterapia — co to jest? Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym. Koło w Jarosławcu, Jarosławiec, 2005.
2. Wells D.: Domestic dogs and human health: An overview. *Br. J. Health Psych.*, 2007, 12, 145-156.
3. Parslow R., Jorm A., Christensen H. et al.: Pet ownership and health in older adults: Findings from a survey of 2,551 community-based Australians aged 60-64. *Gerontology*, 2005, 51, 40-47.
4. Thorpe R., Simonsick E., Brach J. et al.: Dog ownership, walking behavior, and maintained mobility in late life. *Jour. of the Amer. Geriatr. Society*, 2006, 54, 1419–1424.
5. Winefield H., Black A., Chur-Hansen A.: Health Effects of Ownership of and Attachment to Companion Animals in an Older Population. *Int. J. Behav. Med.*, 2008, 15, 303–310
6. Moretti F., De Ronchi D., Bernabei V. et al. Pet therapy in elderly patients with mental illness. *Psychogeriatrics* 2011, 11, 125–129.
7. Zisselman M.H., Rovner B.W., Shmuely Y., Ferrie P. A pet therapy intervention with geriatric psychiatry inpatients. *Am. J. Occup. Ther.* 1996, 50, 47–51.
8. Vrbanac Z., Zecevic I., Ljubic M. i wsp. Animal assisted therapy and perception of loneliness in geriatric nursing home residents. *Coll. Antropol.* 2013, 37, 973–976.
9. Girczys-Poędniok K., Pudło R., Szymłak A., Pasierb N. Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej, *Psychiatria* 2014, 11(3), 171–176.
10. Parra E.V., Garre J.M. H., Pérez P.E. Impact of Dog-Assisted Therapy for Institutionalized Patients With Dementia: A Controlled Clinical Trial., *Altern Ther Health Med.*, 2022, 28(1), 26-31.
11. Zafra-Tanaka J.H., Pacheco-Barrios K.P., Tellez W.A. et al. Effects of dog-assisted therapy in adults with dementia: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 2019, 24;19(1):41.

12. Krüger J., Izgi R., Hellwig R et al. Treating Agitation in Patients with Dementia with a Therapy Dog in a Milieu Therapy Setting on a Geropsychiatric Ward. *Dement Geriatr Cogn Disord* (2021) 50 (6): 541–547.
13. Santaniello A., Garzillo S., Amato A. et al. Animal-Assisted Therapy as a Non-Pharmacological Approach in Alzheimer's Disease: A Retrospective Study. *Animals (Basel)*, 2020, 6;10(7):1142.
14. McCabe, Baun M.M., Speich D., Agrawal S. Resident dog in the Alzheimer's special care unit. *West J Nurs Res.* 2002, 24(6), 684-696.
15. Sánchez-Valdeón L, Fernández-Martínez E, Loma-Ramos S, et al. Canine-Assisted Therapy and Quality of Life in People With Alzheimer-Type Dementia: Pilot Study. *Front. Psychol.* 2019; 10:1332.

## DOGOTERAPIA W ONKOLOGII/OPIECE PALIATYWNEJ

*(...) towarzyszą nam zawsze i wszędzie,  
pomagając w codziennym trudzie, dając nam czystą radość,  
bez nich człowiek czułby się źle na tym świecie,  
bo ileż radości daje tak piękna i rozumna istota jak pies.”*

*Ks. Jan Twardowski*

Interwencje wspomagane przez zwierzęta (AAI - *Animal-Assisted Interventions*) wykorzystują interakcje człowiek-zwierzę do pozytywnego efektu w różnych kontekstach, w tym w onkologii/opiece paliatywnej, w celu poprawy nastroju, jakości życia i dobrego samopoczucia [1,2,3].

Celem przeglądu dokonanego przez Pinto i wsp. [3] była ocena badań dotyczących AAI (*Animal-Assisted Interventions*) i jego wpływu na pacjentów objętych opieką onkologiczną/paliatywną. Autorzy analizowali bazy PubMed, Scopus i Lilacs. Kryteriami włączenia były oryginalne artykuły, w których ilościowo mierzono skutki zdrowotne AAI u pacjentów objętych opieką onkologiczną/paliatywną. Dziesięć badań spełniło kryteria włączenia. Opisano korzyści związane z AAI. Nastrój, odczuwanie bólu i jakość życia wydawały się zmiennymi, które uległy poprawie po interwencji. Autorzy uważają, że AAI może być ważnym narzędziem poprawy parametrów psychospołecznych/fizjologicznych u pacjentów chorych na nowotwory/opiekujących się opieką paliatywną [3].

Creagon, amerykański profesor, onkolog [4] zauważył, że animaloterapia jest bezspornie skuteczną formą pomocy w odzyskiwaniu równowagi pomiędzy sferą somatyczną a psychiczną pacjenta z chorobą nowotworową i zalecał jej stosowanie jako sposobu na dłuższe oraz lepsze życie pacjentów z chorobą nowotworową.

W przypadku dzieci przewlekle chorych poddawanych często bolesnym i dość inwazyjnym metodom leczenia, terapia z udziałem psa wpływa pozytywnie na ich psychikę dziecka, motywując go do udziału we właściwej aczkolwiek często nieprzyjemnej terapii [5].

Curley i wsp. [6] podkreślają, że wizyty związane ze stosowaniem chemioterapii/immunoterapii są dla pacjentów chorych na raka wyjątkowym przeżyciem, które często może zwiększać stres i niepokój. Autorzy stwierdzili, że dane z literatury świadczą o tym, że psy terapeutyczne mogą zmniejszyć lęk, poprawić zdrowie psychiczne i zwiększyć relaks. Nie ustalono jednak, czy wizyty psów terapeutycznych podczas infuzji mogą złagodzić stres i lęk, podobnie jak w przypadku innych doświadczeń klinicznych. W związku z tym postawili

sobie za cel sprawdzenie, czy podczas tego stresującego doświadczenia terapia z udziałem psów będzie miała taki sam wpływ, jak wcześniej zbadane sytuacje. Autorzy przygotowali anonimową ankietę, w której zebrano dane pacjentów, takie jak wiek, płeć, posiadanie psa i powinowactwo do zwierzęcia. Przed wizytą z psem terapeutycznym pacjentów (z ambulatoryjnego ośrodka infuzyjnego) proszono o ocenę poziomu niepokoju i relaksu, a po wizycie pacjenci odpowiadali na identyczne pytania. Pytania formułowano z użyciem opcji Tak/Nie i skali od 1 do 10. Wiek ankietowanych wahał się od 40 do 85 lat, średni wiek wynosił 63 lata, przy czym ankietowanych było więcej kobiet niż mężczyzn. Ankiety zbierano przez osiem tygodni od 1 stycznia 2023 r. do 28 lutego 2023. Łącznie zebrano i przeanalizowano 61. ankiet. Analizę statystyczną przeprowadzono za pomocą testu t dla wartości liczbowych, a do danych dopasowano regresję dwumianową. 100% ankietowanych pacjentów lubiło zwierzęta i uważało, że psy terapeutyczne pomagają złagodzić stany lękowe i zrelaksować się. Po wizycie psa terapeutycznego poziom lęku znacząco spadł o 31,1% ( $p < 0,00001$ ), a poziom relaksu wzrósł o 25,8% ( $p = 0,0001$ ). Wykazano, że obecność psa terapeutycznego znacząco zmniejszyła niepokój pacjentów i poprawiła relaks podczas wizyt związanych z infuzją chemioterapii/immunoterapii [6].

Dla dzieci chorych na raka, za Bouchard i wsp. [7] pobyt w szpitalu jest wielkim przeżyciem, źródłem stresu. Hospitalizowane dzieci muszą stawić czoła różnym i często bolesnym zabiegom, szybko dostosować się do nowych ludzi i do środowiska, które bardzo różni się od tego, w którym żyją. W związku z tym mają większe potrzeby w zakresie bezpieczeństwa i dlatego ważne jest, aby zapewnić im konkretne sposoby lepszego przystosowania się do stresu związanego z hospitalizacją. Autorzy zastosowali terapię z udziałem zwierząt, jako element pielęgnacji, wykorzystującej relacje między dziećmi i zwierzętami w celu wspierania proces adaptacji do choroby i środowiska szpitalnego. Opisał doświadczenie mające charakter rocznego projektu pilotażowego na oddziale onkologii dziecięcej. Projekt przyczynił się do wzrostu zadowolenia pacjentów i personelu pielęgniarskiego i stworzenia podstaw do trwałego wdrożenia tego specjalnego programu opieki nad dziećmi hospitalizowanymi z powodu nowotworu [7].

Johnsnon i wsp. [8] za cel postawili sobie określenie, w jakim stopniu aktywność z udziałem zwierząt (tj. wizyty z psem) wpływa na nastrój, samoocenę zdrowia i poczucie koherencji u pacjentów poddawanych radioterapii. Badanie, grupie 30. dorosłych pacjentów poddawanych niepaliatywnej radioterapii, prowadzili w oddziałach radioterapii onkologicznej dwóch szpitali w średniej wielkości mieście na środkowo-zachodnim zachodzie. Po wyrażeniu świadomej zgody uczestnicy zostali losowo przydzieleni do 12.

wizyt z psami, 12. wizyt z ludźmi lub 12. sesji cichego czytania w okresie czterech tygodni. Nie stwierdzono żadnych statystycznie istotnych różnic, jednakże w porównaniu z innymi osobami w ich wieku pacjenci odwiedzani przez psy stwierdzili, że ich stan zdrowia poprawił się w ciągu czterech tygodni. Uczestnicy opisali każde z trzech działań jako korzystne [8].

Jak już wspomniano, osoby żyjące z chorobą nowotworową muszą mierzyć się z chorobą, częstymi hospitalizacjami, agresywnym leczeniem i licznymi skutkami ubocznymi leczenia. Łącznie te czynniki stresogenne mogą prowadzić do niekorzystnych skutków biopsychospołecznych. Gagnon i wsp. [9] zaprezentowali program terapii zwierzęcej „Magiczny Sen”, stworzony dla dzieci hospitalizowanych na oddziale onkologii dziecięcej. Jego celem było zapewnienie dobrego samopoczucia podczas hospitalizacji i ułatwienie adaptacji do procesu terapeutycznego oraz udokumentowanie zaobserwowanego związku pomiędzy udziałem w programie, jakością opieki i satysfakcją uczestniczących rodziców i pielęgniarek. W badaniu wdrożeniowym wzięło udział łącznie 16. rodziców dzieci i 12. pielęgniarek. Dane zebrano za pomocą dwóch kwestionariuszy do samodzielnego wypełnienia, przeznaczonych dla rodziców i jednego kwestionariusza dla pielęgniarek. Ocena jakości programu terapii zwierzęcej obejmuje kwestie związane z profilami użytkowników, procesem interwencji w terapii zwierząt, strukturą organizacyjną i wynikami klientów. Według autorów, terapia z udziałem psa może przyczynić się do złagodzenia stresu psychicznego u dzieci i rodziców, ułatwić im adaptację do procesu terapeutycznego i poprawić ich samopoczucie podczas hospitalizacji [9].

Silva i wsp. [10] zaproponowali sprawdzenie skuteczności stosowania terapii wspomaganiej przez zwierzęta (AAT - *animal-assisted therapy*) u dzieci objętych ambulatoryjnym leczeniem onkologicznym w oparciu o wskaźniki psychologiczne, fizjologiczne oraz jakość życia dzieci i opiekunów. Próbę stanowiło 24. dzieci ze zdiagnozowaną białaczką i guzami litymi (58% dziewcząt, średni wiek 8,0 lat), które przeszły program AAT składający się z trzech 30. minutowych sesji w grupie otwartej. Wykorzystano dwa psy (jeden labrador retriever i jeden golden retriever) i przeprowadzono takie zajęcia, jak stymulacja sensoryczna, trening chodu i socjalizacja. Kryteriami wykluczenia były poważne problemy psychiczne, niemożność udzielenia odpowiedzi na pytania zawarte w używanych instrumentach, alergia na zwierzęta, niedostępność/brak zainteresowania, konieczność izolacji, rana chirurgiczna, stosowanie urządzeń inwazyjnych, stomia, brak aktualnej morfologii krwi do oceny, neutropenia infekcja, gorączka, biegunka, wymioty, objawy ze strony układu oddechowego na początku interwencji lub na jeden tydzień przed interwencją, hospitalizacja lub planowy zabieg chirurgiczny oraz nieukończenie programu AAT. Zmienne

analizowane za pomocą zweryfikowanej oceny własnej lub innych to stres, ból, nastrój, lęk, depresja, jakość życia, tętno i ciśnienie krwi. Zastosowano quasi-eksperymentalny projekt badania. Autorzy zaobserwowali zmniejszenie bólu ( $p = 0,046$ ,  $d = -0,894$ ), podrażnienia ( $p = 0,041$ ,  $d = -0,917$ ) i stresu ( $p = 0,005$ ;  $d = -1,404$ ) oraz tendencję do poprawy objawów depresyjnych ( $p = 0,069$ ;  $d = -0,801$ ). Wśród opiekunów stwierdzono poprawę w zakresie lęku ( $p = 0,007$ ,  $d = -1,312$ ), dezorientacji psychicznej ( $p = 0,006$ ,  $d = -1,350$ ) i napięcia ( $p = 0,006$ ,  $d = -1,361$ ), co zaświadczało, że program był skuteczny [10].

Dogoterapia stosowana wśród chorych w opiece paliatywnej poprawia ich nastrój i samopoczucie. Dodatkowo daje możliwość stworzenia warunków zbliżonych do domowych. Stanowi interesującą formę wspomagającą leczenie wybranych objawów, na przykład bólu [11].

Melson i wsp. [12] podają, że wśród 15. pacjentów w terminalnym stadium choroby zooterapia trwająca 90. minut tygodniowo przez okres 10. dni spowodowała zmniejszenie poczucia niepokoju i poprawę w zakresie akceptacji nieuchronności śmierci.

Phear [13] przygotował raport z badania określającego sposób postrzegania animaloterapii przez pacjentów i pracowników hospicjów w Wielkiej Brytanii. Wskazał on, że wszyscy pacjenci byli pozytywnie nastawieni do terapii, a pracownicy 77% ośrodków hospicyjnych włączonych do analizy wykazywali duże zainteresowanie w związku z planowaną zooterapią w ich placówkach [13].

Chinner i Dalziel [14] zaobserwowali, że pies miał relaksujący i kojący wpływ na chorych w hospicjum. Obecność psa poprawiła relacje pomiędzy chorymi i pracownikami hospicjum, a także miała pozytywny wpływ na relacje pacjentów z osobami odwiedzającymi. Autorzy podkreślają jednak, że cały proces terapii z wykorzystaniem zwierząt musi być indywidualnie planowany i monitorowany przez wszystkich członków zespołu sprawującego opiekę paliatywną [14].

Delana Taylor McNac, dyrektor hospicjum w Oklahomie, weterynarz zwraca uwagę, że jednym z głównych problemów, z którymi zmagają się ośrodki hospicyjne w kontekście zooterapii jest brak u wielu pracowników świadomości ogromnej roli, jaką pełnią w życiu chorych towarzyszące im zwierzęta [cyt. za 15]. W jej opinii ogrom procedur medycznych tworzonych przez pracowników medycznych wyklucza pobyt zwierzęcia blisko pacjenta, co może wpływać niekorzystnie na samopoczucie chorego i realizację jego potrzeb psychospołecznych, a to może zaburzać cały system wsparcia pacjenta [cyt. za 15].

Marcus i wsp. [16] przeprowadzili badanie, którego celem była ocena skuteczności dogoterapii prowadzonej u pacjentów objętych opieką paliatywną leczonych w poradni



leczenia bólu. Pacjenci samodzielnie wypełniali różnego rodzaju kwestionariusze, w tym także dokonywali oceny odczuwanego bólu, zmęczenia według 11. punktowej skali. Okazało się, że u 22,6% chorych, u których była aktywnie prowadzona dogoterapia, uzyskano zmniejszenie bólu o 2. punkty, podczas gdy w grupie kontrolnej tylko u 3,6%. Zdecydowana większość uczestników badania oceniała pozytywnie spotkania ze zwierzęciem i oczekiwała kontynuacji tej formy terapii. Pacjenci poproszeni po terapii o komentarz dotyczący ich odczuć mówili najczęściej o uzyskaniu poczucia komfortu, relaksu i spokoju [16].

W roku 2010, za Jagielski i wsp. [15] podczas jednej z konferencji poruszającej zagadnienia z zakresu medycyny paliatywnej zaprezentowano uczestnikom założenia, standardy i zalecenia dogoterapii opracowane przez Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne oraz przedstawiono możliwości włączenia dogoterapii do leczenia objawowego prowadzonego w hospicjach. Niestety pomimo wielu korzyści związanych ze stosowaniem dogoterapii, nie jest to forma leczenia wspomagającego powszechnie wykorzystywana w ośrodkach opieki paliatywnej w Polsce [15].

Z kolei McNicholas i wsp. [17] uważają, że posiadanie zwierząt domowych może mieć pozytywny wpływ na radzenie sobie we wczesnym etapie żałoby i podkreślają jednocześnie, że może to być alternatywną formą pomocy dla chorych onkologicznie, a także osób osieroconych.

## **PIŚMIENNICTWO**

1. Holder T.R.N., Grueh M.E., Roberts D.L. et al. A Systematic Literature Review of Animal-Assisted Interventions in Oncology (Part I): Methods and Results. *Integr Cancer Ther.* 2020, 19, 1534735420943278.
2. Pinto K.D., Vieira de Souza C.T., de Lourdes Benamor Teixeira M et al Animal assisted intervention for oncology and palliative care patients: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 2021, 43, 101347.
3. De Lima T.A., Rodrigues S.M., Da Silva Camarco M.G.P., et al Therapy with Dog Assistant for treatment of anxiety in oncology patients, 2024, *Eyes on Health Sciences V.02*, file:///C:/Users/User/Downloads/Therapy\_with\_Dog\_Assistant\_for\_treatment\_of\_anxiet.pdf., data pobrania 21.08.2024.
4. Creagon E.T., Bauer B.A., Thomley B.S., Borg J.M. Animal-assisted therapy at Mayo Clinic: The time is now, *Complement Ther Clin Pract.* 2015, 21(2), 101-104.
5. Chrost S. Dogoterapia jako metoda wspomagania procesu rehabilitacji dzieci, *Rozprawy Społeczne* 2018, 12(3), 64-72.

6. Curley P.B., Patel A., Famoso J. Evaluating the impact of therapy dogs on patients with cancer. Meeting Abstract: 2023 ASCO Quality Care Symposium , Palliative and Supportive Care, 2023,26, 278.
7. Bouchard F., Landry M., Belles-Isles M. et al. A magical dream: A pilot project in animal-assisted therapy in pediatric oncology. CONJ, 2004, 14(1),04,14-17.
8. Johnson R., Meadows R.L., Haubner J.S. et al. Animal-Assisted Activity Among Patients With Cancer: Effects on Mood, Fatigue, Self-Perceived Health, and Sense of Coherence, Oncology Nursing Forum, 2008,35(2), 225-232.
9. Gagnon J., Bouchard F., Landry M. et al. Implementing a hospital-based animal therapy program for children with cancer: A descriptive study CONJ, 2004, 14(4), 217-223.
10. Silva N.B., Osório F.L. Impact of an animal-assisted therapy programme on physiological and psychosocial variables of paediatric oncology patients. Plos One, 2018,4,1-15.
11. Engelman S. Palliative care and use of animal-assisted therapy, Baywood Publishing Co. Inc., Omega, 2013, 67(1–2), 63–67.
12. Melson G. Why the wild things are: animals in the lives of children. Cambridge: Harvard University Press 2001.
13. Phear D. A study of animal companionship in a day hospice. J Palliat. Med., 1996, 10(4), 336-338.
14. Chinner T., Dalziel F. An exploratory study on the viability and efficacy of a pet — facilitated therapy project within a hospice. J. Palliat. Care. 1991, 7(4), 13–20.
15. Jagielski D. Jagielska A., Pyszora A. Dogoterapia — historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej. Medycyna Paliatywna w Praktyce 2014, 8(4), 163–167.
16. Marcus D.A., Bernstein C.D., Constantin J.M., Kunkel F.A., Breuer P., Hanlon R.B. Animal-assisted therapy at an outpatient pain management clinic. Pain Medicine 2012, 13, 45–57.
17. McNicholas J., Gilbey A., Rennie A., Ahmedzai S., Dono J., Ormerod E. Pet ownership and human health: a brief review of evidence and issues. British Medical Journal 2005; 331: 1252–1254.

### DOGOTERAPIA W RESOCJALIZACJI

*Tęsknimy za uczuciem całkowicie nieświadomym naszych wad.*

*Niebiosa dały nam je w bezwarunkowym psim przywiązaniu*

*George Eliot*

Resocjalizacja w swojej definicji zakłada przywrócenie osobom niedostosowanym społecznie prawidłowego kontaktu ze społeczeństwem. Istotnym aspektem procesu resocjalizacji jest indywidualność - program wychowawczy dobierany jest osobno dla każdego z pacjentów, stąd animaloterapia, w tym dogoterpia, w swych założeniach może spełniać te warunki [1,2].

Pierwsze programy z wykorzystywaniem zwierząt w więzieniach powstawały w latach 80. XX wieku, a prekursorami zwierząt terapeutycznych w resocjalizacji były psy. Po tym, jak zauważono ich pozytywne oddziaływanie na osadzonych, zaczęto konstruować kolejne programy z wykorzystaniem innych zwierząt i obecnie najpopularniejszymi zoterapiami w więzieniach są dogoterapia, hipoterapia oraz felinoterapia [1].

Jeunier, psycholog kliniczna, za Lammek [3] dokonała następującej klasyfikacji głównych celów animaloterapii penitencjarnej:

- „wprowadza do więzień przyjazną, bardziej domową atmosferę, często sprzyjają przywołaniu w osadzonych pozytywnych wspomnień z życia sprzed odbywaniem wyroku, są swoistym symbolem świata zewnętrznego, do którego skazani nie mają dostępu.
- pomaga osadzonym stanąć w prawdzie i szczerości wobec własnej osoby, ponieważ trudne warunki w zakładzie karnym oraz nieprzychylność współwięźniów sprawiają, że wielu pensjonariuszy kreuje się na kogoś silniejszego niż jest naprawdę. Powyższe utrudnia i przedłuża skuteczność procesu resocjalizacji. Wprowadzenie zwierząt może pomóc osadzonym „zdzjąć maskę” osoby o silnej osobowości i „odsłonić” swoją wrażliwszą stronę - zwierzę nie ocenia, dochowa tajemnicy, jest bezstronne oraz całkowicie autentyczne w swoich reakcjach. Dodatkowo poczucie odpowiedzialności za inne stworzenie żyjące może wywołać w osadzonych poczucie obowiązkowości i poczucie bycia potrzebnym.
- sprzyja obniżeniu ogólnego napięcia oraz usprawnia komunikację między personelem a osadzonymi. Terapie z udziałem zwierząt prowadzone są w obecności pracowników i wychowawców, co pomaga zmniejszyć dystans między tymi grupami oraz budować

poprawne relacje społeczne.

Należy jednak pamiętać, że animaloterapia ma szereg przeciwwskazań, jak różnego rodzaju alergię, choroby, otwarte rany itd. [4], a jednym z nich są także postawy agresywne wobec zwierząt [5], w związku z tym nie każdy więzień może wziąć udział w takich zajęciach.

Pierwowzorem większości polskich projektów resocjalizacyjnych z udziałem psów był amerykański projekt "Dogs Behind", polegający na szkoleniu bezpiecznych zwierząt przez osadzonych, by te następnie miały większą szansę na adopcję [6].

Pierwszym aresztem śledczym, w którym zastosowano elementy dogoterapii był Areszt Śledczy w Hajnówce, a programy dogoterapeutyczne w tej jednostce zostały prowadzone we współpracy ze schroniskiem "Ciapek" [7]. Projekt nosił nazwę "Przyjaciele, czyli pies w celi" i polegał na pracy z psem: więźniowie układali psy oraz uczyli je sztuczek. Również pogłębiali swoją wiedzę teoretyczną z behawioru i wychowania zwierzęcia. Skazani mieli kontakt z psami, gdy te dowożone były ze schroniska do placówki zamkniętej lub gdy to więźniowie odwiedzali schronisko [1,7].

Interwencje z udziałem zwierząt, jak podkreślają Villafaina-Domínguez i wsp. [8], a w szczególności interwencje z udziałem psów, wprowadzono w zakładach karnych w celu ograniczenia recydywy, a także poprawy dobrostanu więźniów. Celem systematycznego przeglądu autorów było przedstawienie aktualnej analizy wyników badań nad wpływem terapii z udziałem psów na populację więzienną. Przeprowadzono elektroniczne przeszukanie literatury, w wyniku którego uwzględniono 20. artykułów. Zastosowano metodologię wytycznych PRISMA (*Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses*) W badaniach uwzględniono ogółem 1577 uczestników. Zdecydowana większość protokołów obejmowała czynności związane ze szkoleniem psów, opieką nad nimi lub zajęcia obejmujące elementy zawodowe lub edukacyjne. Czas trwania terapii z udziałem psów wahał się od 60 do 120 minut, a częstotliwość wynosiła od 1 do 3 dni w tygodniu. Statystycznie istotną poprawę stanu więźniów zaobserwowano w 13. badaniach. Autorzy konkludują, że terapia z udziałem psów może złagodzić stany lękowe, stres, recydywę i inne zmienne społeczne u osadzonych [8].

Dibbie [9] zwraca uwagę, że chociaż kara pozbawienia wolności ma na celu korygowanie i powstrzymywanie zachowań przestępczych, ale struktura systemu więziennictwa wydaje się powodować więcej przestępstw, niż obecnie koryguje. W rezultacie rośnie zainteresowanie programami, które mogą poprawić zachowanie i dobrostan więźniów. Jeden z tych programów zatrudnia psy do zajęć, które przynoszą satysfakcję psychiczną

i emocjonalną uczestniczących więźniów. Obecnie programy dla psów więziennych składają się z kilku modeli, w których osadzeni np. (1) uczą się szkolić i opiekować się psami ze schroniska; (2) uczestniczą w sesjach terapeutycznych, których program nauczania uwzględnia psy; (3) uczestniczą w programach wizyt z członkami społeczności i ich psami. Autorka dokonała przeglądu aktualnej literatury na temat programów dla psów więziennych oceniając 14. artykułów opublikowanych w ciągu ostatnich 10 lat. Po ich analizie stwierdziła, że psy mogą być korzystne w poprawie wskaźników wykroczeń wśród więźniów płci męskiej i żeńskiej, poprawie problemów zdrowia psychicznego, problemów emocjonalnych, szans na zatrudnienie i umiejętności zawodowych [9].

Zatrzymanie jest jednym z najbardziej traumatycznych wydarzeń, jakie człowiek może doświadczyć w swoim życiu. Romero i wsp. [10] zwracają uwagę, że programy dla psów więziennych są najskuteczniejszymi programami resocjalizacji w więzieniach w Stanach Zjednoczonych i polegają na szkoleniu przez więźniów psów służbowych dla innych osób, aby mogły pomagać osobom z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Jest to typowy system, w którym wygrywają różne strony: więźniowie - gdy łączą się ze swoimi najgłębszymi uczuciami i solidarnością, jednocześnie nabywając konkretne umiejętności potrzebne do przyszłego zwolnienia; osoby niepełnosprawne - ponieważ otrzymują psa, który pomaga im w codziennych czynnościach, psy (zwłaszcza adoptowane psy uliczne) - ponieważ poprawia się ich los; instytucje wygrywają, ponieważ mogą pełniej realizować swój cel; a społeczeństwo - ponieważ zyskuje konkretne narzędzie pomagające w resocjalizacji więźniów. Autorzy opisali działalność i osiągnięcia Huellas de Esperanza (Ślady Nadziei), argentyńskiego programu dotyczącego psów więziennych, który Federalna Służba Penitencjarna realizuje od 2010 roku ze środków państwowych. W programie wzięło udział łącznie 85. Więźniów i w jego ramach dostarczono kilkanaście psów asystujących osobom niepełnosprawnym i znacznie więcej psów osobom starszym, aby zapewnić im czułość i towarzystwo. Program ograniczył przemoc w więzieniach (0% wśród więźniów zaangażowanych w program) i zlikwidował wskaźnik recydywy mierzony procentem zwolnionych więźniowie powracający do więzienia (0,01% wśród osadzonych) [10].

Skuteczność programu szkolenia psów w więzieniach Dutch Cell Dogs (DCD) w ograniczaniu zachowań przestępczych i recydywy oceniano także w quasi-eksperymentalnym badaniu przeprowadzonym w dwunastu zakładach karnych w Holandii (N = 241) [11]. DCD to program, w ramach którego osadzeni w więzieniu przestępcy szkolą psa ze schroniska co dwa tygodnie przez osiem tygodni. Badania Duindama i wsp. [11] wykazały, że DCD (n=121) nie przewyższało standardowego leczenia (n=120) pod

względem oficjalnych wyników recydywy i zgłaszanych przez siebie zachowań przestępczych. Jednakże podgrupy oparte na wieku i funkcjonowaniu osadzonych reagowały odmiennie w zakresie zgłaszanych przez siebie zachowań przestępczych. Stwierdzono pozytywny wpływ na zgłaszane przez siebie zachowania przestępcze w przypadku uczestników DCD, którzy byli starsi, mieli mniej cech bezduszności i braku emocji lub mieli wyższą motywację do leczenia [11].

Smith [12] oceniał programy psów ratowniczych w dwóch więzieniach o zaostrzonym rygorze, na próbie osadzonych płci męskiej (n = 285). Pytania ankiety dotyczące programu zostały ocenione jakościowo poprzez identyfikację następujących kluczowych tematów: symbolika psa ratowniczego, uniwersalne wsparcie i efekty uboczne, wzmocnienie pozytywnych emocji, nadziei, radzenia sobie i transformacji oraz powiązanie ze światem zewnętrznym. Psy wyraźnie przyczyniły się do pozytywnych wyników dla uczestników i szerzej rozumianej instytucji więziennej, jednak związek ten wymaga dalszych testów.

### PIŚMIENNICTWO

1. Wardak A., Jakubczak A. Rola animaloterapii w działaniach resocjalizacyjnych, Akademia Bialska im. Jana Pawła II, Biała Podlaska, 2023.
2. Czerw M. Animals in resocialization. Proceedings of the International Scientific Conference. Volume III, May 26th-27th, 2017. 149-160.
3. Lammek M. Hipoterapia – nowoczesna metoda resocjalizacji osób pozbawionych wolności. *Miscellanea Anthropologica et Sociologica*, 2019, 20(2), 231-241.
4. Korczyński, M. (2011). Możliwości terapeutyczne zwierząt. *Zeszyty Naukowe*, 2011, 11, 41-56.
5. Goleman M., Drozd L., Karpiński, M., Czyżowski P. Felinoterapia jako alternatywna forma terapii z udziałem zwierząt. *Medycyna weterynaryjna*, 2012, 68(12), 732-735.
6. Kokocińska A., Kaleta T., Lewczuk D. Zooterapia z elementami etologii. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, 2016.
7. Nawrot K. Dogoterapia jako forma wspomaganie działań resocjalizacyjnych: wiedza studentów a doświadczenie profesjonalistów. *Zeszyty Studenckiego Ruchu Naukowego Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach*, 2017, 26(1), 135–144.
8. Villafaina-Domínguez B., Collado-Mateo D., Merellano-Navarro E. et al. Effects of Dog-Based Animal-Assisted Interventions in Prison Population: A Systematic Review. *Animals (Basel)*. 2020, 10(11), 2129.
9. Dibsie K. The effectiveness of prison dog programs on the mental health and recidi-

- vism rates of inmates. *TCNJ Journal Of Student Scholarship*, 2023, 25, 4, 1-11.
10. Romero J.E., Cepeda J., Quyn P et al. Prisoner rehabilitation through animal-assisted activities in Argentina: the Huellas de Esperanza Prison Dog Programme. *Rev Sci Tech*. 2018, 37(1), 171-180.
  11. Duindam H.M., Creemers H.E., Hoeve M. et al. Breaking the chains? The effects of training a shelter dog in prison on criminal behavior and recidivism. *App. Dev. Sci.*, 2022, 26, 4, 813–826.
- Smith H. P. A rescue dog program in two maximum-security prisons: A qualitative study. *Journal of Offender Rehabilitation*, 2019, 58(4), 305–326.

## PIES W MIEJSCU PRACY

*Cała wiedza,  
suma wszystkich pytań i wszystkich odpowiedzi  
zawarta jest w psie  
Franz Kafka*

Uważa się, że pies w biurze poprawia nastrój i rozluźnia atmosferę o ile pracodawca i współpracownicy godzą się na jego obecność [1].

Udowodniono, cyt. za [1], że pracodawcy pozwalający przyprowadzać psy do biura zyskują lojalność swoich pracowników, a obecność psa w biurze [1-13]:

- obniża poziom stresu, a więc także ryzyko chorób serca i układu krążenia,
- współpracownicy także więcej ze sobą rozmawiają,
- ułatwia „przełamanie lodów”, co jest szczególnie ważne w przypadku tworzenia nowego działu lub teamu,
- pracownicy są mniej skłonni do zmiany prac,
- pracownicy są bardziej zmotywowani,
- sprzyja spadkowi liczby zwolnień lekarskich,
- w czasie przerwy właściciele psów wychodzą na świeże powietrze, w czym towarzyszą inni współpracownicy, co jest korzystne dla ich zdrowia.

Pracownik, który przychodzi do biura z psem lepiej dba o potrzeby pupila w ciągu dnia, dzięki temu nie musi spieszyć się do domu, aby wyprowadzić czworonoga [2].

Korzyści i wyzwania związane z obecnością psów w biurze zostały także przeanalizowane przez Foltin i Glenk [3] z trzech perspektyw: z perspektywy firmy, właściciela psa (pracownika) i z perspektywy psa. Autorzy potwierdzają, że w przypadku firm psy biurowe mogą służyć jako symbol marki, prowadzący do wyższej satysfakcji i produktywności pracowników, zwiększonej odporności na stres i mniejszej liczby zamiarów zmiany pracy. Jednak firmy muszą stosować zasady dotyczące zwierząt domowych, strategię zarządzania ryzykiem i ograniczać uciążliwości, takie jak szczekanie, luźne futro lub odchody. Wymagane są dodatkowe przerwy na spacer z psami, co może powodować irytację innych pracowników lub klientów. Pracownicy korzystają z redukcji stresu, wsparcia socjalnego, większej satysfakcji z pracy, braku konieczności zostawiania zwierzęcia w domu. Mimo to pies biurowy wiąże się z dodatkową odpowiedzialnością pod względem dobrego



samopoczucia, bezpieczeństwa, odwrócenia uwagi od pracy i zaangażowania emocjonalnego. Chociaż perspektywa zwierząt nie została jeszcze zbadana naukowo, proponujemy potencjalne korzyści, takie jak mniejszy stres separacyjny dzięki obecności właściciela w pobliżu, większe zaangażowanie społeczne i dodatkowe spacerowanie podczas przerw. Wyzwania dla psów mogą obejmować niechcianą uwagę, awersyjną stymulację środowiskową, trzymanie na smyczy lub klatce, irytację spowodowaną przez zwierzęta tego samego gatunku, zarażenie emocjonalne lub indywidualne wymagania [3].

Niemieckie stowarzyszenie zajmujące się promowaniem obecności psów w biurach Bundesverband Bürohund e.V. zapytało 1300 pracowników w Niemczech o ich doświadczenia ze zwierzętami w miejscu pracy i aż 90% ich respondentów stwierdziło, że poprawiają one atmosferę [1]. W roku 2007 roku zapoczątkowało cykliczną akcję „Psi współpracownik”, polegającą na tym, że w wyznaczonym dniu firmy przyjazne zwierzętom pozwalają pracownikom na przyprowadzenie swojego psa do biura. Pracodawcy otrzymują za to certyfikat potwierdzający, że są przedsiębiorstwem przyjaznym zwierzętom. Często się nawet okazywało, że po takim dniu pozwalano psom zostać w biurze na stałe. W ciągu ostatnich dziesięciu lat w akcji brało udział co roku około 1000 firm [1]. Coraz więcej firm określających się jako *dog-friendly* oferuje swoim pracownikom dodatkowy benefit w postaci opieki weterynaryjnej dla zwierzęcia [2].

Pies, aby mógł być w biurze [1,2]:

- musi być zdrowy,
- musi być zaszczepiony,
- musi być ubezpieczony,
- musi być przyjazny wobec ludzi oraz innych psów,
- musi słuchać poleceń (niektórzy pracodawcy mogą nawet wymagać potwierdzenia odbycia szkolenia z posłuszeństwa),
- powinien mieć dostęp tylko do miejsc, w których nie będzie przeszkadzać,
- nie powinien wchodzić do takich pomieszczeń, jak kantyna, kuchnia czy sala konferencyjna,
- powinien mieć przygotowany specjalny kącik (najlepiej w pobliżu biurka opiekuna), w którym nie może zabraknąć wygodnego legowiska, miski na karmę i wodę oraz ulubionej zabawki czworonoga.

Właściciel psa powinien dbać o czystość i higienę natychmiast usuwając pozostawioną przez psa sierść lub zabrudzenia [1]. Osoby, które mają alergię na sierść lub

cierpią na kynofobię powinni mieć zapewnione warunki do pracy w izolacji od zwierząt biurowych. Na drzwiach powinna być umieszczona informacja, że w biurze może znajdować się zwierzę, aby nie przestraszyć potencjalnych odwiedzających, np. klientów czy kurierów [2].

Obecność zwierząt w pracy może również mieć negatywne skutki, w tym takie jak np. rozpraszenie innych osób w pokoju, powodowanie alergii, czy uszkodzenie sprzętu [4].

Pamiętać należy, że pierwsza wizyta w biurze może być dla psa całkiem nowym doświadczeniem, a sprzyjają temu dzwoniące telefony, głośny śmiech, dużo ludzi w jednym pomieszczeniu. W związku z tym powinno się dozować czas pobytu, stopniowo wydłużając go [1].

W Polsce trend na zabieranie zwierząt do biura trwa od około 5-6 lat [5]. W 2016 roku powstała inicjatywa *Pets At Work* zraszająca przedsiębiorstwa, które wdrożyły lub zamierzają wdrożyć system pracy biurowej z psem. W przypadku zaproszenia zwierząt do biura, zaleca się firmom wykonanie tego w 6. krokach [cyt. za 5]:

1. uzyskanie zgody (innych pracowników, zarządcy budynku),
2. przedstawienie pomysłu ad obecność psa w biurze innym pracownikom - zebranie ich opinii,
3. zachęcenie, aby właściciele przyprowadzili psy na „spotkanie zapoznawcze – spacer” po biurze,
4. przystosowanie biura do czworonogów (miski z jedzeniem i wodą, legowiska, firma sprzątająca, aby na bieżąco usuwać sierść).
5. zachęcenie pracowników do aktywnego udziału w programie.
6. wykorzystanie, że firma jest przyjazna zwierzętom do prowadzenia działań wizerunkowych.

*Dog-friendly office* to jeden z najnowszych benefitów na polskim rynku pracy i coraz więcej przedsiębiorstw mówi o sobie: „jesteśmy dog-friendly”. Polskie prawo nie reguluje kwestii obecności psa w biurze i oficjalnie dozwolone są psy przewodnicy (towarzyszące np. osobom niewidomym), ponieważ bez nich ich opiekunowie nie mogą wykonywać swojej pracy. Jednakże w jego świetle zabieranie zwierząt do pracy w biurze nie ma żadnych ograniczeń. To, na co powinno zwrócić uwagę to sprawdzenie czy obecność psów nie narusza zasad bezpieczeństwa i higieny pracy [1,2].

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi zdecydowało, że można przyjąć z psem do pracy i zostało laureatem wyróżnienia publiczności w Konkursie WLB (*work-life-balance*) za

praktykę „Z psem do pracy”. Czy Polacy chcą zwierząt w miejscu pracy? [3].

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, za Kiwowarska [6] wskazuje, że z różnych badań wynika, iż:

- co trzeci pracownik uznaje możliwość przyprowadzania psa za dodatkową zachętę do rekrutacji (Pracuj.pl)
- 53% osób pracujących twierdzi, że rozważałoby pozostanie w firmie, gdyby pozwoliła im na zabranie swojego zwierzaka do pracy (Fortune.com)
- prawie we wszystkich miejscach pracy, które wdrożyły politykę przyjazną zwierzętom, zwiększyła się lojalność zatrudnionych (PAWrometer).

Według badania przeprowadzonego PURINA® zostało przeprowadzone przez Engage Research jako Pets at Work Benchmark Study (jako badanie jakościowe w trybie Omnibus) [7] 40% osób pracujących ze zwierzętami twierdziło, że poprawia to ich *work-life-balance*, 24% osób - praca ze zwierzętami poprawiła ich relacje w miejscu pracy, 45% - że dzięki temu atmosfera jest bardziej swobodna, a 50% właścicieli zwierząt, które nie są obecne w miejscu pracy twierdziło, że potraktowałoby taką inicjatywę jako pożądaną.

Przesłaniem Nestle Purina jest to, by ludziom i zwierzętom żyło się lepiej i w myśl tej zasady w firmie od 2003 można przychodzić do biura ze zwierzakiem. Psy nazywane są przez nich Dog-employees [cyt. 7,8].

Purina jest także partnerem sojuszu Pets at Work Alliance, który jest wewnątrz inicjatywą CSR, dzięki której pomagają innym firmom na wprowadzenie zasad przychodzenia do biura ze zwierzętami [cyt. 7,8].

W Amazon każdego dnia w siedzibie firmy w Seattle pracownikom towarzyszy nawet do 6 000 psów. Także w polskich oddziałach Amazon psy nie są rzadkim widokiem [cyt. za 7, 8].

Segment Petcare firmy Mars podkreśla, że posiadanie przyjaznych psom biur służy zarówno pracownikom, jak i ich pupilom oraz pracodawcy [cyt. za 7, 10]. Także firma Royal Canin chce być pracodawcą przyjaznym zwierzętom [cyt. za 6, 11].

W roku 2019 za jedno z najlepszych miejsc do pracy uznane zostało biuro firmy Bark w mieście Columbus w stanie Ohio, które nazywane jest także “najbardziej przyjaznym psom biurem na świecie” [cyt. za 7, 12].

W GPD Agency są PSIEfantastyczne piątki, czyli cotygodniowa możliwość przychodzenia do pracy z psem [cyt. za 7].

Według badań IPSOS (*Institut Public de Sondage d'Opinion Secteur*) [cyt. za 7], w po-

koleniu „Milenium” („następnej generacji”, „pokoleniu cyfrowym”) posiadanie psa w miejscu pracy jest uznawane za trzeci co do atrakcyjności przywilej pracowni- czy. Gdyby postawić osoby z tej grupy przed wyborem dwóch różnych pracodawców, ponad 40% z nich zdecydowałoby się na firmę przyjazną zwierzętom, gdyż obecność zwierząt w miejscu pracy kojarzy im się z miłą i ciepłą atmosferą oraz mniejszym odczuwaniem stresu [cyt. za 7].

Barker i wsp. [13] przeprowadzili szerokie badania w firmach, w których obecność psów była dozwolona. Porównywali różnice między pracownikami, którzy przyprawdzają swoje psy do pracy (grupa DOG), pracownikami, którzy nie przyprawdzają swoich psów do pracy (grupa NODOG) i pracownikami bez zwierząt domowych (grupa NOPET) na stres fizjologiczny i odczuwalny, postrzeganie satysfakcji z pracy, organizacyjne zaangażowanie afektywne i postrzegane wsparcie organizacyjne. Połączone grupy uzyskały znacznie wyższe wyniki w wielu podskalach satysfakcji z pracy, niż grupa referencyjna dla tych skal. Nie stwierdzono znaczących różnic między grupami pod względem stresu fizjologicznego lub postrzeganego wsparcia organizacyjnego. Chociaż odczuwany stres był podobny na początku badania, w ciągu dnia stres malał w grupie DOG w obecności psów i wzrastał w grupach NODOG i NOPET. Pod koniec dnia grupa NODOG miała znacznie większy stres niż grupa DOG. Stwierdzono znaczącą różnicę we wzorcach stresu w grupie PIES w dniach obecności i nieobecności psów. W dni nieobecności psa stres właścicieli wzrastał w ciągu dnia, co odzwierciedla wzór obserwowany w grupie NODOG. Oryginalność/wartość Artykuł ten stanowi pierwsze ilościowe badanie eksploracyjne wpływu psów domowych w miejscu pracy na stres pracowników oraz postrzeganie satysfakcji, wsparcia i zaangażowania [12].

Zakładem przyjaznym dla zwierząt jest także Zakład Zintegrowanej Opieki Medycznej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, gościł pieski nie tylko na terenie zakładu, ale także podczas organizowanych Międzynarodowych Konferencji „Życiodajna Śmierć”.

Bronuś – piesek dr Andrzej Guzowskiego



## PIES W MIEJSCU PRACY





**Anna Jurak – kynoterapeuta  
i jej podopieczny Bereneński Pies Pasterski  
w czasie obrad  
Xiv Międzynarodowej Konferencji  
Naukowo-Szkoleniowa  
„Życiodajna Śmierć – Pamięci Elizabeth Kübler - Ross”  
Białystok, 23 – 26 Maja 2019  
oraz w Zakładzie Zintegrowanej Opieki Medycznej**

## PIES W MIEJSCU PRACY







### PIŚMIENNICTWO

1. Zachowanie psa w biurze, <https://www.maxizoo.pl/magazyn/pies/zachowanie/pies-w-biurze/>, data pobrania 21.08.2024.
2. Partyka M. Pies w miejscu pracy, <https://betterworkplace.pl/blog/pies-w-pracy-wady-i-zalety-takiej-sytuacji/>, data pobrania 21.08.2024.
3. Foltin S., Glenk L.M. Going to the office - What's in it for the dog? J Appl Anim Welf Sci., 2023, 13, 1-17.
4. Zwierzak w pracy, <https://www.gov.pl/web/sluzbacywilna/zwierzak-w-pracy>, data pobrania 21.08.2024.
5. Pies w biurze, <https://freshoffice.eu/pies-w-biurze/>, data pobrania 21.08.2024.
6. Kiwowska K. Pies w pracy, <https://kadry.infor.pl/bhp/bezpieczenstwo-pracy/6293371,pies-w-pracy.html>, data pobrania 21.08.2024.
7. <https://www.purina.co.uk/our-impact/pets-at-work>, data pobrania 21.08.2024.
8. Pies w biurze, Pies w biurze - wpływ zwierząt na miejsce pracy - Blog BudgetBee | Inspiracje Ze Świata HR i Employer Brandingu, data pobrania 21.08.2024.

9. <https://www.aboutamazon.com/workplace/meet-the-dogs-of-amazon>, data pobrania 21.08.2024.
10. <https://pol.mars.com/news-and-stories/press-releases/zdrowe-szczesliwe-i-mile-widziane-zwierzeta-w-domu-w-pracy-i-w>, data pobrania 21.08.2024.
11. <https://www.royalcanin.com/pl/about-us/sustainability>, data pobrania 21.08.2024.
12. <https://www.domiporta.pl/informacje/a/najbardziej-przyjazne-psom-biuro-na-swiecie-znajduje-sie-w-ohio-3536>, data pobrania 21.08.2024.
13. Barker R.T., Knisely J.S., Barker S. et al. Preliminary investigation of employee's dog presence on stress and organizational perceptions. *Int. J. Workplace Health Manag.*, 2012, 5(1), 15-30.

## BADANIA WŁASNE





## ROLA TERAPEUTYCZNA PSA W OPINII PERSONELU MEDYCZNEGO

*Posiadanie psa jest jak tęcza.*

*Szczenięta są radością na jednym końcu.*

*Stare psy są skarbem na drugim.*

*Carolyn Alexander*

### CEL PRACY

Celem pracy była ocena roli psa terapeutycznego w percepcji personelu medycznego. Za cele szczegółowe uznano sprawdzenie:

- Jaka jest opinia personelu medycznego na temat stosowania dogoterapii w szpitalach?;
- Jaki jest udział psa w procesie leczenia i hospitalizacji pacjentów?;
- Jaki poziom wiedzy na temat dogoterapii prezentują osoby uczestniczące w procesie leczenia, terapii i rehabilitacji?;
- Czy istnieje potrzeba zwiększenia świadomości społeczeństwa na temat roli psa w życiu człowieka i konieczność uświadamiania innych o jego terapeutycznym działaniu?

### Material i metoda

Badanie przeprowadzono wśród losowo wybranych 300. osób zaliczanych do grupy medycznej. Wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego z zastosowaniem autorskiej ankiety, składającej się z 20. pytań. Kwestionariusz został udostępniony zarówno w stacjonarnych placówkach medycznych, jak również w mediach społecznościowych w czerwcu 2022 roku.

Etapem wstępnym był przeprowadzony pilotaż mający na celu identyfikację osób pod kątem podjętego tematu. Anonimowa ankieta obejmowała pytania dotyczące roli psa terapeutycznego w opinii medyków.

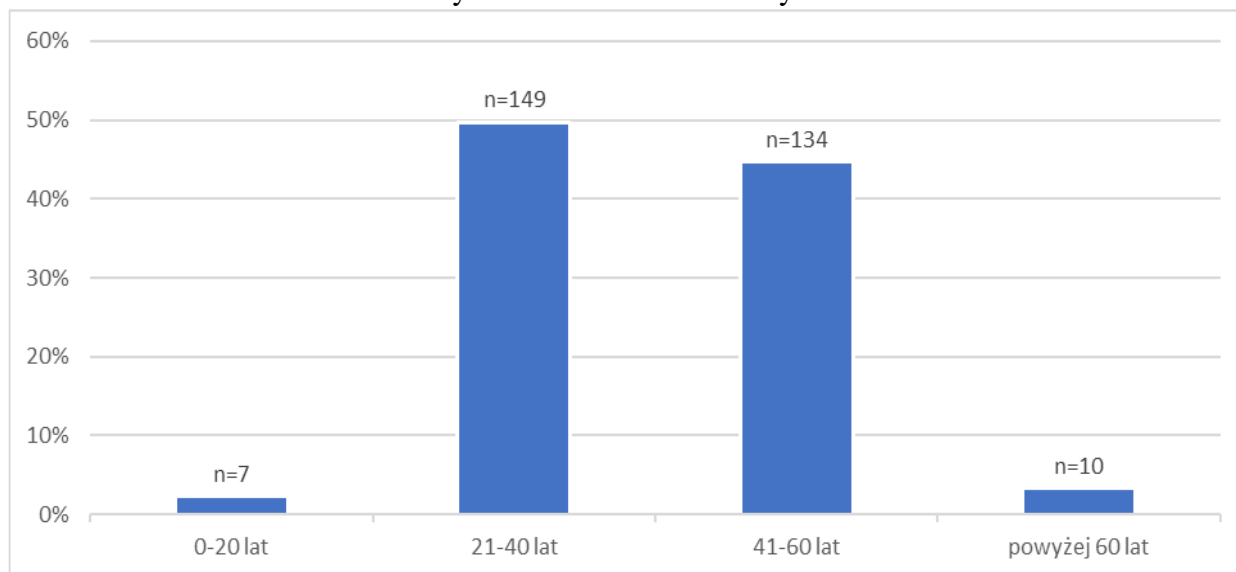
Zebrany materiał poddano analizie i opracowano przy pomocy podstawowej statystyki opisowej.

Motywnem do przeprowadzenia badań wśród personelu medycznego były podejmowane wielokrotnie zagadnienia dotyczące udziału psa w procesie terapeutycznym pacjentów.

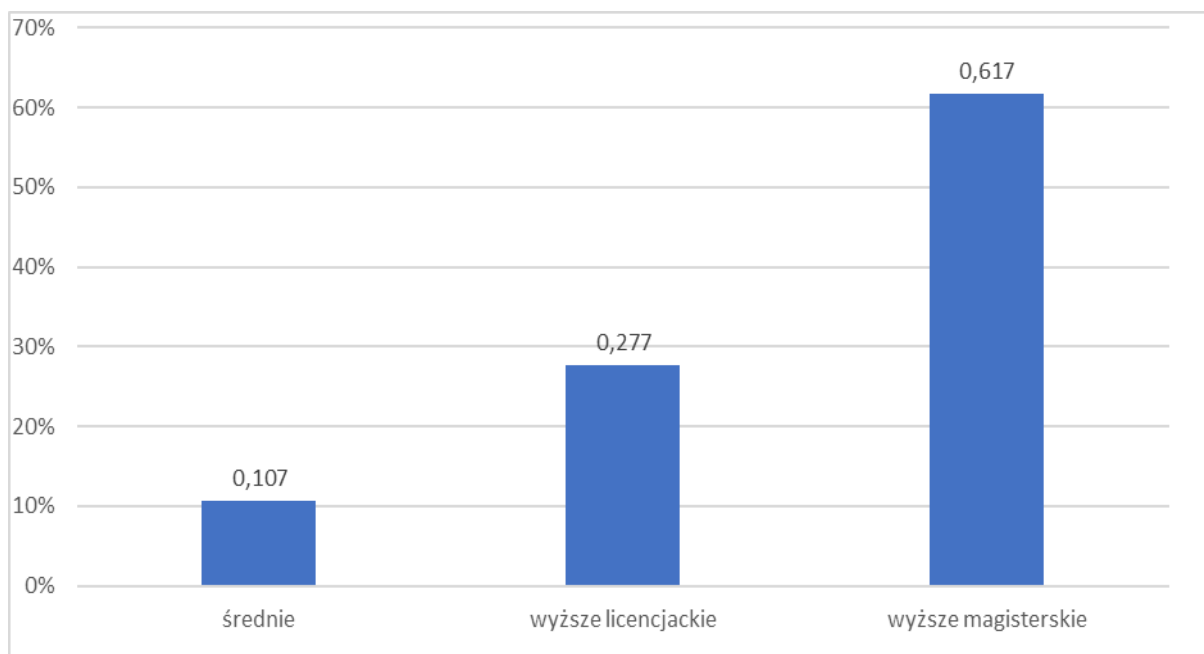
Zdecydowaną większość ankietowanych stanowiły kobiety (n=205, 68,3%), natomiast liczba ankietowanych mężczyzn stanowiła 31,7% (n=95).

Ankietowanych podzielono na cztery grupy wiekowe. Najliczniejsze z nich stanowiły osoby w wieku 21-40 lat (n=149) oraz 41-60 lat (n=134). Wyniki przedstawia Rycina 1.

Rycina 1. Wiek ankietowanych

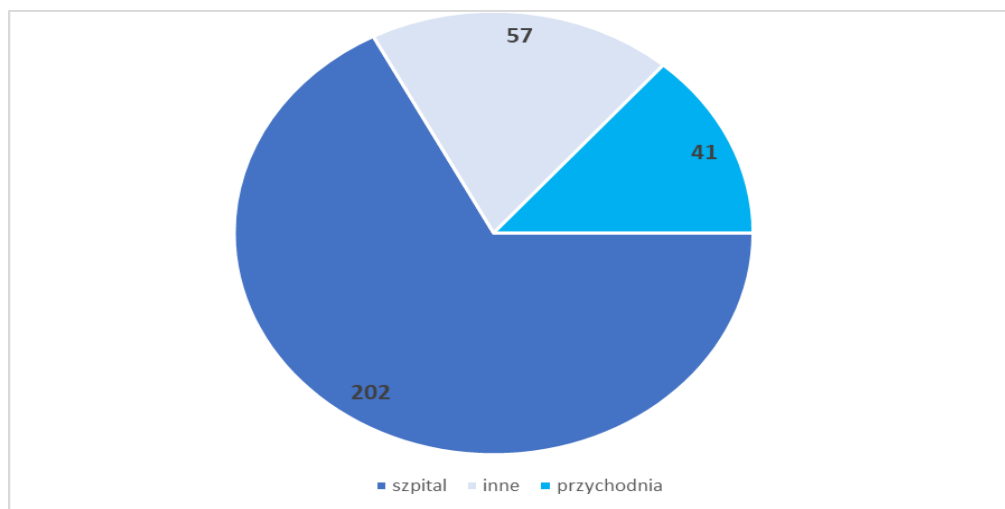


Ponad połowa ankietowanych 62% (n=185) ukończyło studia wyższe magisterskie. Wykształcenie wyższe licencjackie deklарowało 28% (n=83) ankietowanych, natomiast średnie - 11% (n=32) badanych. Wyniki obrazuje Rycina 2.



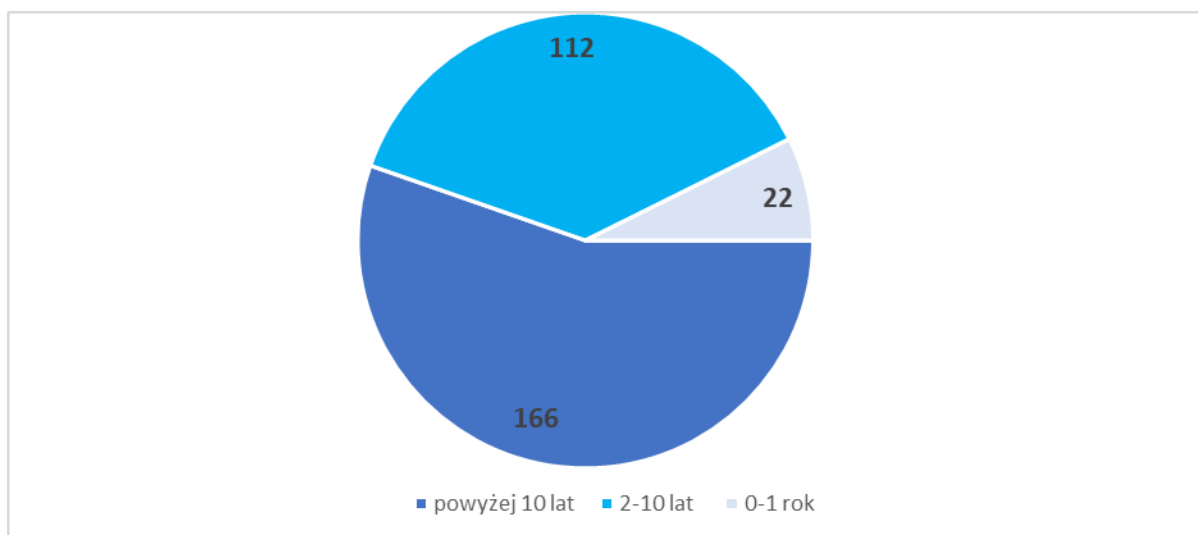
Rycina 2. Wykształcenie ankietowanych

Większość ankietowanych 67% (n=202) pracowało w szpitalach, w przychodniach – 14% (n=41) badanych, a w innych placówkach 19% (n=57) respondentów. Wyniki przedstawiono na Rycinie 3.



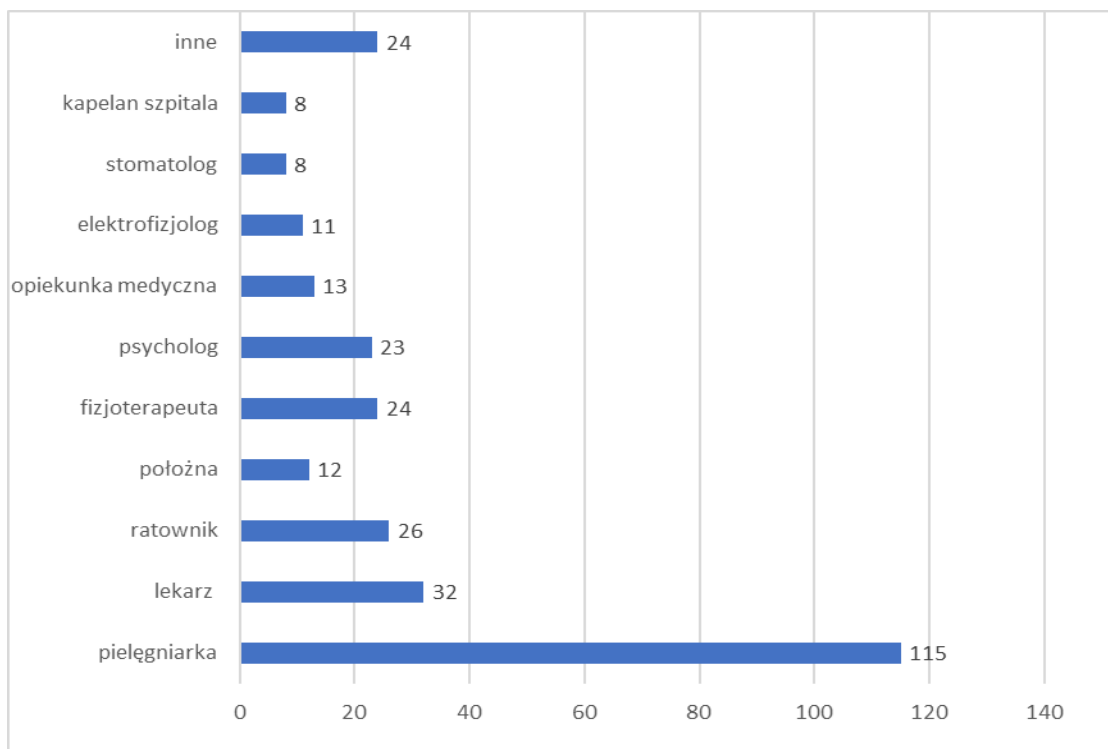
Rycina 3. Miejsce pracy ankietowanych

Ponad połowa ankietowanych 55% (n=166) pracowała w zawodzie medycznym powyżej 10 lat. Najmniej ankietowanych stanowiły osoby ze stażem pracy 0-1 roku 7% (n=22). Wyniki przedstawiono na Rycinie 4.



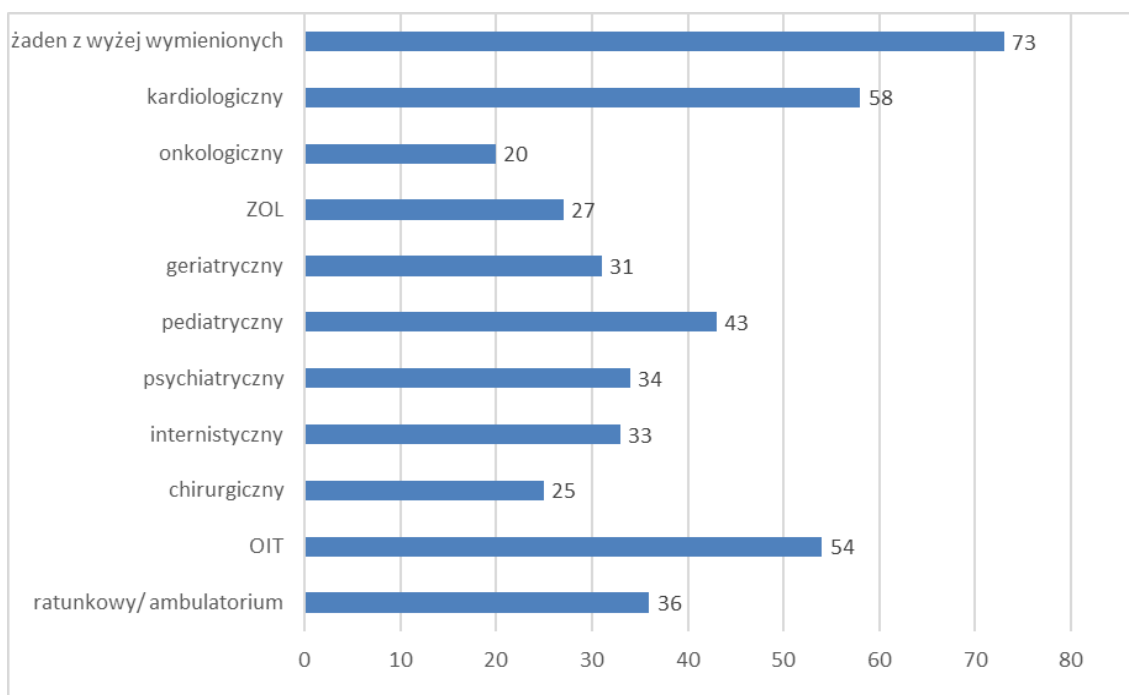
Rycina 4. Staż pracy ankietowanych

W badaniu wzięli udział przedstawiciele różnych zawodów medycznych. Najliczniejsze grupy stanowiły pielęgniarki - 39% (n=115) ankietowanych oraz lekarze - 11% (n=32) ankietowanych. Wyniki obrazuje Rycina 5.



Rycina 5. Wykonywany zawód medyczny

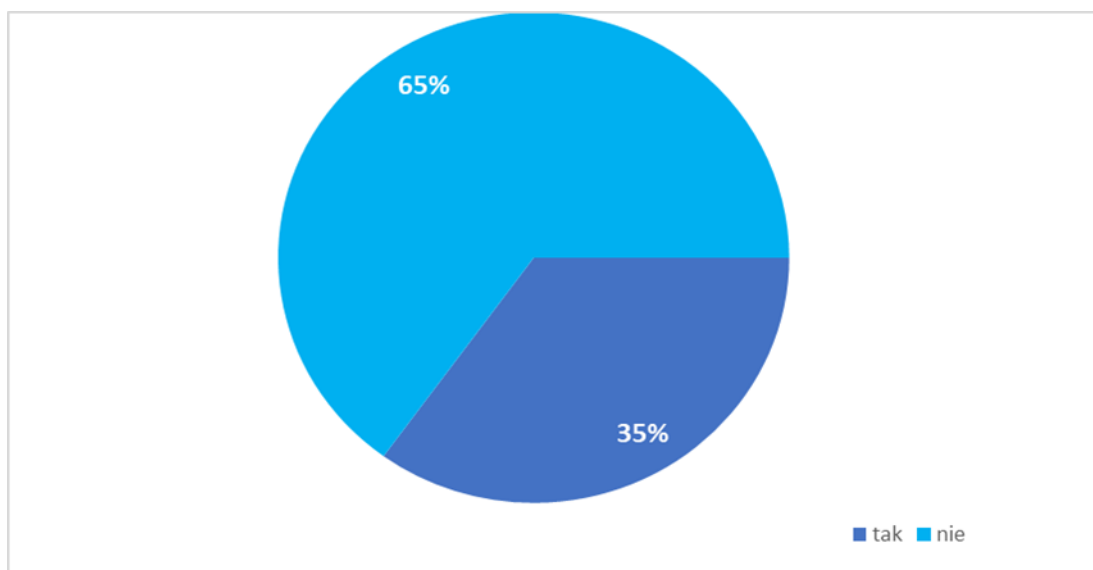
Ankietowani byli pracownikami różnych oddziałów szpitalnych. Wyniki przedstawia Rycina 6.



Rycina 6. Oddziały szpitalne w których pracują ankietowani

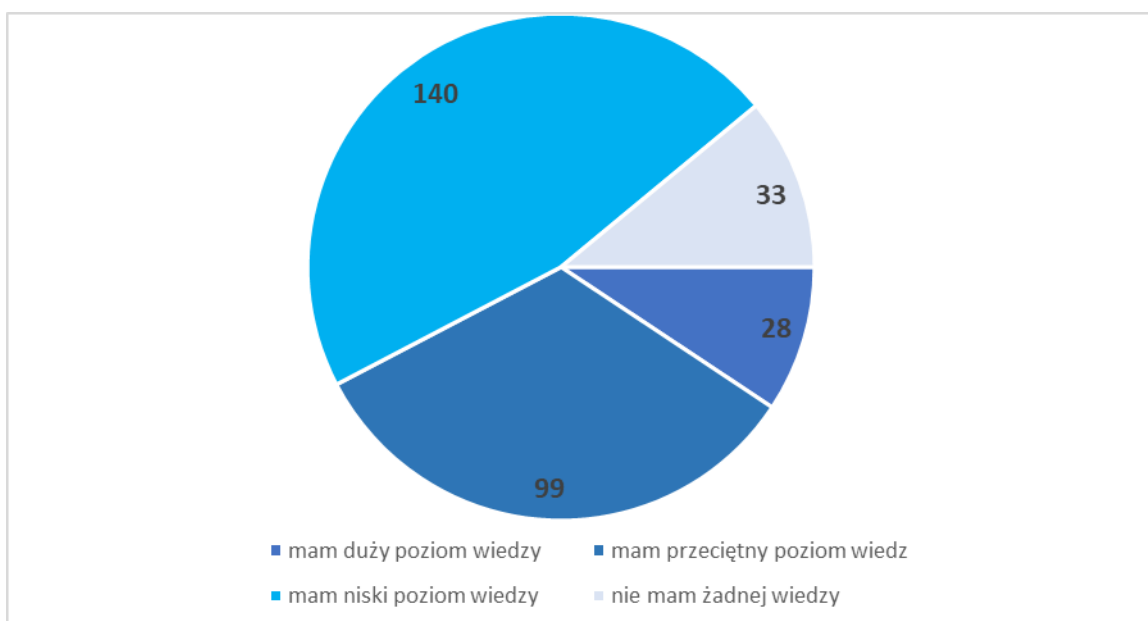


Większość ankietowanych 65% (n=195) nigdy nie spotkało się z wykorzystaniem dogoterapii w szpitalu. Wyniki przedstawiono na Rycinie 7.



Rycina 7. Wykorzystanie dogoterapii na oddziałach szpitalnych

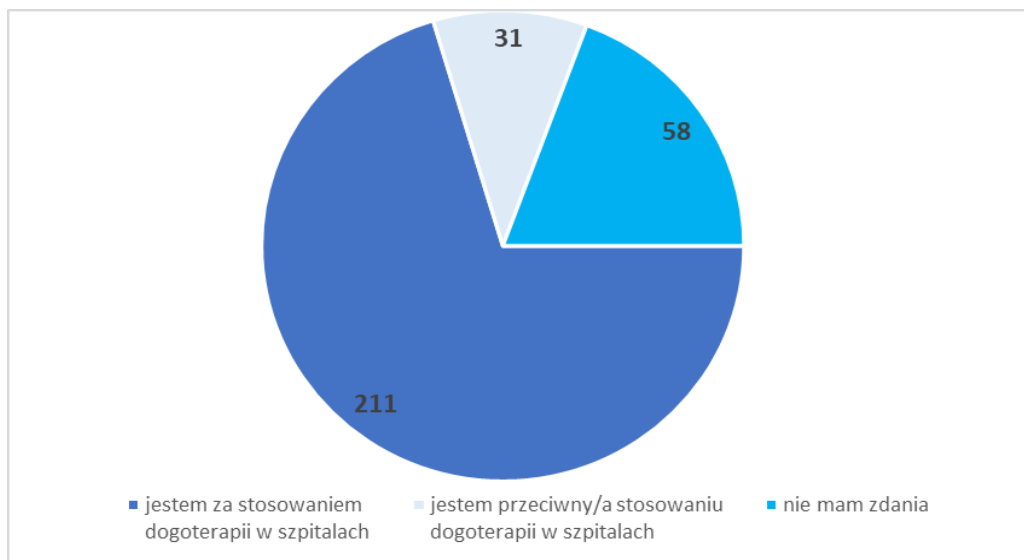
Blisko połowa ankietowanych 47% (n=140) twierdziła, iż ma niski poziom wiedzy na temat dogoterapii, ale jednocześnie znaczna część respondentów 33% (n=99) deklarowała przeciętny poziom wiedzy na temat dogoterapii. Wyniki przedstawiono na Rycinie 8.



Rycina 8. Wiedza ankietowanych na temat dogoterapii

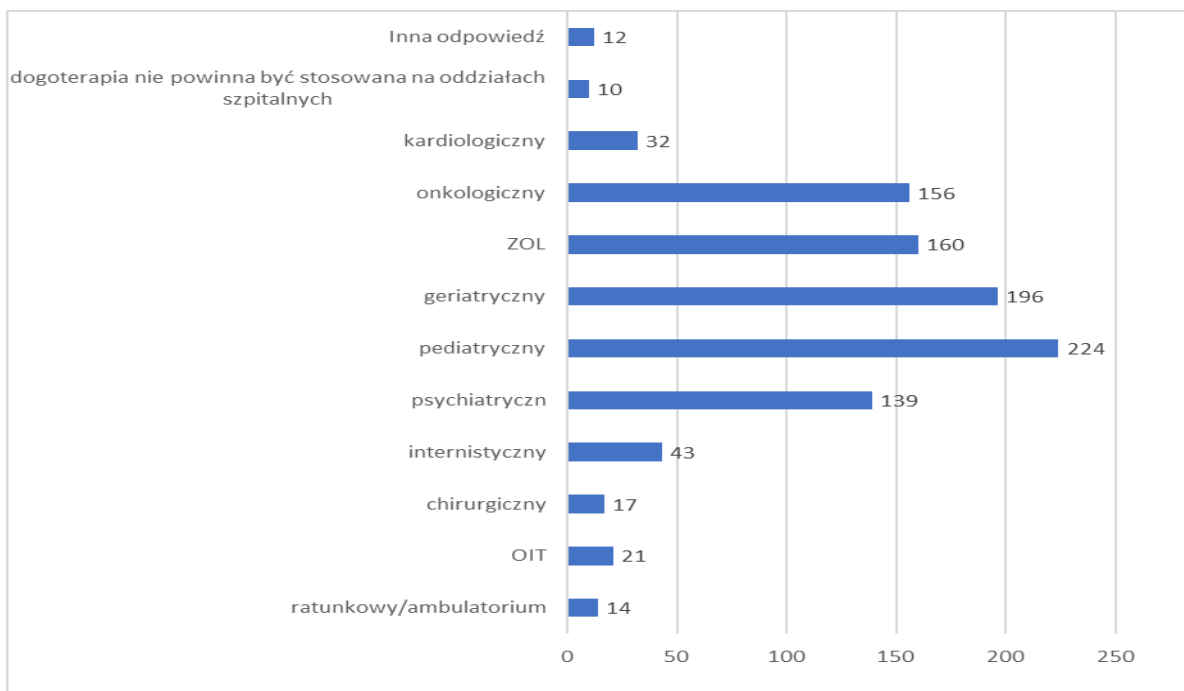
## ROLA TERAPEUTYCZNA PSA W OPINII PERSONELU MEDYCZNEGO

Większość medyków biorących udział w badaniu 70% (n=211) była za stosowaniem dogoterapii w szpitalach. Przeciwne zdanie wyraziło 19% (n=58) respondentów (Ryc. 9).



Rycina 9. Opinia medyków na temat stosowania dogoterapii w szpitalach

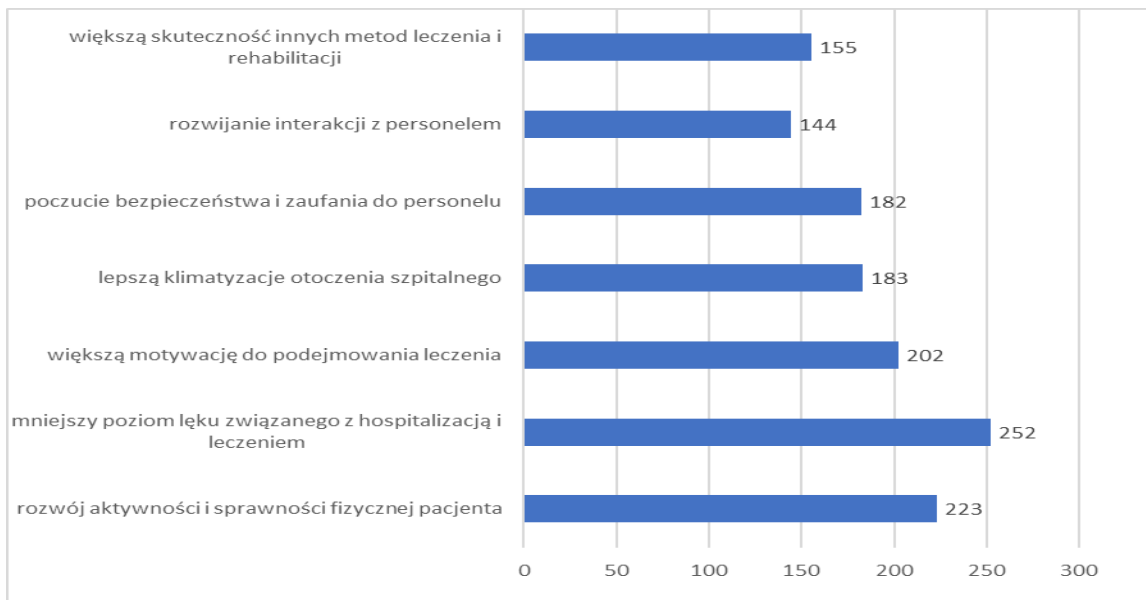
Według ankietowanych kardiologia, onkologia, zakład opiekuńczo-leczniczy, geriatrya, pediatria oraz psychiatria, to oddziały w których powinna być prowadzona dogoterapia. Wyniki przedstawione zostały na Rycinie 10.



Rycina 10. Oddziały w których powinna być stosowana dogoterapia w opinii pracowników medycznych

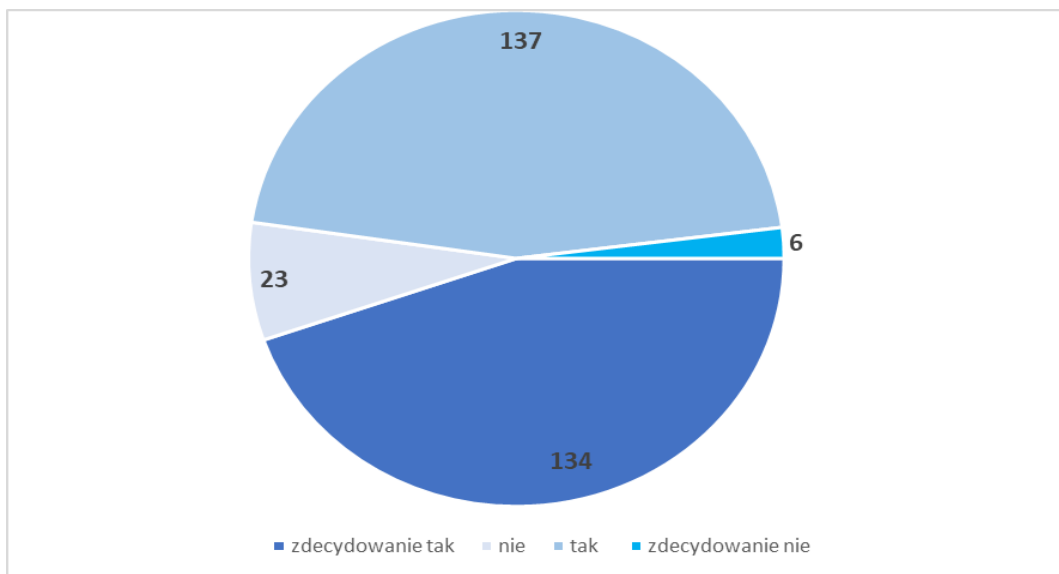
## ROLA TERAPEUTYCZNA PSA W OPINII PERSONELU MEDYCZNEGO

Ankietowani wskazali wiele zalet stosowania dogoterapii w szpitalu. Najczęściej wskazywaną przez respondentów zaletą dogoterapii było zmniejszenie poziomu lęku związanego z hospitalizacją i leczeniem oraz rozwój aktywności i sprawności fizycznej pacjenta. Wyniki przedstawiono na Rycinie 11.



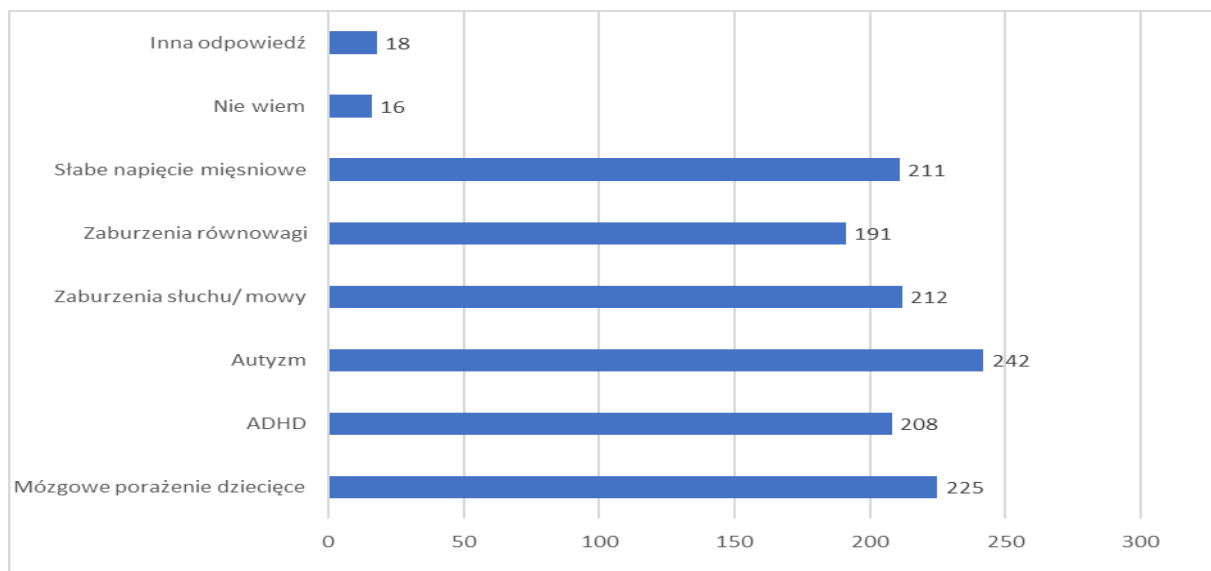
Rycina 11. Zalety terapii z udziałem psa w szpitalu w opinii badanych pracowników ochrony zdrowia

Większość ankietowanych twierdziło, iż pacjent powinien mieć możliwość kontaktu ze swoim psem podczas hospitalizacji. Wyniki badań przedstawiono na Rycinie 12.



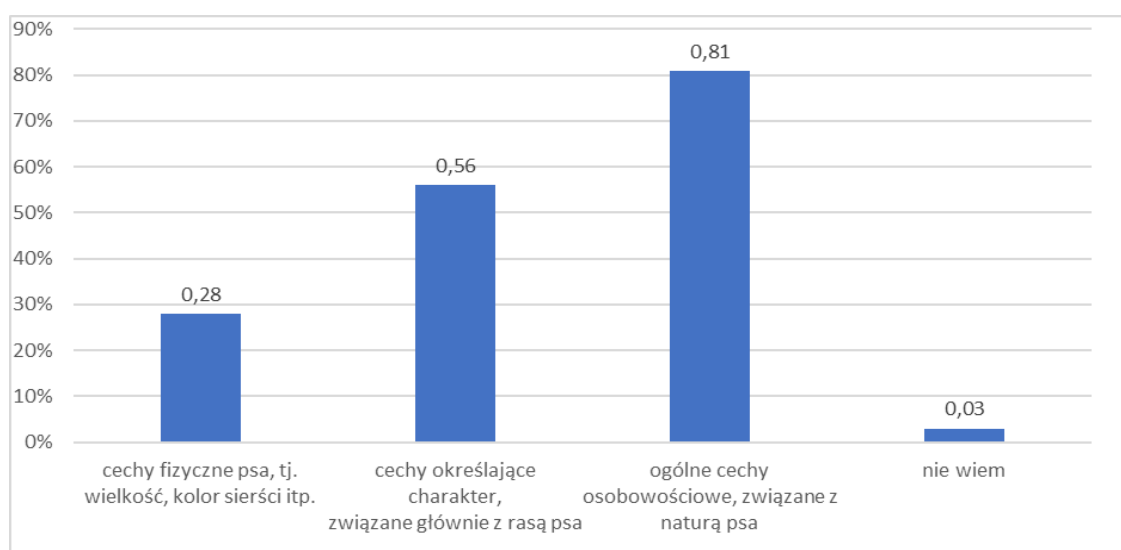
Rycina 12. Opinia ankietowanych dotycząca możliwości kontaktu ze swoim psem podczas hospitalizacji

Respondenci wskazali powody stosowania dogoterapii, w tym najczęściej autyzm, mózgowie porażenie dziecięce i zaburzenia mowy/słuchu. Inne wskazania obrazuje Rycina 13.



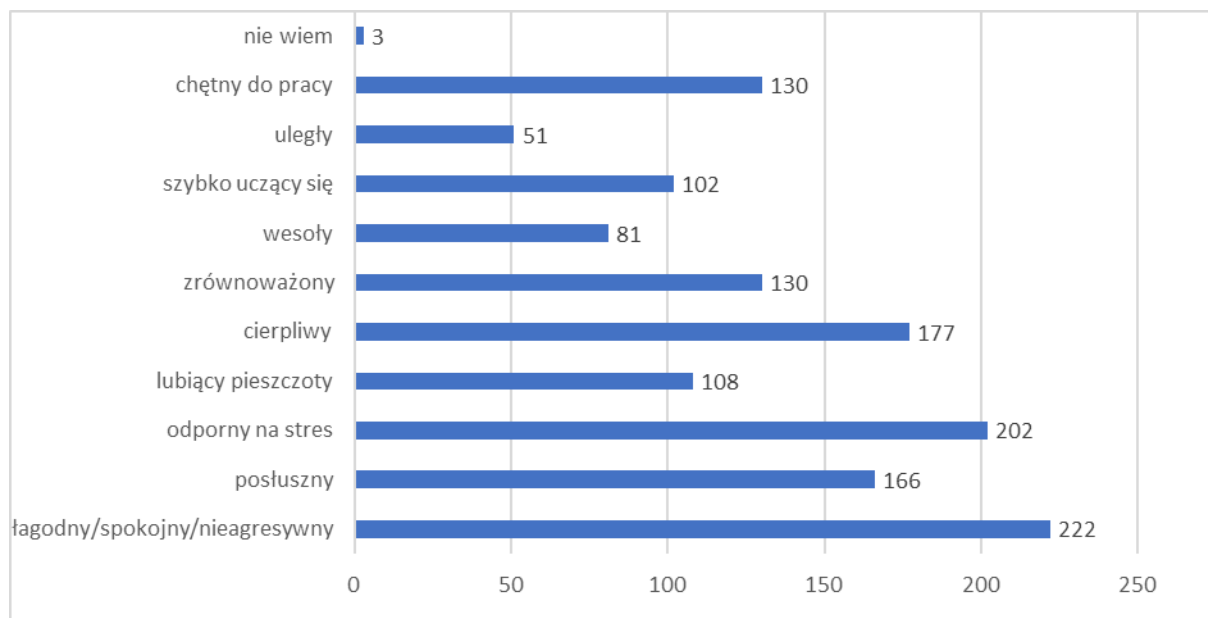
Rycina 13. Wykorzystanie dogoterapii u dzieci w opinii ankietowanych

Zdaniem respondentów, pies stosowany do dogoterapii powinien posiadać odpowiednie właściwości. Najwięcej ankietowanych 81% (n=242) twierdziło, iż powinien wyróżniać się odpowiednimi cechami osobowości, związanymi z jego naturą. Ponad połowa ankietowanych 56% (n=169) była zdania, iż pies powinien mieć odpowiednie cechy charakteru, które są związane z jego rasą. Wyniki przedstawiono na Rycinie 14.



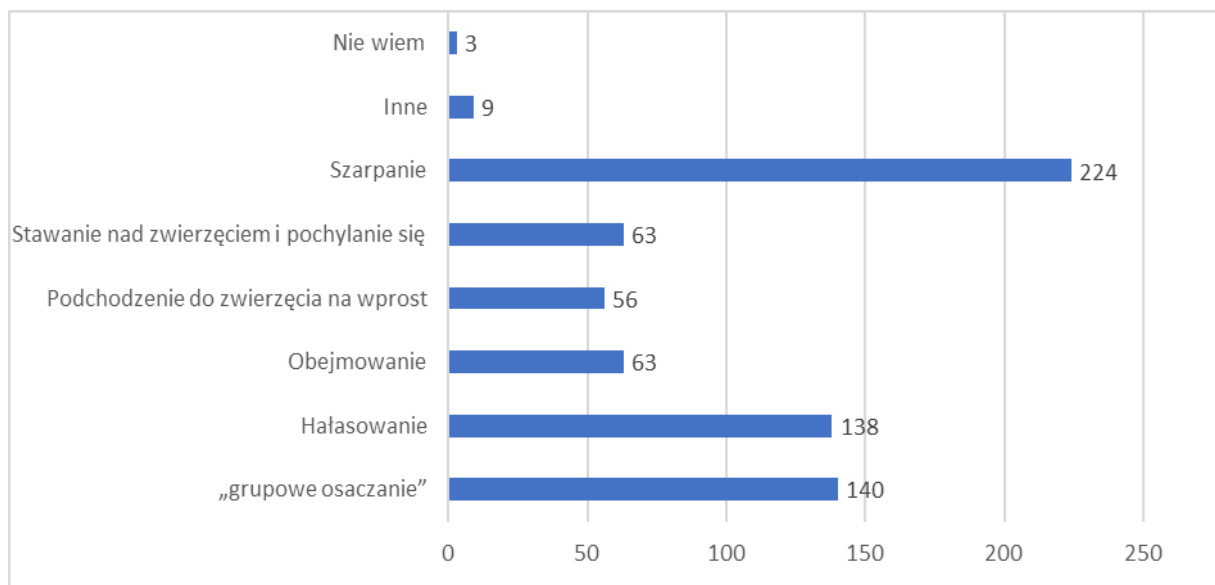
Rycina 14. Właściwości psa stosowanego w dogoterapii w opinii ankietowanych

Ankietowani wskazali cechy osobowości, które powinien posiadać pies-terapeuta. Za najważniejszą uznali – „łagodny/spokojny/nieagresywny” (222 osoby). Wyniki przedstawiono na Rycinie 15.



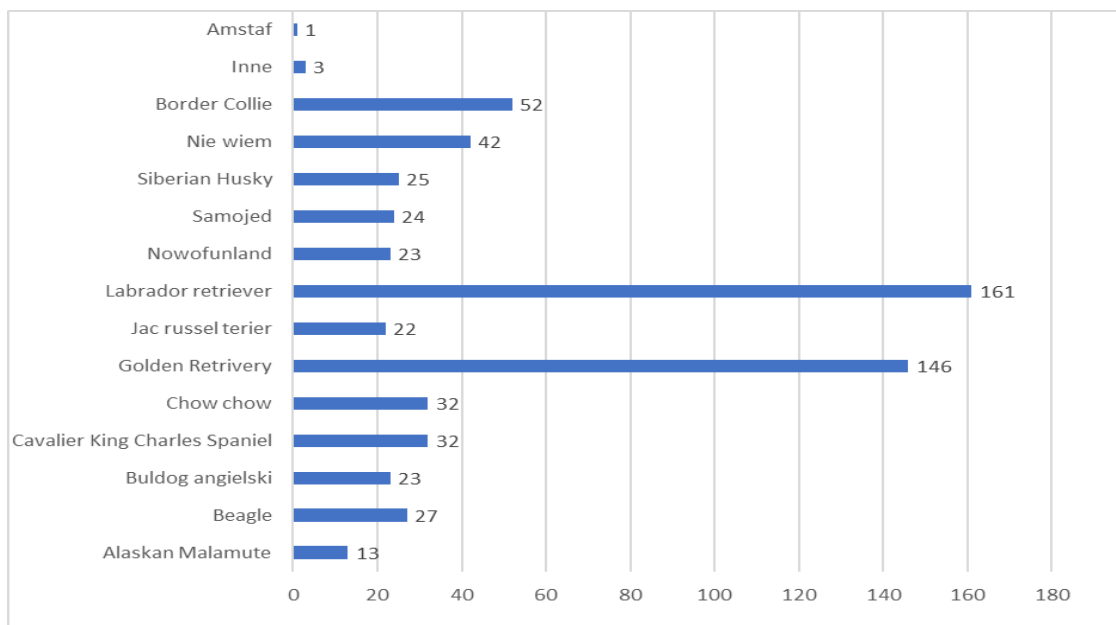
Rycina 15. Pożądane cechy psa terapeuty w opinii ankietowanych

Respondenci najczęściej, jako zachowania prowadzące do wystąpienia dyskomfortu u psa, wskazywali na szarpanie 75% (n=224), hałasowanie 46% (n=138) oraz „grupowe osaczenie psa” 47% (n=140). Wyniki przedstawiono na Rycinie 16.



Rycina 16. Zachowania osób uczestniczących w terapii, które mogą doprowadzić do dyskomfortu psa

Według ankietowanych najczęściej stosowanymi do dogoterapii psami są labradory retrievery 51% (n=161) oraz golden retrievery 49% (n=146). Pozostałe wyniki przedstawiono na Rycinie 17.



Rycina 17. Najpopularniejsze rasy psów stosowane do dogoterapii

### Wnioski

1. Istnieje wiele zalet stosowania dogoterapii w szpitalu, a do najczęstszych należy zmniejszenie poziomu lęku pacjentów związanego z hospitalizacją i leczeniem oraz rozwój aktywności i sprawności fizycznej pacjenta.
2. Terapia z udziałem psa jest wskazana w oddziałach szpitalnych, szczególnie w miejscach przewlekłego leczenia i oddziałach, w których pacjenci zasługują na szczególną uwagę, tj. w kardiologii, onkologii, zakładzie opiekuńczo-lecznicznym, geriatrici, pediatrii oraz psychiatrii.
3. Istnieje konieczność zwiększenia świadomości nie tylko personelu medycznego, ale całego społeczeństwa na temat możliwości korzystania z różnych alternatywnych metod leczenia i rehabilitacji, w tym terapii z udziałem psa.
4. Medycy biorący udział w badaniu wskazują na potrzebę kontaktu pacjentów ze swoim psem podczas hospitalizacji.

*Pełna wersja pracy – Bociarska Renata, Rabiański Mateusz, Krajewska-Kulak Elżbieta: Rola terapeutyczna psa w opinii personelu medycznego. [w:] Holistyczny wymiar współczesnej medycyny. T. 10. Red. Elżbieta Krajewska-Kulak, Mateusz Cybulski, Jolanta Lewko, Wojciech Kulak. Białystok : Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, 2023: 71-86. p-ISBN: 978-83-67454-28-5*

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

*Kiedy już miałeś cudownego psa,  
życie bez niego zubożało*  
Dean Koontz

### CELE PRACY

Celem pracy była ocena wpływu dogoterapii na leczenie i rehabilitację dzieci z autyzmem, jej wpływu na zmianę zachowań i postaw u dzieci oraz przedstawienie dogoterapii jako metody wspomagającej w leczeniu wielu zaburzeń i dysfunkcji psychospołecznych wieku rozwojowego

### MATERIAŁ I METODA

W badaniu zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem autorskiego kwestionariusza ankiety składającego się z 22. pytań, z możliwym zestawem odpowiedzi do wyboru. W zestawie pytań zastosowano następujące kafeterie:

- zamknięta (dysjunktywna) - umożliwia wybór jednej spośród podanych odpowiedzi;
- półotwarta (półzamknięta) - sugeruje wybranie jednej z możliwych odpowiedzi, ale umożliwia też wskazanie innej własnej odpowiedzi;
- koniunktywna - daje możliwość równoczesnego zaznaczenia kilku spośród podanych odpowiedzi.

Zakres pytań kwestionariusza ankiety obejmował zagadnienia m.in.:

- dane indywidualne respondenta,
- informacje dotyczące zaburzeń autyzmu u dzieci,
- zastosowanie dogoterapii u dzieci z autyzmem.

Materiał z badań poddano analizie i opracowano przy pomocy podstawowej statystyki opisowej z użyciem programu MS Excel. Do pomiaru zależności cech zastosowano test statystyczny Chi<sup>2</sup> Pearsona. Obliczenia statystyczne wykonano w programie STATISTICA. Dla wykonanych analiz przyjęto wartość  $p < 0,05$  jako różnicę istotną statystycznie. Zebrane wyniki przedstawiono w postaci tabel i wyników.

### ORGANIZACJA I PRZEBIEG BADAŃ

Badania były prowadzone w 3 etapach.

- **Etap I** to opracowanie koncepcji i narzędzia badawczego-kwestionariusza ankiety,



uzyskanie zgody Komisji Bioetycznej nr: R-I-002/129/2017 (w załączniku) na przeprowadzenie badań i zebranie bibliografii.

- **Etap II** to przeprowadzenie badania pilotażowego (mające na celu przetestowanie kwestionariusza pod kątem zrozumienia sensu pytań, właściwej ich interpretacji, odpowiedniej kafeterii, formy i czytelności ankiety), a następnie przeprowadzanie badań właściwych.
- **Etap III** to opracowanie tematu na podstawie zebranego materiału, wyciągnięcie odpowiednich wniosków i przeprowadzenie dyskusji w związku z uzyskanymi wynikami, na podstawie dostępnej literatury dotyczącej tematu.

Dobór badanej grupy był celowy. Respondentami byli rodzice/ opiekunowie dzieci z orzeczeniem autyzmu korzystające z dogoterapii jako formy wspomagającej leczenie.

Ankieta była anonimowa, dobrowolna, respondenci zostali poinstruowani na temat sposobu wypełniania kwestionariusza.

Analizowano ankiety pod względem:

- Występowania jakości zaburzeń autyzmu u dzieci
- Intensywności objawów autyzmu
- Chorób współistniejących
- Korzystania z poradni leczenia autyzmu i innych form terapii
- Czasu, miejsca i formy prowadzonych zajęć dogoterapii
- Stosunku i zaangażowania dziecka podczas zajęć dogoterapeutycznych
- Efektów i zmian w zachowaniach dziecka po dogoterapii.

### CHARAKTERYSTKA GRUPY BADANEJ

Badanie przeprowadzono wśród rodziców/opiekunów dzieci z orzeczeniem autyzmu, które korzystały z dogoterapii pod kierunkiem terapeuty.

Z racji małej liczby dzieci, które posiadały orzeczenia autyzmu i jednocześnie korzystały z dogoterapii, a także ze względu na brak zgody na udział w badaniu, ilość ankietowanych została ograniczona do 50. osób.

Ankiety wypełniali rodzice lub opiekunowie dzieci. Pytania zawarte w kwestionariuszu miały na celu określenie zakresu wykorzystania dogoterapii w leczeniu i rehabilitacji dzieci z autyzmem.

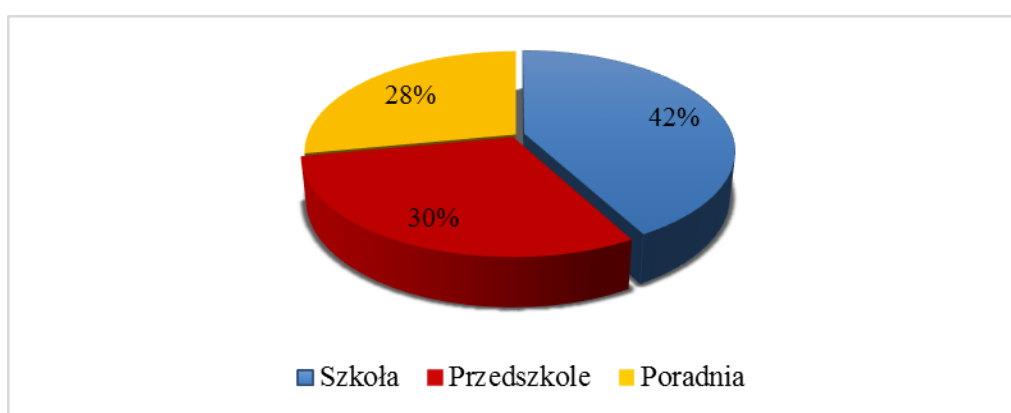
Miejscem objętym badaniem były trzy ośrodki, w których dzieci korzystały z dogoterapii:

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

- Niepubliczne Przedszkole „Na Zielonej Górze” w Białymstoku,
- Gabinet Wspierania Rozwoju Dzieci i Młodzieży TRIADA w Białymstoku.
- Zespół Szkół Nr 12 w Białymstoku,

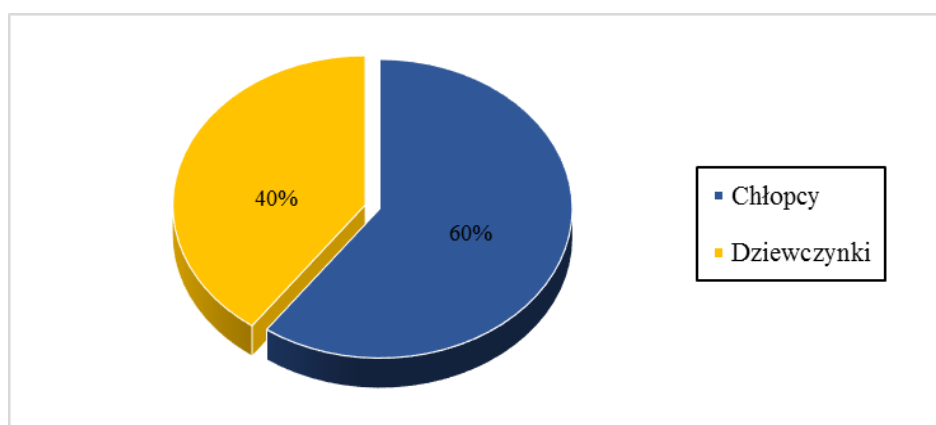
Dzieci z wyżej wymienionych placówek, które z różnych przyczyn nie mogły korzystać z dogoterapii na terenie szkoły lub przedszkola, były kierowane do poradni wspierania rozwoju dzieci i młodzieży.

W poszczególnych placówkach uzyskano zgodę dyrekcji na przeprowadzenie ankiet wśród rodziców/ opiekunów dzieci oraz zgodę Komisji Bioetycznej. Miejsce prowadzonych badań obrazuje rycina 1.



Rycina 1. Miejsce prowadzonych badań.

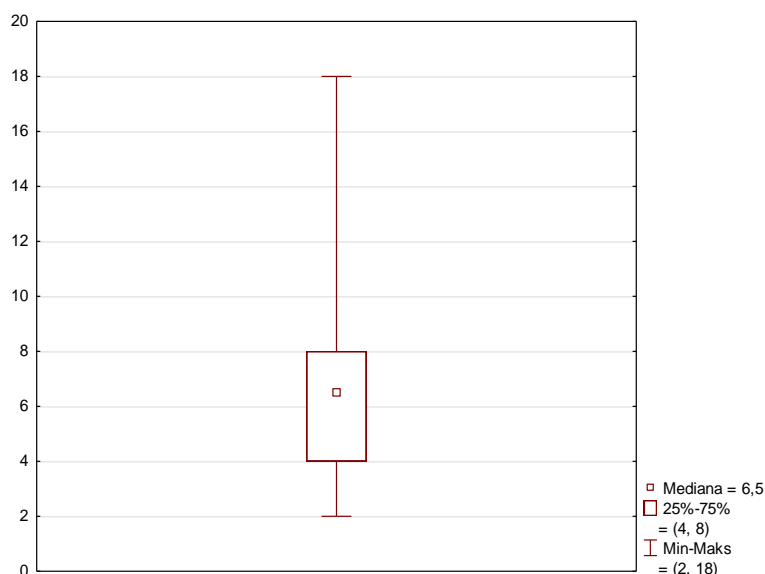
Dokonano charakterystyki badanej grupy pod względem płci, wieku, czasu postawienia diagnozy autyzmu. W badaniu uczestniczyło 50. dzieci, w tym 30. chłopców, co stanowi 60% i 20. dziewczynek - 40%.



Rycina 2. Płeć dziecka.

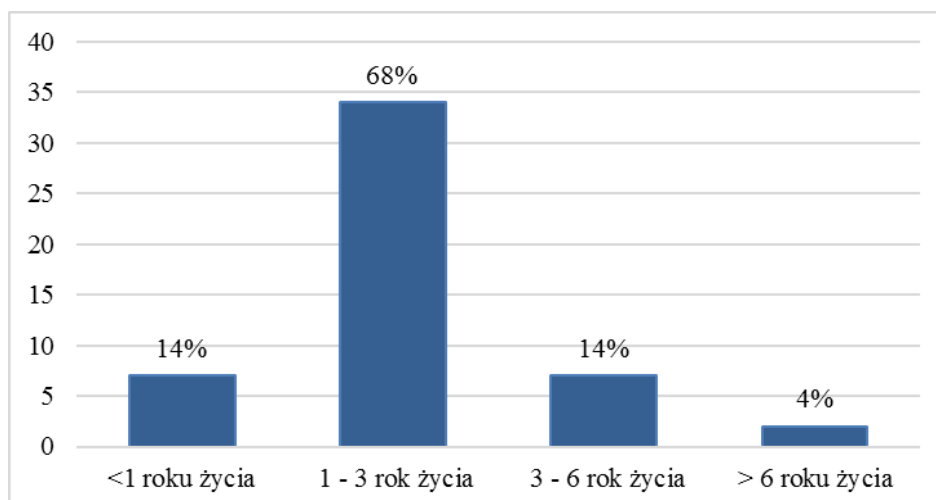
## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

Mediana wieku badanej grupy wynosiła 6,5 lat. Najmłodsze dziecko było w wieku 2,5 roku, natomiast wiek najstarszego wynosił 18. lat. Najliczniejszą grupę badanych stanowiły dzieci w przedziale wiekowym 4-8 lat. Dane zawarte są na poniższym wykresie ramka-wąsy (Ryc. 3).



Rycina 3. Wiek dzieci uczestniczących w badaniu.

Analizując wiek, w którym postawiono diagnozę znaczna część dzieci miała rozpoznany autyzm między 1 a 3 rokiem życia - 68% ankietowanych, natomiast tylko u 4%, diagnozę postawiono po 6. roku życia. Poniżej 1. roku życia autyzm rozpoznano u 14% badanych, podobną statystycznie grupę 14% stanowiły dzieci, u których diagnoza została postawiona między 3 a 6 rokiem życia. Dane zostały zamieszczone na rycinie 4.



Rycina 4. Wiek postawienia diagnozy.

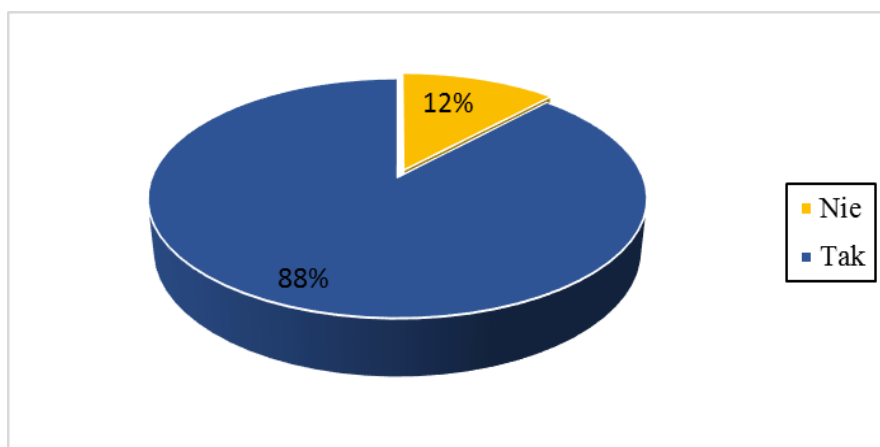
### WYNIKI

Badania dzieci z zaburzeniami autyzmu, korzystające z dogoterapii prowadzone były wśród rodziców/ opiekunów w oparciu o kwestionariusz. Pytania zawarte w ankiecie pozwoliły na ocenę wpływu dogoterapii na leczenie i rehabilitację dzieci z autyzmem. Poruszone zostały poszczególne zagadnienia z zakresu:

1. Charakterystyki i rodzaju podejmowanych działań na rzecz leczenia autyzmu
2. Dogoterapii jako formy wspierającej interwencji medycznej w autyzmie
3. Podatności dziecka na wpływ dogoterapii
4. Subiektywnych (w ocenie rodziców) i obiektywnych zmian w zachowaniach i funkcjonowaniu dziecka, będących efektem dogoterapii.

### Charakterystyka i rodzaj podejmowanych działań na rzecz leczenia autyzmu

W badaniu z zakresu autyzmu, ankietowani odpowiadali na pytanie o korzystanie z leczenia w poradni zaburzeń autyzmu. Poniższa rycina 5 wskazuje, że w większości badana grupa znajdowała się pod opieką poradni leczenia autyzmu 88%, co jest równoznaczne z możliwością wyboru i korzystania z wielu form terapii, a tylko 12% nie korzysta z poradni.



Rycina 5. Korzystanie dzieci z poradni leczenia autyzmu.

W następnym pytaniu poruszono kwestię weryfikującą udział dzieci w innych formach terapii. W poniższej tabeli 1 zamieszczone zostały wyniki badania. Pośród odpowiedzi znajdowało się 7. z możliwością wielokrotnego wyboru lub wpisania innej możliwości, nie podanej w ankiecie. Z badań wynika, iż poza dogoterapią najczęściej dzieci korzystało z gimnastyki korekcyjnej - 44%, następnie z rytmiki - 36%, z zabaw integracyjnych - 36%, z muzykoterapii - 32%, 4% korzysta z felinoterapii, 12% nie korzystało z innych metod poza dogoterapią. Dodatkowe odpowiedzi zamieszczone w ankietach jako „inne”, a uzupełnione

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

przez rodziców to: terapia psychologiczna - 14%, terapia pedagogiczna - 6%, terapia logopedyczna - 10%, terapia SI - 10%.

Tabela 1. Inne formy zajęć terapeutycznych, z których dziecko korzysta.

Inna forma terapii, z której dziecko korzysta	Liczba dzieci	Udział procentowy (%)
<b>Muzykoterapia</b>	<b>16</b>	<b>32%</b>
<b>Gimnastyka korekcyjna</b>	<b>22</b>	<b>44%</b>
<b>Rytmika</b>	<b>18</b>	<b>36%</b>
<b>Zabawy integracyjne</b>	<b>18</b>	<b>36%</b>
<b>Felinoterapia</b>	2	4%
<b>Psycholog</b>	7	14%
<b>Logopeda</b>	5	10%
<b>Pedagog</b>	3	6%
<b>SI</b>	5	10%
<b>Nie korzysta</b>	6	12%

W odpowiedzi na pytanie o choroby współistniejące u dzieci z autyzmem, 48% wykluczyło występowanie innych chorób, a 12% nie posiadało wiedzy na temat innych chorób występujących u dziecka. W odpowiedzi otwartej, 10% ankietowanych wskazało występowanie alergii pokarmowych, 6% - innych alergii, 6% - epilepsji, 6% - wad postawy, 4% - zaburzeń ADHD, 4% - wady serca bliżej nieokreślonych, 2% - niedosłuchu, 2% - refluksu przełykowego, 2% - upośledzenia umysłowego, 2% - chorób metabolicznych. Dane zawarte są w tabeli 2.

W badaniu przeanalizowano również objawy towarzyszące dzieciom z autyzmem. Poniższa tabela 3. zawiera dane dotyczące częstotliwości występowania zaburzeń i ilość procentową wśród badanej grupy. Ankietowani mieli możliwość oceny zaawansowania objawów towarzyszącym dzieciom, dokonując wyboru jednej z podanych odpowiedzi. Okazało się, iż najczęściej występowały: trudności ze skupieniem uwagi - 98%, trudności w komunikowaniu się - 96%, trudności z koncentracją - 96%, trudności z przyswajaniem wiedzy - 96%, izolacja społeczna - 94%, trudności emocjonalne - 94%, lęk przed otoczeniem - 90%, trudności motoryczne - 90%. Natomiast zaburzenia mowy dotyczyły 80% dzieci, agresja - 58%. W ocenie respondentów wśród objawów osiowych wymienionych w tabeli 3, a występujących jako „bardzo częste”, 38% stanowiły trudności ze skupieniem uwagi.

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

Tabela 2. Choroby współistniejące

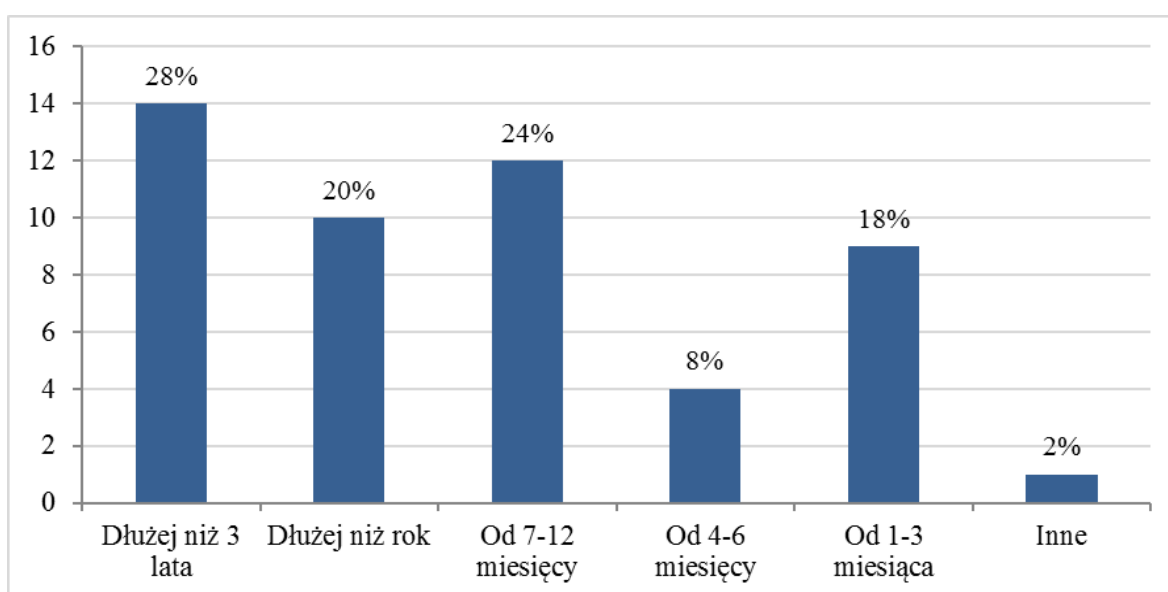
Choroby współistniejące	Liczba dzieci	Odsetek (%)
Nie występują	24	48%
Nie wiem	6	12%
Alergie pokarmowe	5	10%
Alergie inne	3	6%
Epilepsja	3	6%
Wady postawy	3	6%
ADHD	2	4%
Wady serca	2	4%
Niedosłuch	1	2%
Refluks przełykowy	1	2%
Upośledzenie umysłowe	1	2%
Choroby metaboliczne	1	2%

Tabela 3. Charakterystyka objawów występujących u dziecka z autyzmem.

Objawy	Nie występują	Występują sporadycznie	Często występują	Bardzo często występują	Ogółem występowanie
Zaburzenia mowy	10 (20%)	12 (24%)	18 (36%)	10 (20%)	80%
Trudności z koncentracją	2 (4%)	<b>12 (24%)</b>	<b>21 (42%)</b>	<b>15 (30%)</b>	<b>96%</b>
Lęk przed otoczeniem	5 (10%)	<b>15 (30%)</b>	<b>20 (40%)</b>	<b>10 (20%)</b>	<b>90%</b>
Agresja	21 (42%)	12(24%)	12 (24%)	5 (10%)	58%
Trudności w komunikowaniu się	2 (4%)	<b>12 (24%)</b>	<b>22 (44%)</b>	<b>14 (28%)</b>	<b>96%</b>
Izolacja społeczna	3 (6%)	<b>19 (38%)</b>	<b>19 (38%)</b>	<b>9 (18%)</b>	<b>94%</b>
Trudności z przyswajaniem wiedzy	2 (4%)	<b>11 (22%)</b>	<b>20 (40%)</b>	<b>17 (34%)</b>	<b>96%</b>
Trudności emocjonalne	3 (6%)	<b>12 (24%)</b>	<b>18 (36%)</b>	<b>17 (34%)</b>	<b>94%</b>
Trudności ze skupieniem uwagi	1 (2%)	<b>8 (16%)</b>	<b>22 (44%)</b>	<b><u>19 (38%)</u></b>	<b>98%</b>
Trudności motoryczne	5 (10%)	<b>21 (42%)</b>	<b>15 (30%)</b>	<b>9 (18%)</b>	<b>90%</b>

### Dogoterapia jako forma wspierająca interwencje medyczne w autyzmie

Kolejnym etapem badania była weryfikacja wiedzy na temat dogoterapii, w której dziecko uczestniczy. Dokonano analizy czasu, od kiedy dziecko korzysta z zajęć dogoterapii, form i miejsca prowadzonych zajęć. Wśród badanych dzieci, 28% stanowiły te, u których zajęcia z dogoterapii trwały dłużej niż 3 lata, 24% dzieci, które korzystały z niniejszej formy 7-12 miesięcy, 20% - dłużej niż rok, 18% badanych to osoby początkujące w terapii 1-3 miesięcy, u 8% czas trwania terapii z udziałem psa wynosiła 4-6 miesięcy. 5% rodziców udzielających odpowiedzi, nie dokonała wyboru żadnej z podanych odpowiedzi, zakreślając odpowiedź „inne”. Dane przedstawiono na poniższej rycinie 6.

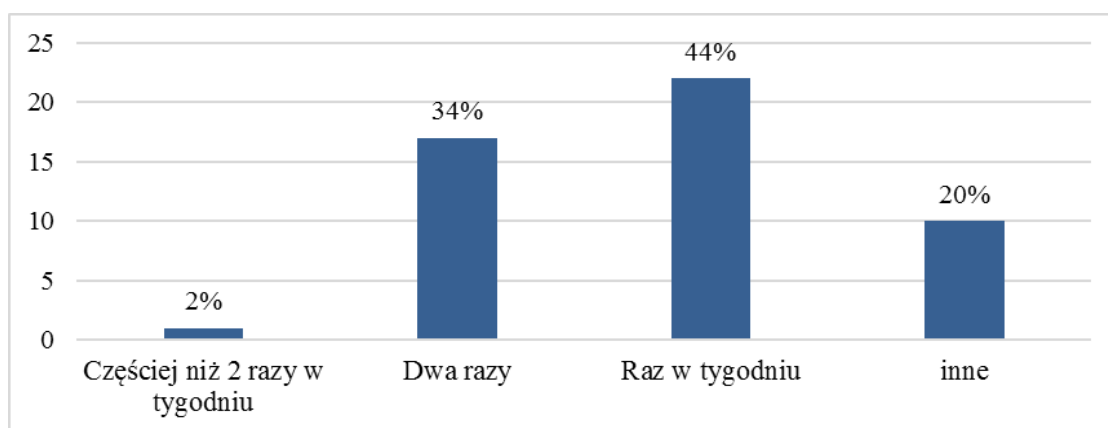


Rycina 6. Od jak dawna dziecko korzysta z zajęć dogoterapii.

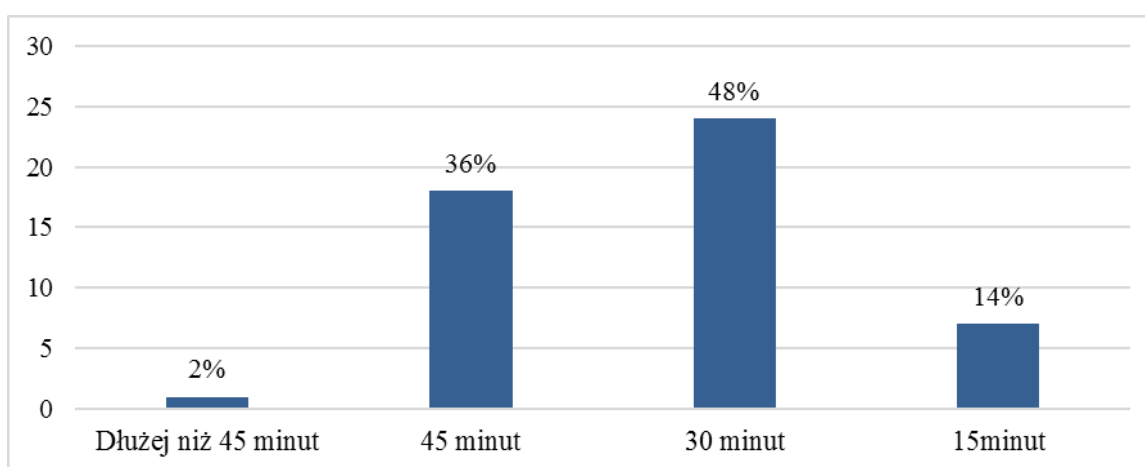
Następnie ankietowani określali częstość prowadzonych zajęć dziecka z udziałem psa. W tym celu zaproponowano odpowiedzi, które rzeczywiście pojawiają się w terapii najczęściej. Najbardziej reprezentatywną grupę (44%) stanowiły dzieci, które korzystały z dogoterapii raz w tygodniu, u 34% dogoterapia była prowadzona dwa razy w tygodniu, 20% respondentów udzieliła innej odpowiedzi bez konkretnej charakterystyki, natomiast tylko 2% dzieci uczestniczy częściej niż dwa razy w tygodniu w terapii z psem. Skala weryfikacji przedstawiona jest na rycinie 7.

Kolejne pytanie ankietowe dotyczyło czasu, w którym jednorazowo odbywają się zajęcia. Stwierdzono, że 48% dzieci brało udział w 30. minutowych sesjach dogoterapeutycznych, 36% - korzystało z pełnej godziny lekcyjnej trwającej 45. minut, 14% uczestniczyły w dogoterapii 15. minut, a u 2% zajęcia trwały dłużej niż 45. minut (Ryc. 8).

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

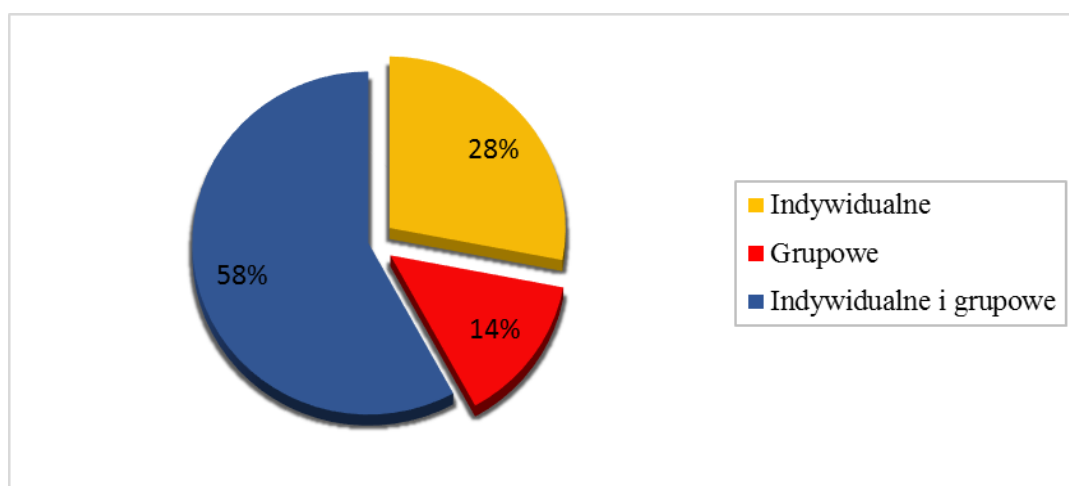


Rycina 7. Jak często prowadzone są zajęcia z dogoterapii?



Rycina 8. Jak długo trwają jednorazowo zajęcia z dogoterapii?

Przeanalizowano także frekwencję w poszczególnych formach zajęć. Najwięcej dzieci korzystało jednocześnie z indywidualnej i grupowej formy dogoterapii (58%), tylko z indywidualnej - 28% badanych, a 14%, wyłącznie w formie grupowej (Ryc. 9).

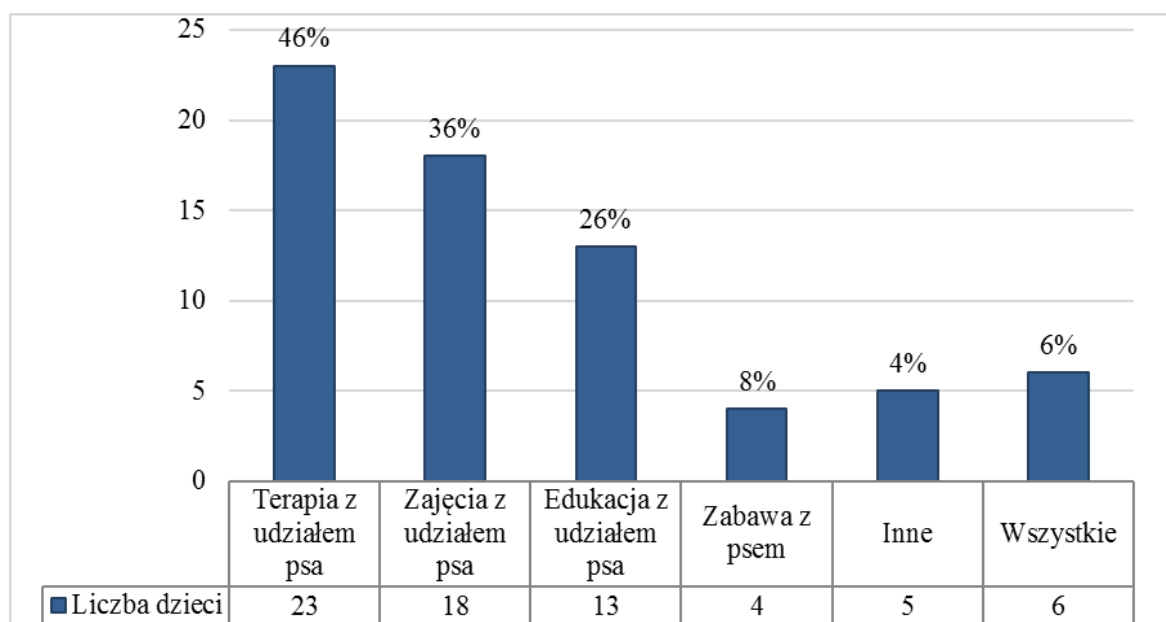


Rycina 1. Forma prowadzonych zajęć z dogoterapii.



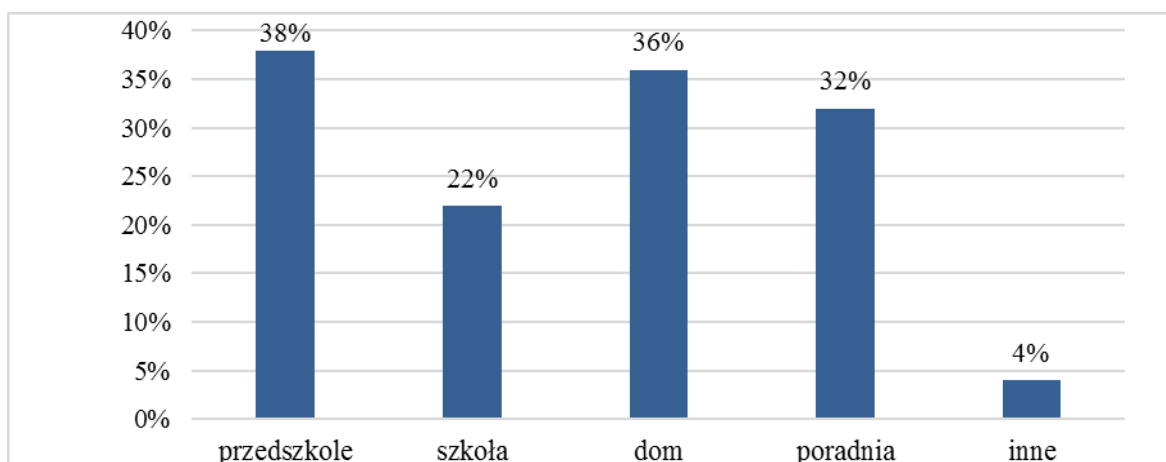
## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

W pytaniu dotyczącym rodzaju zajęć, w których dzieci uczestniczą, znaczna część (46%) korzystała z terapii z udziałem psa, 36% z zajęć z psem, 26% z edukacji z udziałem psa. Istotne jest, że aż 6% korzystało ze wszystkich możliwych form, co znacznie poprawiło efekty dogoterapii. W zabawie z psem uczestniczyło 8% badanych. Spośród 5. dzieci (4%) – 2. osoby zadeklarowały udział w spacerach i również 2. prowadzenie psa na smyczy, a 1. osoba nie określiła jednoznacznie odpowiedzi pozostawiając odpowiedź „Inne” (Ryc. 10).



Rycina 10. Rodzaj zajęć, w których dziecko uczestniczy.

Kolejne pytanie zadane respondentom dotyczyło miejsca prowadzenia zajęć dogoterapii.

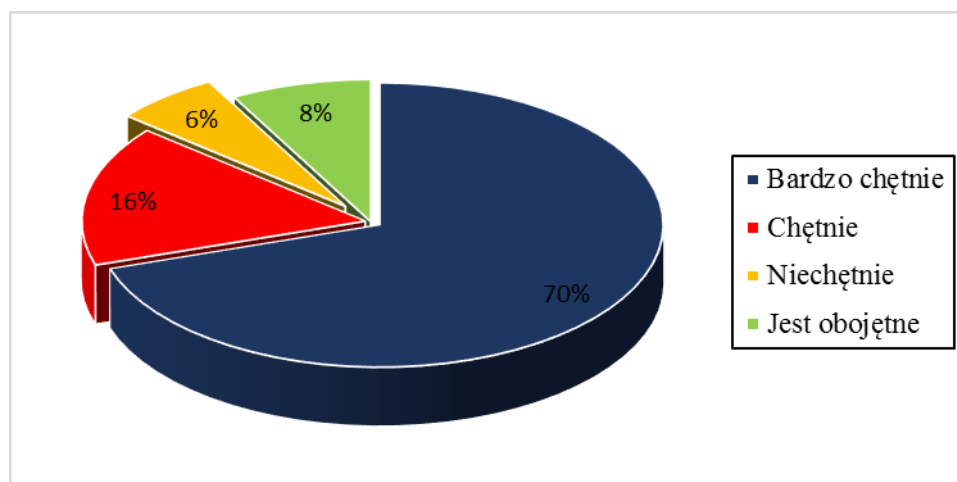


Rycina 2. Miejsce prowadzenia zajęć z dogoterapii.

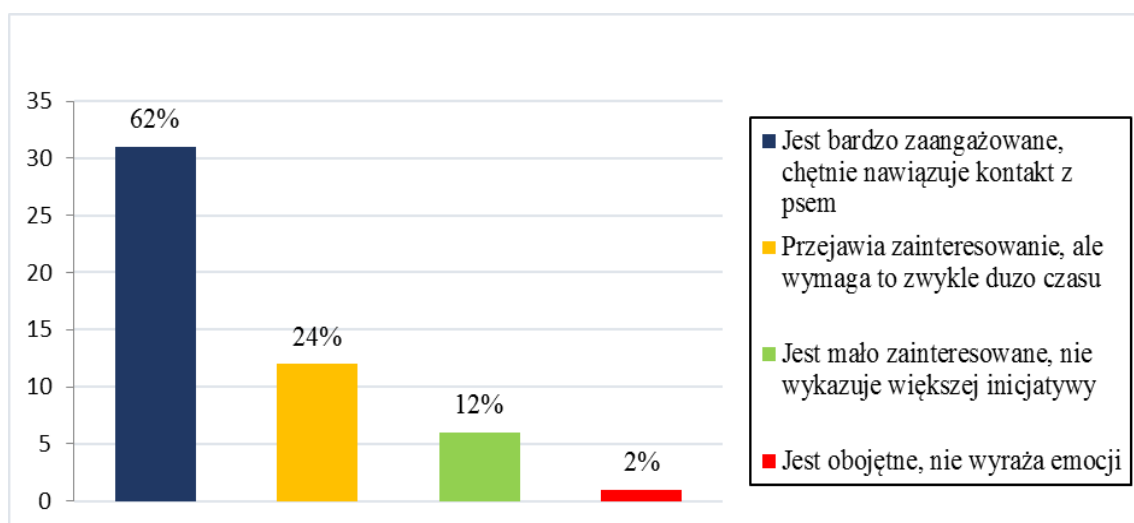
Ankietowani mieli możliwość wskazania kilku odpowiedzi. Z badań wynika, że najczęściej dogoterapia prowadzona była w przedszkolu - 38%, następnie w domu - 36%, w poradni, do której dziecko uczęszcza - 32%, w szkole - 22%. Odpowiedzi inne niż zamieszczone w ankiecie udzieliło 4% rodziców, w tym połowa z nich zaznaczyła, że zajęcia prowadzone były u terapeuty (Ryc. 11).

### Podatność dziecka na wpływ dogoterapii

Pierwszą analizowaną kwestią było pytanie „Czy dziecko chętnie uczestniczy w zajęciach dogoterapii” - 70% ankietowanych odpowiedziało, że bardzo chętnie, 16% osób wybrało odpowiedź-chętnie. Według 8% rodziców stosunek dziecka do prowadzonych zajęć był obojętny, natomiast tylko 6% dało odpowiedź negatywną. Ze względu na małą liczebność grupy, badanie należy traktować jako jakościowe. Dane zostały wyszczególnione na poniższej rycinie 12.



Rycina 12. Czy dziecko chętnie uczestniczy w zajęciach z dogoterapii?

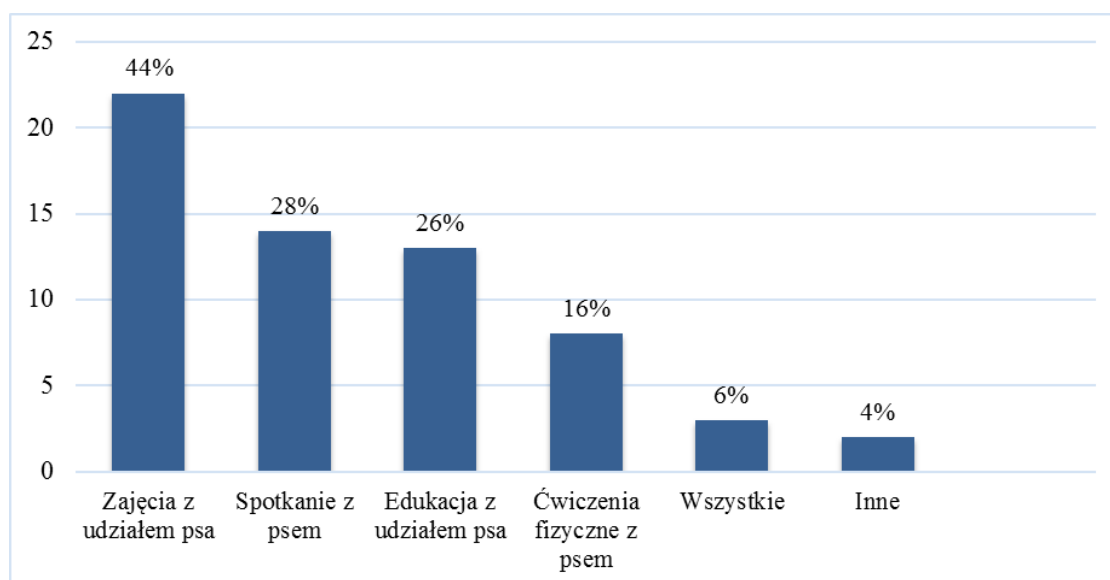


Rycina 13. Zachowanie dziecka podczas zajęć z dogoterapii.

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

W badanej grupie dzieci zaprezentowano również wyniki odnośnie zachowań dziecka podczas zajęć dogoterapii. Grupa stanowiąca 62% była bardzo zaangażowana i chętnie nawiązywała kontakt z psem, natomiast 24% przejawiało zainteresowanie, ale wymagało to zwykle więcej czasu. Mniejszą grupę stanowiły dzieci, których zainteresowanie było mniejsze i nie wykazywały inicjatywy - 12%, a tylko 2% dzieci nie wyrażało emocji i były obojętne. Dokładne wyniki prezentuje rycina 13.

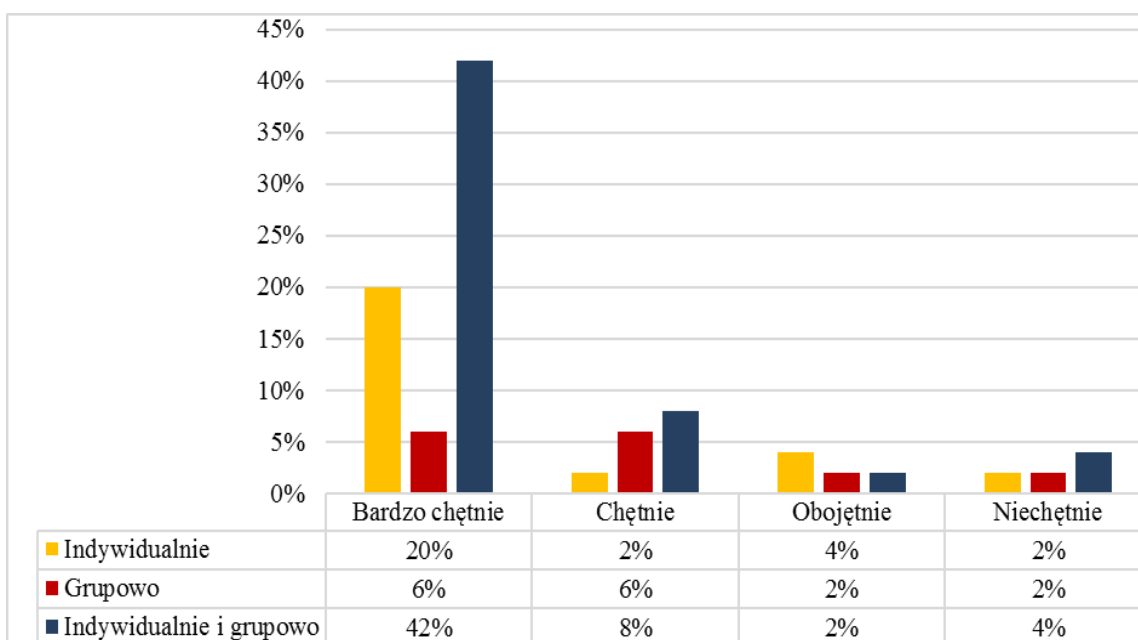
W pytaniu o rodzaj kontaktu z psem jaki dziecko ceniło sobie najbardziej, ankietowani decydowali się na wybór kilku z możliwych odpowiedzi. Najbardziej cenioną formą dogoterapii były zajęcia z udziałem psa - 44%, samo spotkanie z psem cieszyło się uznaniem wśród 28% dzieci, edukacja z udziałem psa - u 26%, a zabawa i ćwiczenia sprawnościowe - u 16% badanych. Dzieci ceniące wszystkie powyższe formy stanowiły 6%, zaś odpowiedzi niesprecyzowane dokładnie - 4% (Ryc. 14).



Rycina 14. Rodzaj kontaktu z psem jaki dziecko ceni sobie najbardziej.

W badaniu dokonano analizy stosunku i zachowań dziecka w zależności od formy uczestnictwa w zajęciach dogoterapii. Generalnie dzieci wykazały zainteresowanie i bardzo chętnie uczestniczyły w zajęciach, co prezentuje Rycina 15.

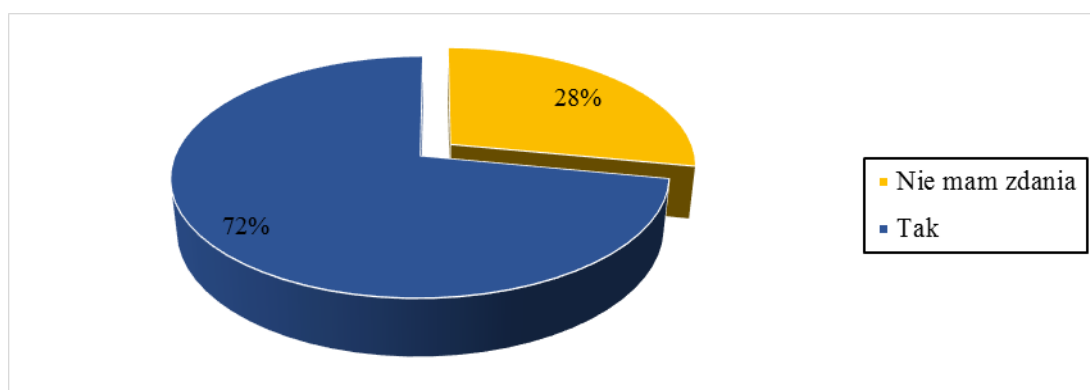
Zarówno w indywidualnej, jak i grupowej dogoterapii - 42% badanej grupy bardzo chętnie i z zaangażowaniem uczestniczyło w zajęciach. Indywidualnie angażowało się i przejawiało zainteresowanie 20% dzieci, natomiast w formie grupowej takich dzieci było tylko 6%.



Rycina 4. Stosunek dziecka do prowadzonych zajęć w zależności od formy zajęć.

**Subiektywna (w ocenie rodziców) i obiektywna zmiana w zachowaniach i funkcjonowaniu dziecka, będąca efektem dogoterapii.**

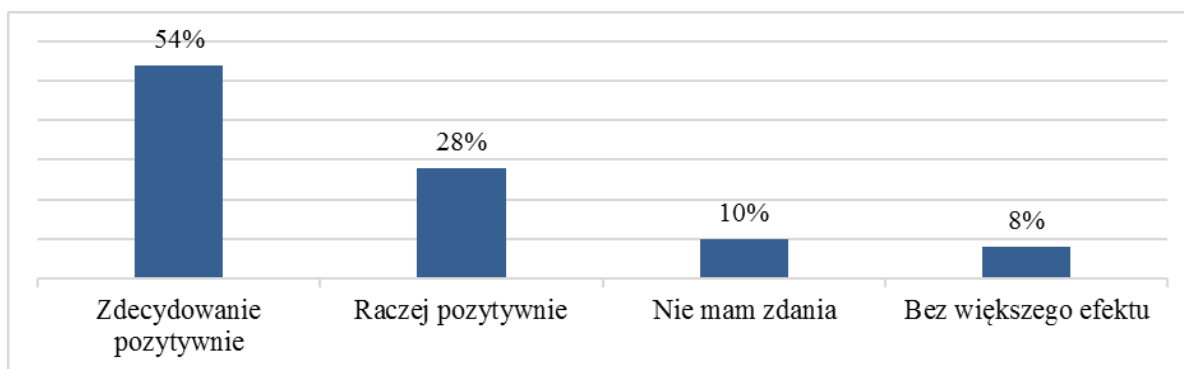
Ostatnim badanym zagadnieniem była ocena wpływu dogoterapii na leczenie i rehabilitację dzieci z autyzmem. Dotyczyła ona zarówno subiektywnych zmian w ocenie rodziców, jak i tych psychosomatycznych i dotyczących funkcjonowania, które udowodniono analizą statystyczną. Pozytywna zmiana zachowań i stanu zdrowia dzieci w ocenie rodziców dotyczyła 72% respondentów. Tylko 28% ankietowanych nie wyraziło zdania w tej kwestii. Nikt spośród badanych nie dał odpowiedzi negatywnej. Poniższa rycina 16 prezentuje wyznaczoną ocenę.



Rycina 16. Pozytywna zmiana zachowań i stanu zdrowia dziecka po zajęciach z dogoterapii w ocenie rodziców

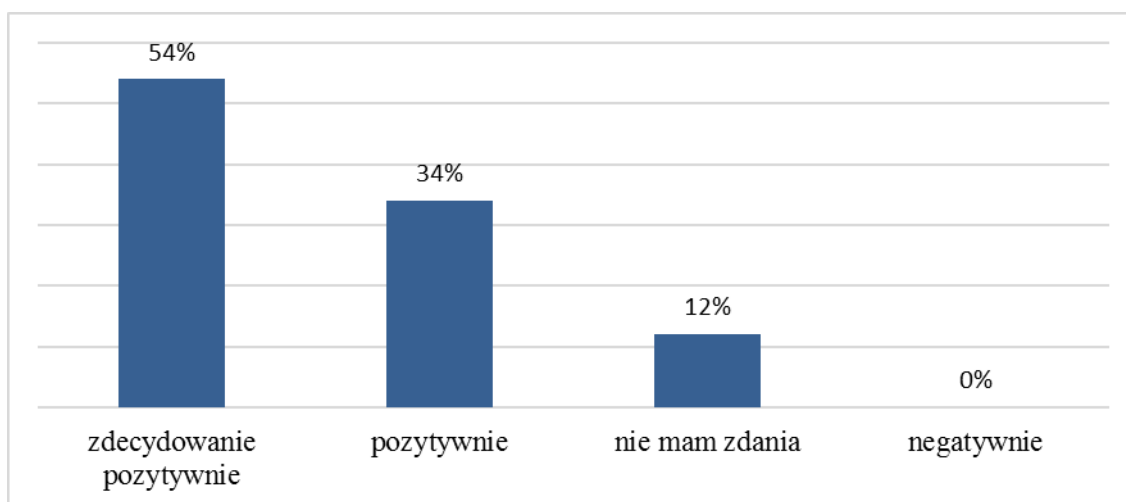
## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

Badania ankietowe uwzględniły również opinię rodziców na temat wpływu dogoterapii na relacje i kontakt dziecka z domownikami. W analizowanej grupie 54% respondentów wskazało na zdecydowanie pozytywny wpływ, 28% - raczej pozytywny, 10% nie wyraziło swojego zdania, a tylko 8% nie zauważyło większych efektów. Wyniki zostały zobrazowane na rycinie 17.



Rycina 5. Wpływ terapii na relacje i kontakt z domownikami.

Następnej ocenie poddano sposób prowadzenia zajęć przez terapeutów. Z otrzymanych wyników brano pod uwagę zaangażowanie terapeuty i obecność psa. Zajęcia z dogoterapii rodzice oceniali następująco - 54% - zdecydowanie pozytywnie, 34% - pozytywnie, a 12% nie wyraziło swojego zdania. Wśród rodziców, co jest istotne, nie pojawiła się odpowiedź negatywna (Rycina 18).



Rycina 18. Ocena zajęć z dogoterapii przez rodziców.

Elementem badań była także ocena efektów dogoterapii. W celu zwrócenia większej uwagi na problemy związane z funkcjonowaniem dziecka, w tabeli 4 wyszczególniono

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

charakterystyczne cechy dotyczące znacznych zmian w zachowaniu i funkcjonowaniu dziecka od rozpoczęcia dogoterapii. Większość respondentów (70%) zaobserwowała mniejszy poziom lęku w kontaktach z otoczeniem, 56% - zauważyła wzrost aktywności i sprawności fizycznej u swoich dzieci, a zwiększone poczucie bezpieczeństwa i zaufania w stosunku do innych zaobserwowano u 54% badanych dzieci. W ocenie 52% rodziców dogoterapia znacznie wpłynęła na umiejętne wyrażanie emocji tj. radość, zadowolenie, empatia. Badania wykazały także, że pies zwiększał motywację dzieci do nauki - 42% i wpływał również na proces przyswajania wiedzy w dużym stopniu - 28%. Istotne jest, że tylko 4% ankietowanych nie zaobserwowało zmian u dzieci po zajęciach dogoterapii. Odpowiedzi „inne” udzieliło 2% respondentów. Wpływ dogoterapii polegał na istotnej zmianie w obszarach funkcjonowania dziecka ( $p < 0,05$ ) zanotowanych w poniższej tabeli 4.

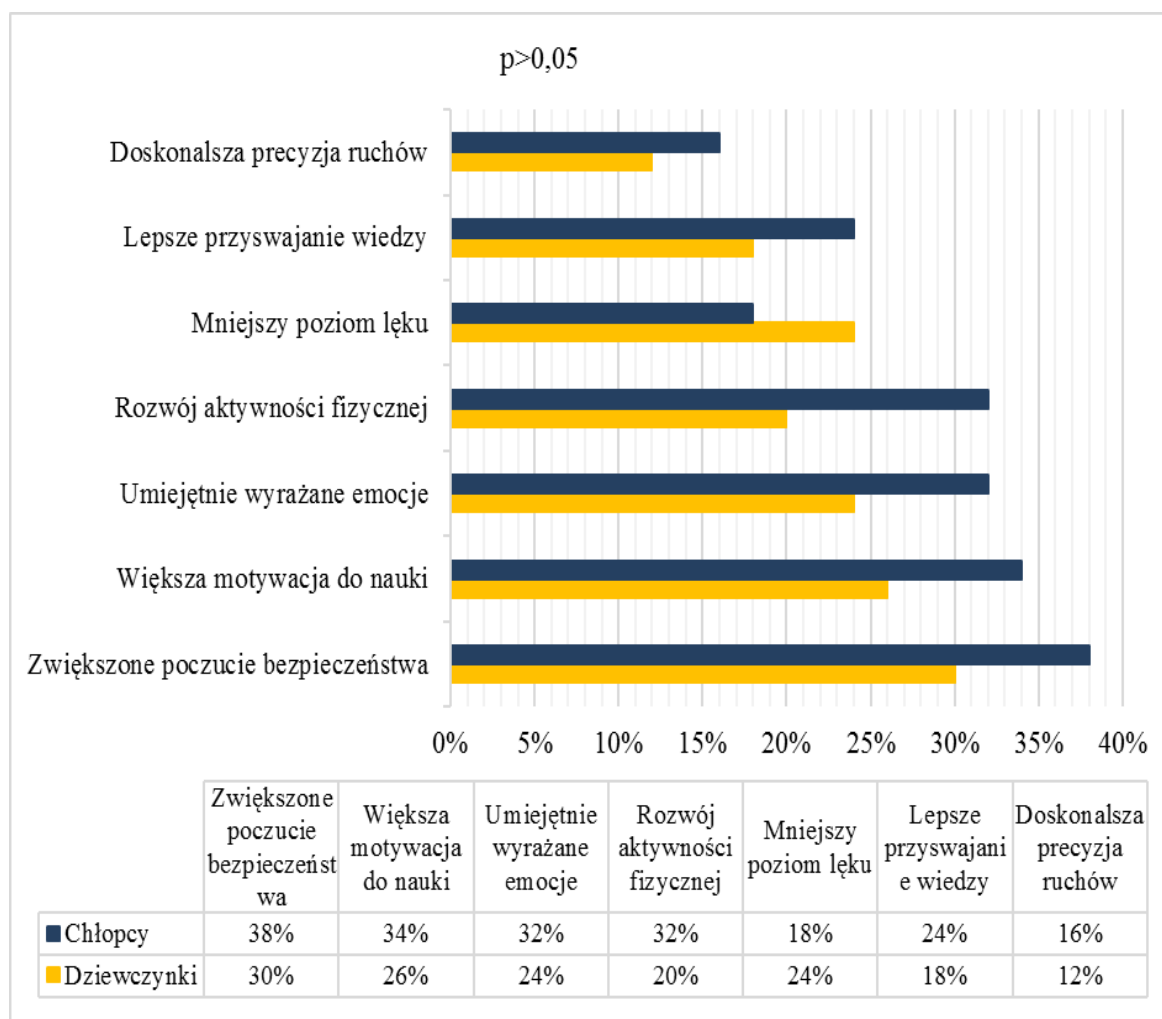
Tabela 4. Zmiany zauważone u dziecka od chwili rozpoczęcia dogoterapii w ocenie rodziców

Pozytywne zmiany obserwowane u dziecka od rozpoczęcia dogoterapii	Liczba dzieci	Udział procentowy (%)
Mniejszy poziom lęku w kontaktach z otoczeniem	35	70%
Rozwój aktywności i sprawności fizycznej	28	56%
Zwiększone poczucie bezpieczeństwa i zaufania w stosunku do innych	27	54%
Umiejętne wyrażanie emocji tj. radość, zadowolenie, empatia	31	52%
Większa motywacja do nauki	21	42%
Doskonalsza precyzja ruchów	21	42%
Lepsze przyswajanie wiedzy	14	28%
Nie zaobserwowałem zmian	2	4%
Inne	1	2%

W badaniu dokonano kolejnej analizy odnośnie wpływu dogoterapii na zmianę zachowań dziecka odnośnie sfery psychospołecznej z uwzględnieniem płci dziecka. Najczęściej pojawiającą się odpowiedzią wśród respondentów, zarówno u chłopców (38%), jak i u dziewczynek (30%) było zwiększone poczucie bezpieczeństwa. Większą motywację do nauki zaobserwowano u 34% chłopców i 26% dziewczynek. Umiejętnie wyrażane emocje u 32% chłopców i 24% dziewczynek, a rozwój aktywności fizycznej u 32% chłopców i 20% dziewczynek. Jedyną bardziej znaczną wartością obecną bardziej u dziewczynek (24%), niż u chłopców (18%) był mniejszy poziom lęku. Lepsze przyswajanie wiedzy zadeklarowało

## WYKORZYSTANIE DOGOTERAPII U DZIECI Z AUTYZMEM

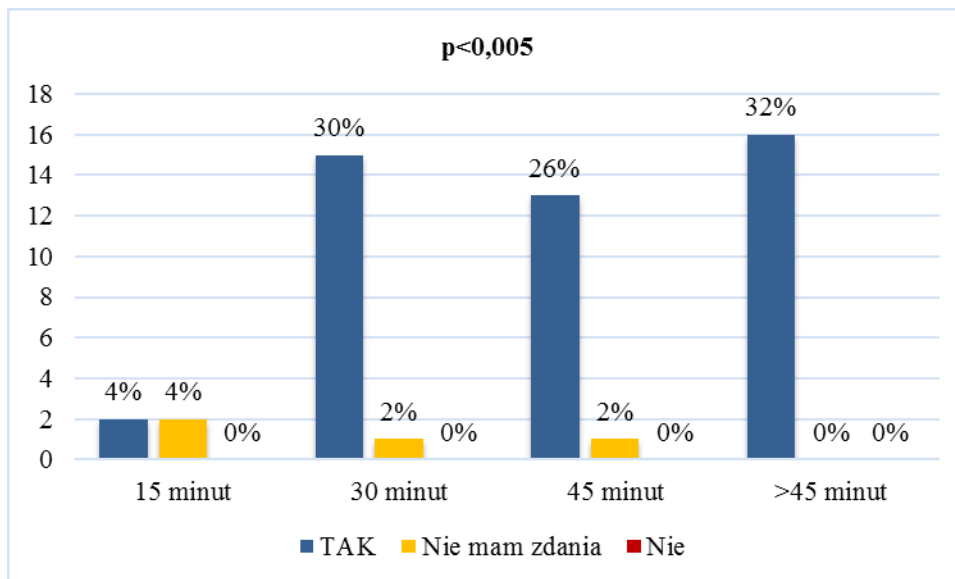
24% rodziców chłopców i 18% dziewczynek, natomiast doskonalszą precyzję ruchów zauważyło u 16% chłopców i 12% dziewczynek. Nie stwierdzono istotnej statystycznie zależności pomiędzy zmianą poszczególnych zachowań a płcią dziecka ( $p>0,005$ ).



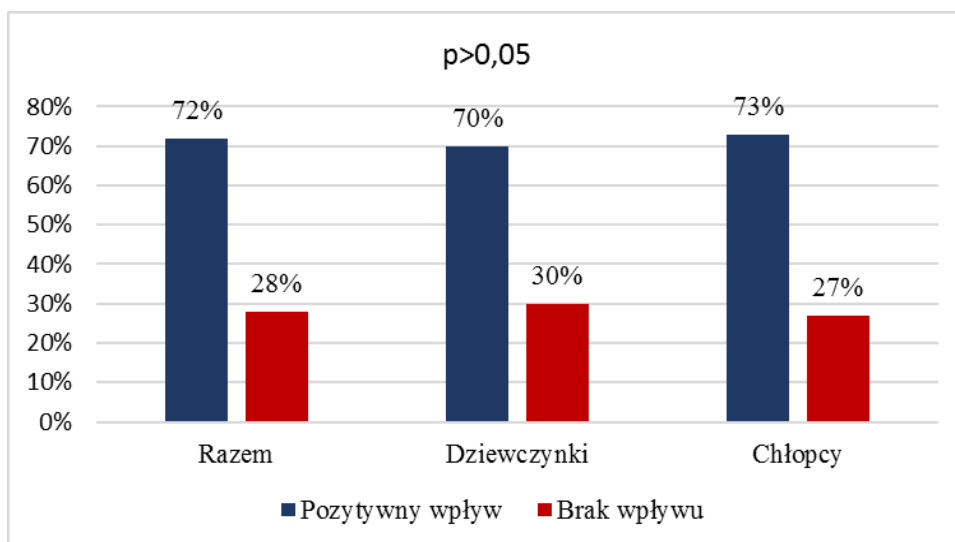
Rycina 19. Wpływ dogoterapii z uwzględnieniem płci dziecka.

Stwierdzono istotną statystycznie zależność pomiędzy zmianą zachowań dziecka i efektami dogoterapii, a długością czasu poświęconego na uczestnictwo w zajęciach z udziałem psa ( $p<0,005$ ). Wykazano, że im dłuższy był czas uczestnictwa dziecka w zajęciach dogoterapii, tym zauważalne lepsze efekty i zmiana zachowań dziecka na pozytywne. Wyniki prezentuje poniższa rycina 20.

Dokonano również analizy odnośnie zależności wpływu dogoterapii od płci dziecka. Wyniki przedstawione zostały na rycinie 21. Nie stwierdzono istotnej statystycznie zależności ( $p>0,05$ ). Zarówno chłopcy – 73%, jak i dziewczynki – 70%, odnosiły podobne efekty terapeutyczne. Stwierdzono brak wpływu u 30% dziewczynek i 27% chłopców w badanej grupie.



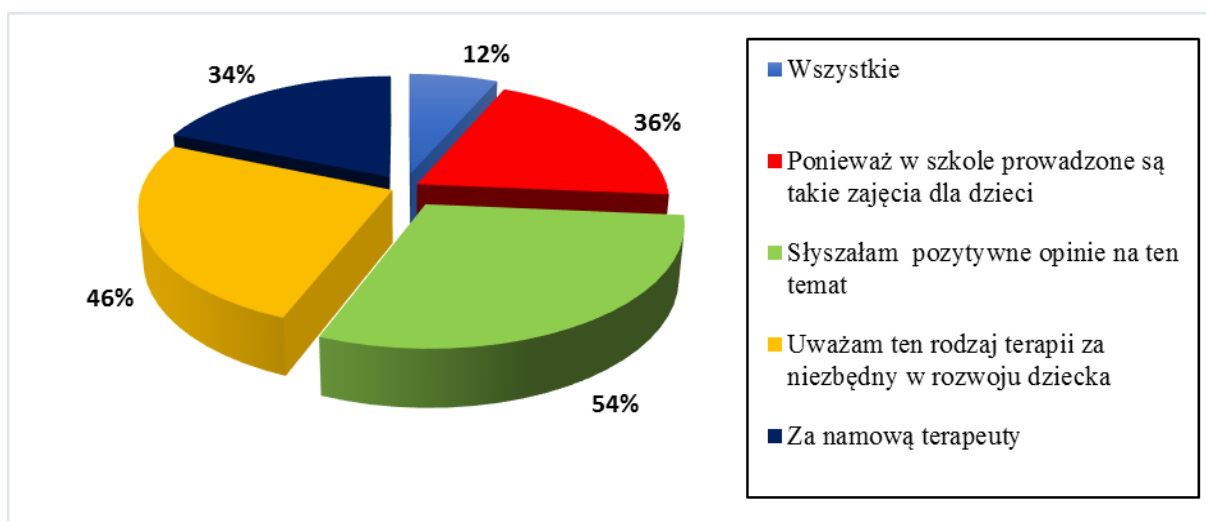
Rycina 20. Ocena zmiany zachowań dziecka po zajęciach dogoterapii w zależności od czasu prowadzonych zajęć



Rycina 216. Wpływ dogoterapii z uwzględnieniem płci dziecka.

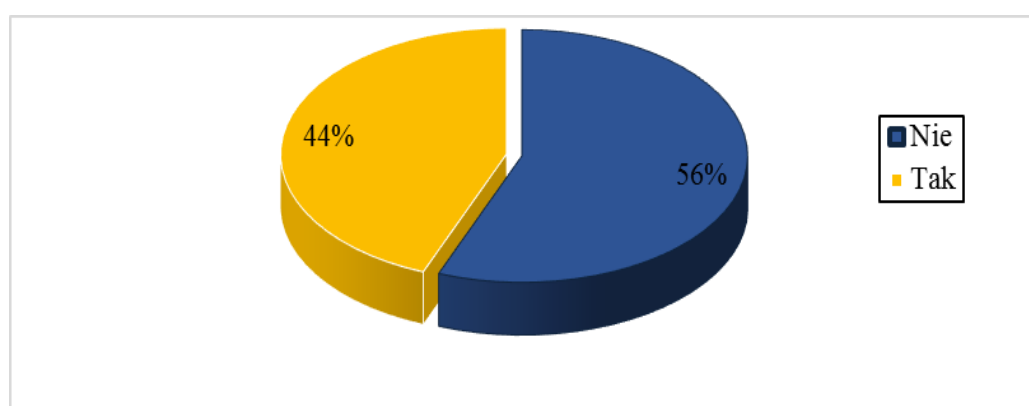
W końcowym etapie badań, zadano pytanie o powód, dla którego rodzice zdecydowali się na udział dziecka w zajęciach z dogoterapii, ankietowani mieli możliwość wyboru kilku odpowiedzi przedstawionych na powyższym wykresie. Najczęściej pojawiała się odpowiedź „słyszałam pozytywne opinie na ten temat” - 54% badanych. 46% uważało ten rodzaj terapii za niezbędny w rozwoju dziecka, 36% zdecydowała się na udział dziecka w zajęciach, gdyż prowadzone były takie zajęcia w szkole, 34% - za namową terapeuty, a 12% badanych udzieliło odpowiedzi sugerującej wszystkie możliwe argumenty. Dokładny obraz motywacji rodziców co do wyboru dogoterapii jako formy wspomagającej uwidacznia rycina 22.





Rycina 22. Dlaczego zdecydowała się Pani/Pan na udział dziecka w zajęciach z dogoterapii?

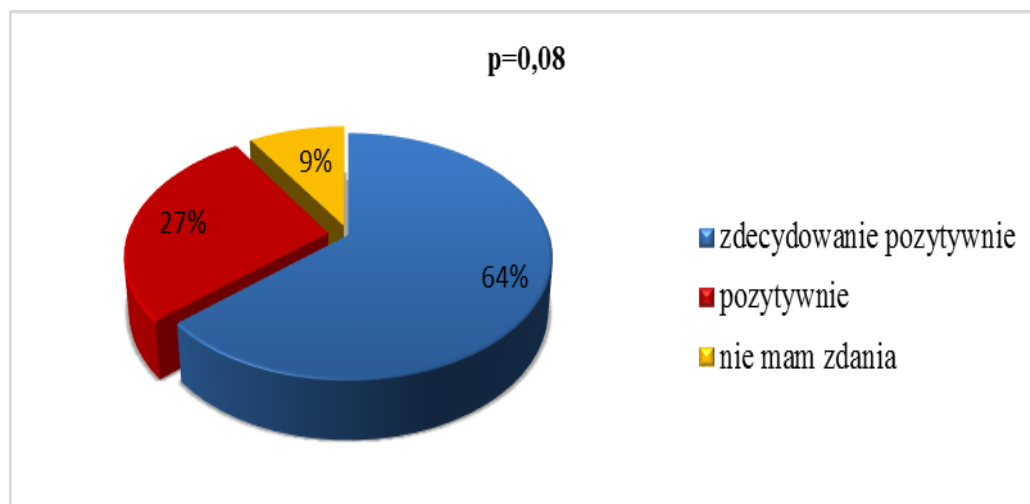
Ostatnim badanym zagadnieniem było pytanie o obecność psa w środowisku domowym dziecka - 22 ankietowanych (44%) odpowiedziało twierdząco, natomiast 28 (56%) osób dało odpowiedź – nie. Nie stwierdzono również istotnej statystycznie zależności pomiędzy obecnością psa domu a polepszeniem stosunków interpersonalnych dziecka ( $p=0,08$ ). Jednak z analizy wynika, że spośród 22. ankietowanych w których domu jest pies, 14. Osób (64%), zadeklarowało zdecydowanie pozytywny wpływ obecności psa na relacje i kontakt z domownikami, 6. osób (27%) pozytywnie oceniło obecność psa w domu, a 2. osoby (9%) nie wyraziło zdania (Ryc. 23).



Rycina 23. Czy w Państwa domu jest pies?

Nie stwierdzono również istotnej statystycznie zależności pomiędzy obecnością psa domu a polepszeniem stosunków interpersonalnych dziecka ( $p=0,08$ ). Jednak z analizy wynika, że spośród 22. ankietowanych w których domu był pies, 14 (64%) osób

zadeklarowało zdecydowanie pozytywny wpływ obecności psa na relacje i kontakt z domownikami, 6 (27%) osób pozytywnie oceniło obecność psa w domu, a 2 (9%) osoby nie wyraziło w tej kwestii zdania (Ryc. 24).



Rycina 24. Wpływ obecności psa na relacje z domownikami.

### WNIOSKI

Zaprezentowane w pracy wyniki badań pozwoliły na jednoznaczne stwierdzenie skuteczności dogoterapii w leczeniu i rehabilitacji dzieci z autyzmem.

W odpowiedzi na postawione pytania o ocenę wpływu dogoterapii jako metody wspomagającej, na zmianę zachowań i postaw u dzieci, a także określenie wpływu dogoterapii na różne aspekty życia człowieka przyjęto następujące wnioski:

1. Zastosowanie dogoterapii w leczeniu i rehabilitacji dzieci z autyzmem przynosi znaczne korzyści - powoduje redukcję wielu zaburzeń, podnosi jakość życia i funkcjonowania dziecka i jego rodziny.
2. Terapia z udziałem psa ukierunkowana na poszczególne zaburzenia i dysfunkcje psychospołeczne wieku rozwojowego sprzyja poprawie i doskonaleniu sprawności w funkcjonowaniu motorycznym, psychicznym i społecznym dziecka.
3. Pod wpływem prowadzonych zajęć z psem u dzieci obserwuje się większe kompetencje społeczne, zmianę zachowań na dostosowane do zadań i okoliczności, przestrzeganie zasad życia społecznego, większą empatię i odpowiedzialność.
4. Udział psa jest korzystny nie tylko dla dzieci, ale wpływa także znacząco na wszystkie aspekty życia człowieka, przynosząc efekty zdrowotne, poprawę jakości funkcjonowania i satysfakcję, która jest tak ważna w życiu jednostki i całego społeczeństwa.

5. Korzyści jakie płyną z wzajemnej interakcji człowieka z psem są obopólne, zarówno dla psa, dla jego przewodnika, dla samego terapeuty i dla uczestnika terapii.

*Pełna wersja pracy – Bociarska Renata. Praca Magisterska, Wydział Nauk o Zdrowiu UMB, Białystok 2018 oraz Renata Bociarska, Beata Janina Olejnik, Monika Choraży, Katarzyna Snarska, Jolanta Lewko: Terapia z udziałem zwierząt w leczeniu i rehabilitacji dzieci z autyzmem, Postępy Nauk Medycznych, 2019,2,63-73.*

## WPLYW PSA NA SAMOPOCZUCIE WOLONTARIUSZY SCHRONISKA

*Kiedy już miałeś cudownego psa,  
życie bez niego zubożało  
Dean Koontz*

### CEL PRACY

Głównym celem poznawczym przeprowadzonych badań była ocena wpływu kontaktu z psem na satysfakcję i jakość życia wolontariuszy schroniska dla psów.

### MATERIAŁ I METODY

W badaniu zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Narzędziem badawczym była ankieta własnego autorstwa (zawierająca 17 pytań) wypełniania przez wolontariuszy.

Pierwsza jej część miała na celu uzyskanie informacji na temat grupy badanej (wiek, płeć, zawód, status społeczny, czas i częstotliwość uczęszczania w schronisku).

W drugiej części ankietowani oceniali korzyści, jakie czerpią z wizyt z psami i zmiany jakie dokonały się w ich życiu, otoczeniu, codzienności od chwili podjęcia pracy jako wolontariusze. Pytania dotyczyły poprawy w zakresie sprawności fizycznej, lepszego samopoczucia, umiejętnego radzenia sobie ze stresem, zauważalnych efektów w nauce lub pracy, satysfakcji z dobrze wykorzystanego czasu, nawiązywania nowych lub poprawa relacji społecznych i rodzinnych, a także pozbycia się nałogów. Końcowe pytania odnosiły się do oceny wpływu psa na zdrowie i samopoczucie.

Wolontariusze w odpowiedziach na pytania ankietowe wyrażali swoje motywacje, dla których podjęli się działań na rzecz wolontariatu dla psów, a także określili czas i częstotliwość aktywnego uczestnictwa w schronisku.

Badaniami objęto 70. osób, wolontariuszy schroniska dla psów (49. kobiet i 21. mężczyzn) w przedziale wiekowym 18-63 lat. Wszyscy uczestnicy badania jako wolontariusze, byli aktywnie zaangażowani w prace z udziałem psa w schronisku.

Najwięcej było wolontariuszy w wieku 20-30 lat (47% - 33 osoby), a następnie 31-40 lat (27% - 19 osób), powyżej 40. lat (16% - 11 osób).

Respondenci byli głównie pracownikami umysłowymi (52,8% - 37 osób), fizycznymi (24% - 17 osób), uczniami/studentami (8% - 6 osób) lub emerytami (4% - 3 osoby) i posiadali wykształcenie wyższe (54,2% - 38 osób), średnie (21,4% - 15 osób) oraz zawodowe lub gimnazjalne (po 7,1% - po 5 osób).

Wolontariusze prezentowali różne zawody, w tym - lekarza (8 osób), pielęgniarki (7 osób), prawnika (6 osób), fotografa i ekonomisty (po 5 osób), behawiorysty, nauczyciela, fizjoterapeuty, kosmetyczki (po 4 osoby), grafika, urzędnika, baristy, dziennikarza, księgowego (po 2 osoby) oraz inne zawody (9 osób).

## WYNIKI

Najczęstszymi powodami podjęcia pracy w wolontariacie schroniska była chęć niesienia pomocy innym (96% - 67 osób), poczucie, że jest się potrzebnym (94% - 66 osób), miłość do zwierząt/psów (94% - 66 osób), pomoc i wspieranie psów (92% - 64 osoby). Pozostałe powody podjęcia aktywnej pomocy w schronisku dla psów zawiera Tabela 1.

Tabela 1. Motywacje decydujące o podjęciu pracy w wolontariacie schroniska

	liczność	odsetek
Chęć niesienia pomocy innym	67	96%
Czuję się potrzebna/y	66	94%
Miłość do zwierząt/psów	66	94%
Pomoc i wspieranie psów	64	92%
Umiejętne wykorzystanie wolnego czasu	63	90%
Psy to moja pasja	63	90%
Pomoc bezdomnym zwierzętom	61	88%
Psy pomagają zapominać o problemach, poprawiają samopoczucie	60	87%
Wielka potrzeba kontaktu z psem po śmierci własnego psa	59	86%
Potrzeba kontaktu ze zwierzętami	55	79%
Pomoc w socjalizacji psów	52	74%
Psy dają radość i uczą pozytywnych zachowań	40	57%
Ponieważ nie mogę mieć własnego psa	9	13%

Z różnych powodów 13% wolontariuszy nie posiadało własnego psa i dlatego angażowało się w pomoc jako wolontariusz, jednak aż 87% wolontariuszy było właścicielami swojego pupila.

Źródła informacji o wolontariacie w schronisku to:

- znajomi - 43% (30 osób),
- facebook - 28% (20 osób),
- Internet - 12,8% (9 osób),

- Funpage - 4,3% (3 osób),
- schronisko po dokonaniu adopcji - 11,4% (8 osób).

Największa (40% - 28 osób) grupa wolontariuszy była wolontariuszami dłużej niż 3. lata, kolejna od 1-3 lat (32,8% - 23 osoby), następna od 1-6 miesięcy (5,7% - 4 osoby) lub 7-12 miesięcy (1,5% - 1 osoba).

Jednorazowo w schronisku wolontariusze spędzali więcej niż 3. godziny (50% - 35 osób), 3 godziny (35,7% - 25 osób) lub 2 godziny (4,2% - 3 osoby) i mieli w tygodniu kontakt z psem schroniskowym częściej niż 3 razy w tygodniu (53% - 37 osób), 3 razy w tygodniu (40% - 28 osób) lub 2 razy w tygodniu (7% - 5 osób).

Częstym zjawiskiem była także wielokrotna adopcja psa schroniskowego. Większość wolontariuszy swoje psy miała z adopcji schroniskowej, podobnie jak pracownicy schroniska i osoby, którym nie jest obojętny los bezdomnych, często skrzywdzonych zwierząt.

W badaniu podjęto także próbę oceny wpływu kontaktu psa schroniskowego na satysfakcję i jakość życia wolontariuszy. Głównym motywem powyższego była charakterystyka korzyści płynących z obecności i aktywnych spotkań z psem.

Na pytanie ankietowe: „Czy uważacie Państwo, że pies wpływa pozytywnie na zdrowie/samopoczucie człowieka?” wszyscy ankietowani udzielili odpowiedzi zdecydowanie pozytywnie.

Podobnie 100% respondentów określiło spotkanie z psem jako formę terapii dla człowieka.

Kolejną kwestią podjętą w badaniu była opinia wolontariuszy na temat korzyści czerpanych przez człowieka z obecności psa. Wolontariusze wskazywali takie, jak:

- satysfakcja z pomocy innym (100% - 70 osób)
- czerpanie radości (100% - 70 osób)
- poczucie, że wolontariat to najlepsza forma odstresowania (100% - 70 osób)
- lepsze samopoczucie (80% - 56 osób)
- najlepszy sposób na odpoczynek i relaks (74% - 52 osoby)
- nawiązywanie nowych relacji i znajomości (73% - 51 osób).

W celu określenia korzystnych efektów poproszono wolontariuszy o wyrażenie opinii na temat własnych odczuć. Analiza badań wykazała, że kontakt z psem ma na nich zdecydowanie pozytywny wpływ, w tym na:

- poprawę samopoczucia (97% - 68 osób)
- zwiększenie aktywności fizycznej wśród wolontariuszy (97% - 68 osób)
- satysfakcję z dobrze wykorzystanego czasu (97% - 68 osób)

- bardziej umiejętnie radzenie sobie w sytuacjach stresowych (96% - 67 osób)
- ułatwianie interakcji społecznych przejawiające się w nawiązywaniu nowych relacji (77% - 54 osoby)
- lepsze efekty nauki/pracy (68% - 48 osób)
- poprawę relacji w rodzinie (43% - 30 osób)

Tabela 2. Zmiany zachodzące od chwili podjęcia wolontariatu

Zmiany dotyczące sytuacji życiowej	Zdecydowanie tak	Raczej tak	Zdecydowanie nie	Nie	Ani tak/ani nie
Lepsze samopoczucie	68 (97%)	2 (2,9%)	0	0	0
Poprawa relacji w rodzinie	30 (43%)	24 (34,3%)	0	9 (12,9%)	7 (12,9%)
Umiejętne radzenie ze stresem	67 (96%)	3 (4,3%)	0	0	0
Nawiązywanie nowych relacji społecznych	54 (77%)	12 (17,1%)	0	4 (2,9%)	0
Zwiększenie aktywności fizycznej	68 (97%)	2 (2,9%)	0	0	0
Lepsze efekty nauki/pracy	48 (68%)	13 (18,6%)	0	0	9 (12,9%)
Satysfakcja z dobrze wykorzystanego czasu	68 (97%)	2 (2,9%)	0	0	0
Pozbycie się jakiegoś nałogu	23 (33%)	9 (12,9%)	0	21 (30%)	17 (24,3%)

W pytaniu o towarzyszące wolontariuszom emocje w kontakcie z psami, wolontariusze stwierdzili, że:

- wyzwala się pozytywna energia, radość, spokój, relaks, szczęście - 67% (50 osób)
- można zapomnieć o problemach życia codziennego, odstresować się, uspokoić, zniwelować negatywne emocje - 33 % (23 osoby).

Wolontariusze stwierdzili, że praca z psami schroniskowymi:

- poprawiała ich samopoczucie (97%),
- zwiększała ich aktywność fizyczną (97%),
- dawała satysfakcję z dobrze wykorzystanego czasu (97%),

- powodowała bardziej umiejętne radzenie sobie w sytuacjach stresowych (96%),
- ułatwiała nawiązywanie nowych relacji (77%),
- poprawiała efekty nauki/pracy (68%), relacje w rodzinie (43%),
- ułatwiła pozbycie się nałogu (33%).

### WNIOSKI

1. Wolontariat schroniskowy jest formą jeszcze mało rozpowszechnioną, ale jak wskazują obecne badania czas poświęcony dla bezdomnych zwierząt zawsze działa z korzyścią terapeutyczną dla człowieka.
2. Kontakt z psami ze schroniska pozwalał wolontariuszom zapomnieć o problemach życia codziennego, stwarzał możliwość do odstresowania się i wyciszenia.
3. Wolontariusze zauważyli poprawę w odniesieniu do sfery psychospołecznej, w relacjach interpersonalnych, w rodzinie, przy nawiązywaniu nowych spontanicznych znajomości oraz zwiększoną motywację do podejmowanych różnych działań i obowiązków.

*Pełna publikacja: Bociarska Renata, Guzowski Andrzej [NoZ], Krajewska-Kułak Elżbieta. Wpływ obecności psa na samopoczucie i poziom satysfakcji życiowej wolontariuszy schroniska [w:] W drodze do brzegu życia. T. 19. Praca zbiorowa. Red. Elżbieta Krajewska-Kułak, Cecylia Regina Łukaszuk, Jolanta Lewko, Wojciech Kułak. Białystok, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, 2020: 436-447; ISBN: 978-83-957032-5-6*



## ROLA TERAPEUTYCZNA PSA W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA SYTUACJI KRYZYSOWEJ

*Jest Twoim przyjacielem, partnerem, obrońcą - Twoim Psem.  
Jesteś jego życiem, miłością i przewodnikiem.  
Będzie Twój - wierny i oddany do ostatniego uderzenia serca.  
Winien mu jesteś zasłużyć na to oddanie*  
Allan M. Siegal

### CEL PRACY

Ocena, w jakim stopniu posiadanie własnego psa pomaga w sytuacji kryzysowej.

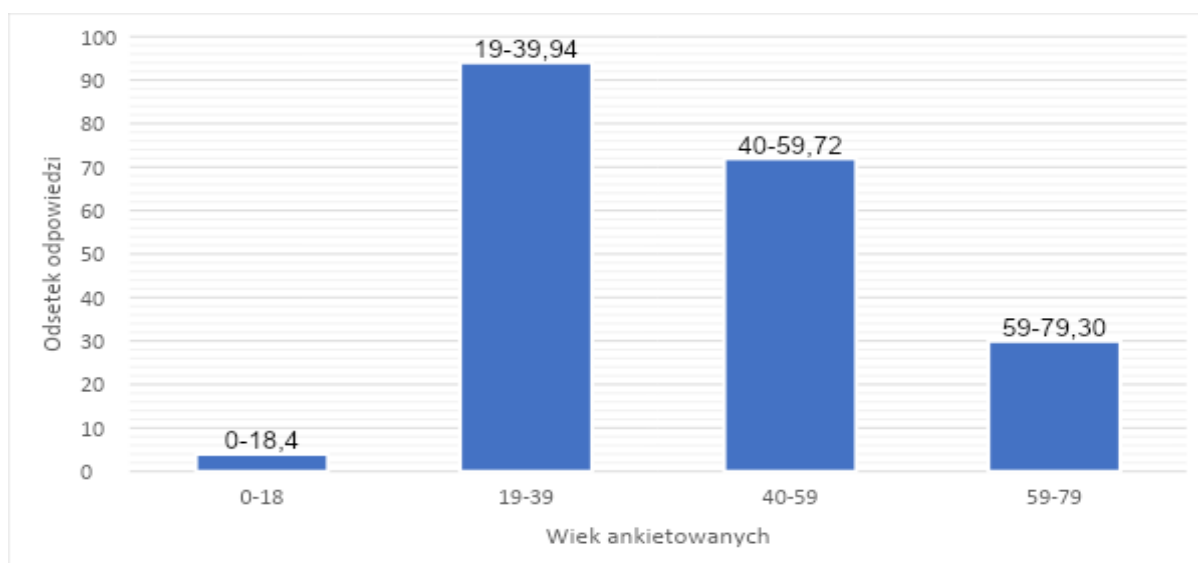
### MATERIAŁ I METODY

Badanie przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem ankiety internetowej (google,.com) w grupie 200. Internautów.

Zdecydowaną większość respondentów stanowiły kobiety (n=156, 78%), natomiast liczba ankietowanych mężczyzn stanowiła 44. osoby (22%).

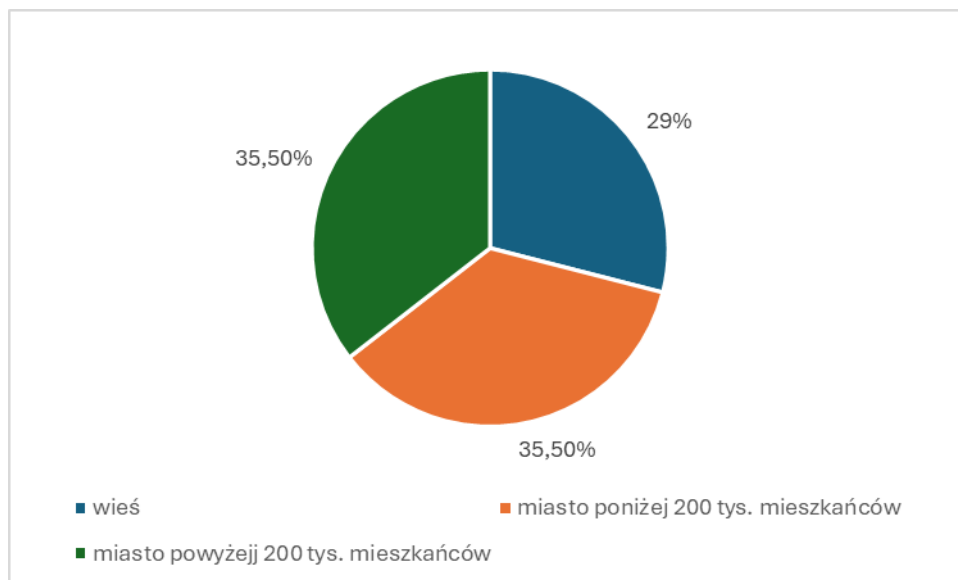
Największa liczba ankietowanych deklaruowała posiadanie wykształcenia wyższego (n=133 -66,5%). Istotna część ankietowanych (n=58 -29%) posiadała wykształcenie średnie. Pozostali mieli wykształcenie średnie, podstawowe lub zawodowe.

Ankietowanych podzielono na cztery grupy wiekowe. Najliczniejszą z nich stanowiły osoby w wieku od 19. do 29. roku życia – 94 osoby oraz od 40. do 59. – 72 osoby. Wyniki obrazuje Rycina 1.



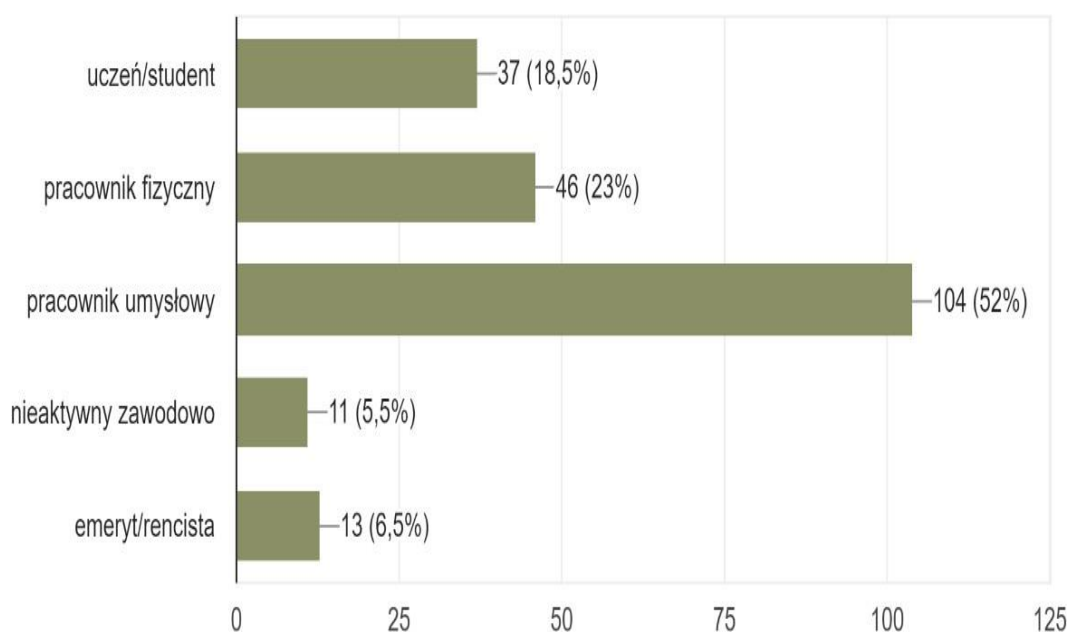
Rycina 1. Wiek ankietowanych

Jednakowa liczba respondentów zamieszkiwała miasta do 200. tysięcy mieszkańców (n=71) lub powyżej 200. tysięcy mieszkańców (n=71). Niespełna jedną trzecią ankietowanych stanowiły osoby zamieszkujące obszary wiejskie (n=58). Wyniki obrazuje Rycina 2.



Rycina 2. Miejsce zamieszkania respondentów

Ponad połowa respondentów zajmowała się pracą umysłową (n=104). Pozostali byli pracownikami fizycznymi (n=46), uczniami (n=37), osobami nieaktywnymi zawodowo (n=11) oraz emerytami lub rencistami (n=13). Wyniki obrazuje Rycina 4.

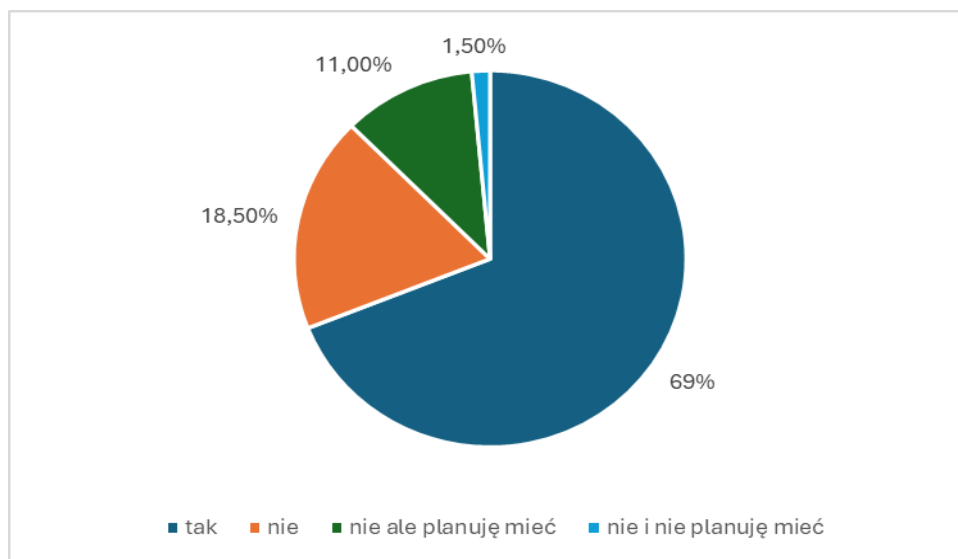


Rycina 4. Status społeczny ankietowanych

Osoby ankietowane mieszkały głównie z rodziną lub bliskimi (n=159). Osoby samotne stanowiły jedną piątą badanych (n=41).

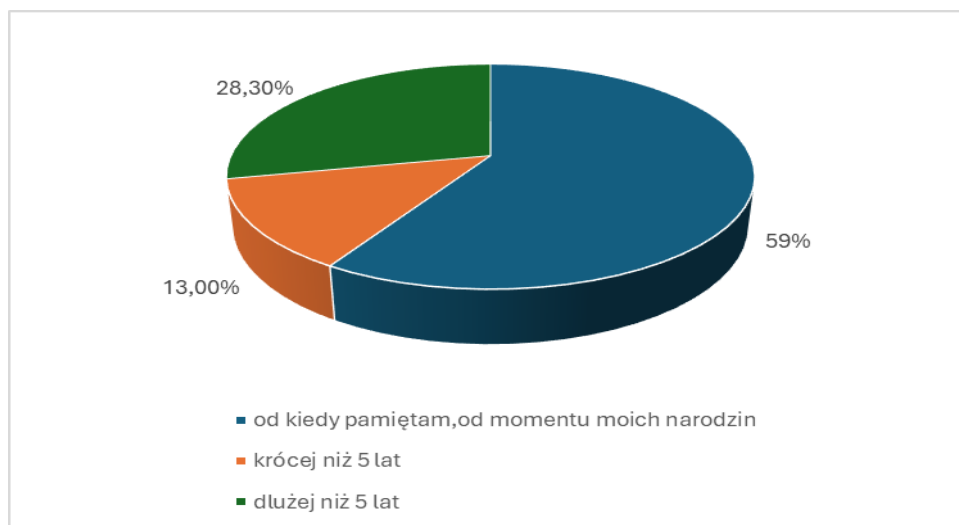
## WYNIKI

Większość ankietowanych posiadała obecnie psa (n=140). Nie miało go 37 (18,5%) osób, a pozostali nie posiadali psa, lecz planowali go mieć (n=22) lub nie posiadali i nie planowali go mieć w przyszłości (n=3). Wyniki obrazuje Rycina 5.



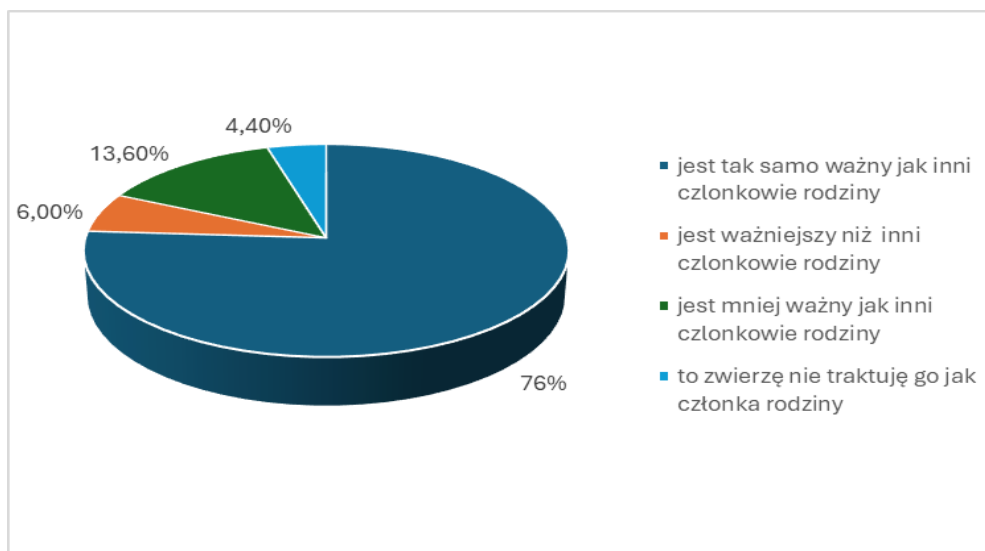
Rycina 5. Posiadanie psa przez ankietowanych

Spośród respondentów, którzy nie posiadali obecnie psa, aż 74% deklarowało posiadanie go w przeszłości (n=46). Nie miało go nigdy 25,8% badanych, natomiast ponad połowa (n= 108) posiadała jakiegoś psa od momentu swoich narodzin (Ryc. 6).



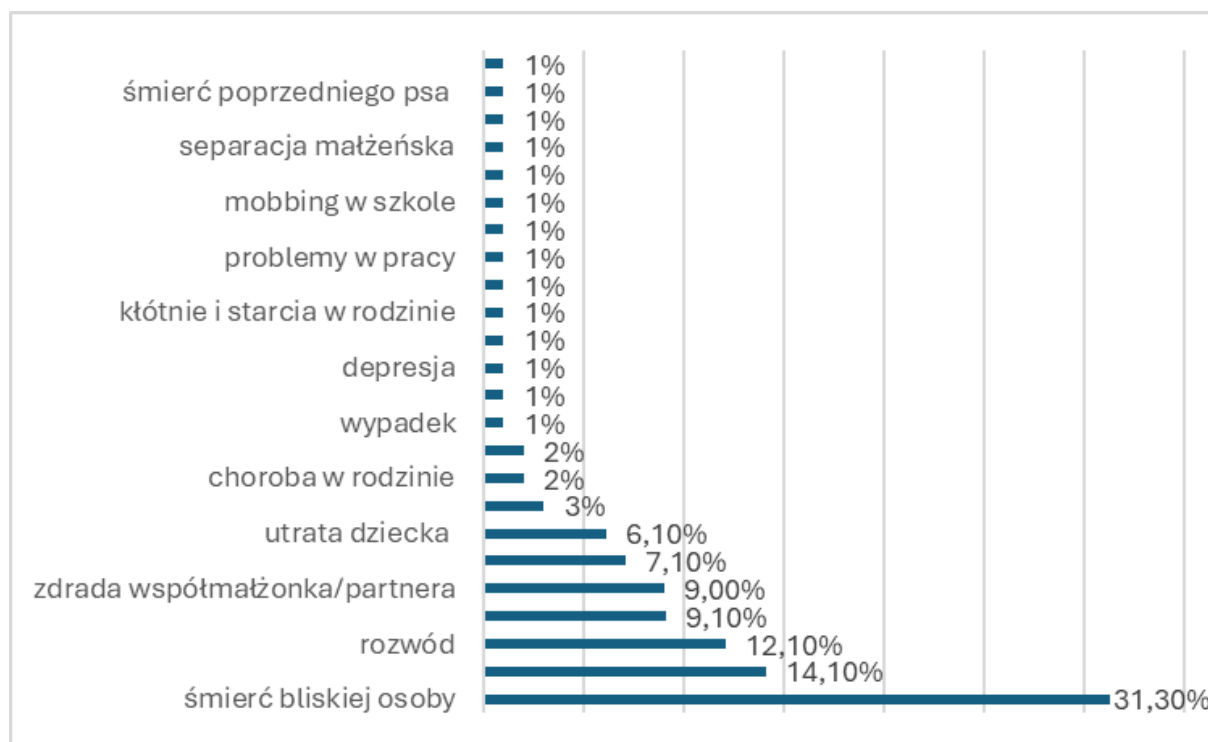
Rycina 6. Okres posiadania psa przez ankietowanych

Zdecydowana większość respondentów twierdziła, iż w hierarchii rodziny pies jest tak samo ważny, jak inni jej członkowie (n=140). Ośmiu respondentów uważało, że pies jest tylko zwierzęciem i nie ma potrzeby traktowania go jak członka rodziny (Rycina 7).



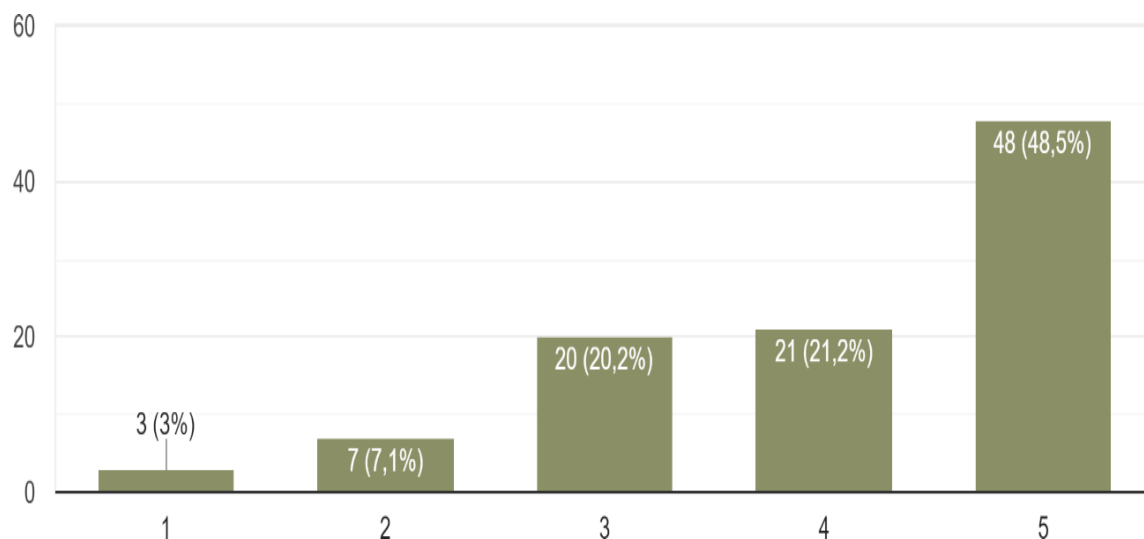
Rycina 7. Miejsce psa w rodzinnej hierarchii ankietowanych

W ostatnim roku u większości badanych (53,8%) wystąpiła jakaś sytuacja kryzysowa. Pozostałe 46,2% respondentów takowej nie doświadczyli. Najczęstszym powodem wystąpienia sytuacji kryzysowej wśród respondentów była śmierć bliskiej osoby (n=30). Pozostałe wyniki obrazuje Rycina 8.



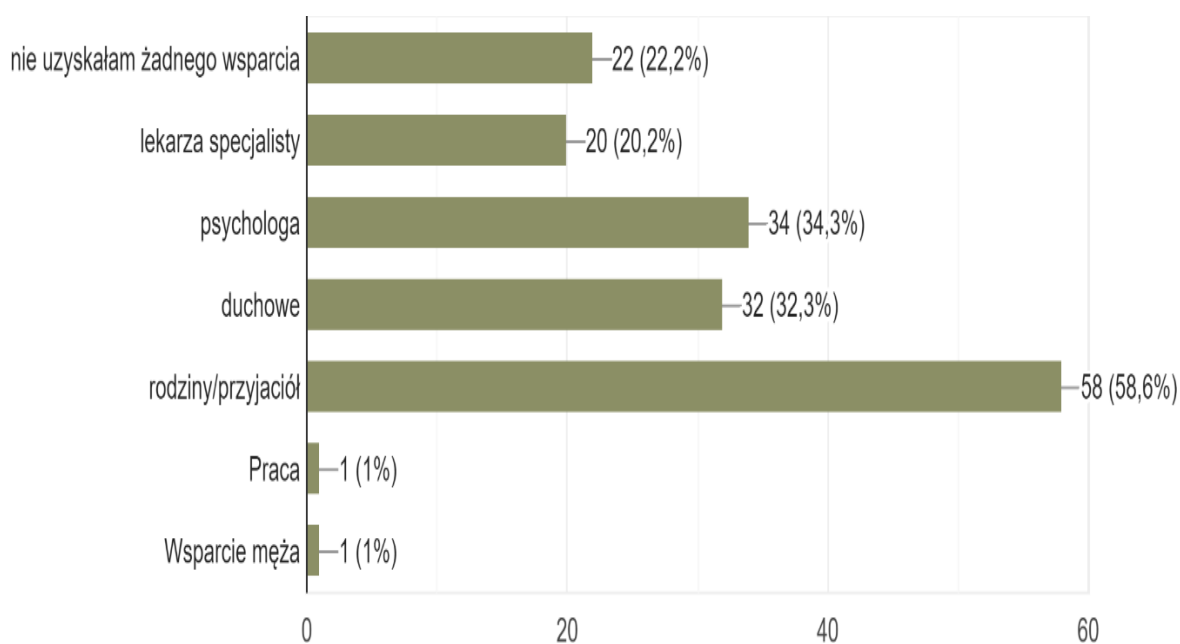
Rycina 8. Przyczyny wystąpienia sytuacji kryzysowej w życiu ankietowanych

Osoby, które doświadczyły sytuacji kryzysowej w ostatnim roku bardzo wysoko oceniły poziom odczuwanej samotności (Rycina 9).



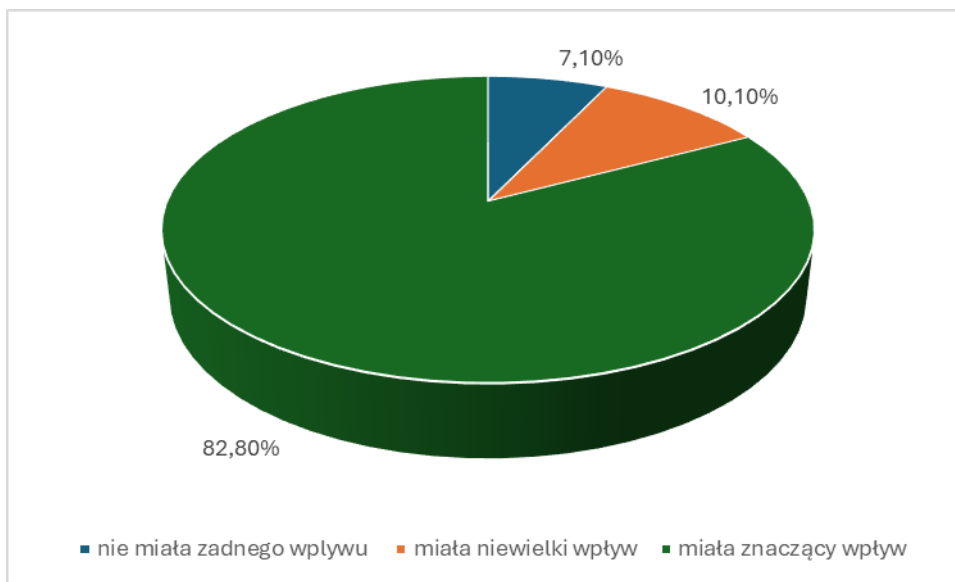
Rycina 9. Poziom odczuwanej samotności przez ankietowanych

Spośród dziewięćdziesięciu dziewięciu ankietowanych, którzy doświadczyli w ciągu ostatniego roku sytuacji kryzysowej, najwięcej (n=58) otrzymało wsparcie ze strony rodziny. Innymi formami wsparcia wymienianymi przez respondentów były: pomoc lekarza specjalisty, psychologa, pomoc duchowa, wsparcie męża oraz praca (Rycina 10).



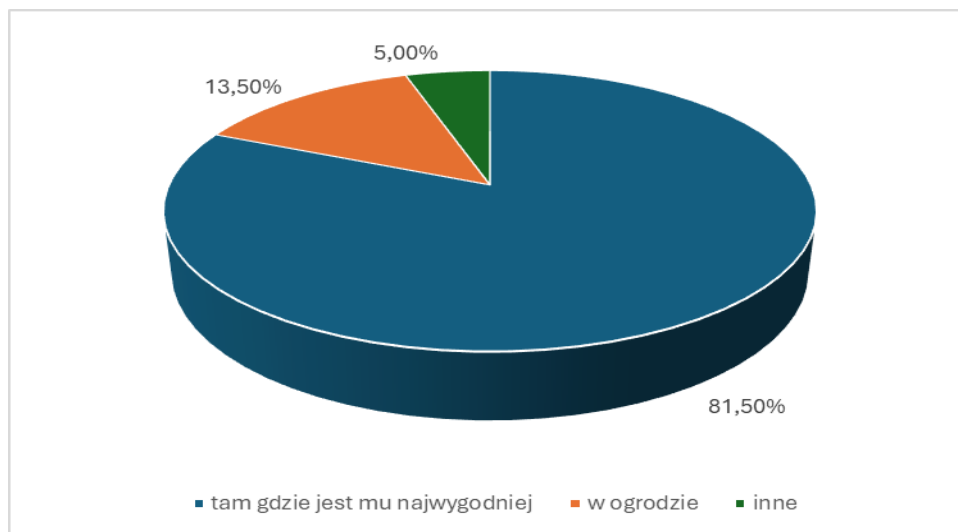
Rycina 10. Źródła wsparcia otrzymanego przez respondentów w sytuacjach kryzysowych

Większość ankietowanych, którzy doświadczyli sytuacji kryzysowej stwierdziła, że obecność psa miała na nich pozytywny wpływ w tym trudnym okresie (n=99). Wyniki obrazuje Rycina 11.



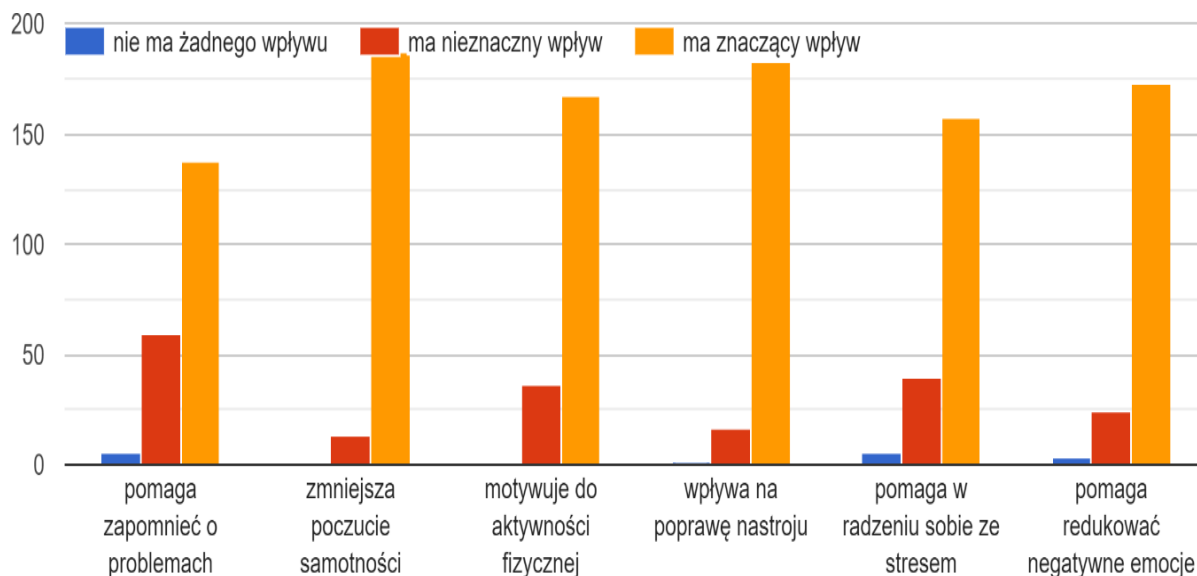
Rycina 11. Wpływ obecności psa na ankietowanych w okresie przeżywania sytuacji kryzysowej

W opinii większości ankietowanych (n=163) pies powinien przebywać w domu razem z wszystkimi domownikami. Pozostali badani wskazywali, że jego miejsce przebywania to ogród (13,5%), a pojedyncze osoby - że dom i ogród, w zależności gdzie mu wygodniej lub miejsce jego pobytu uzależniała od rasy psa.

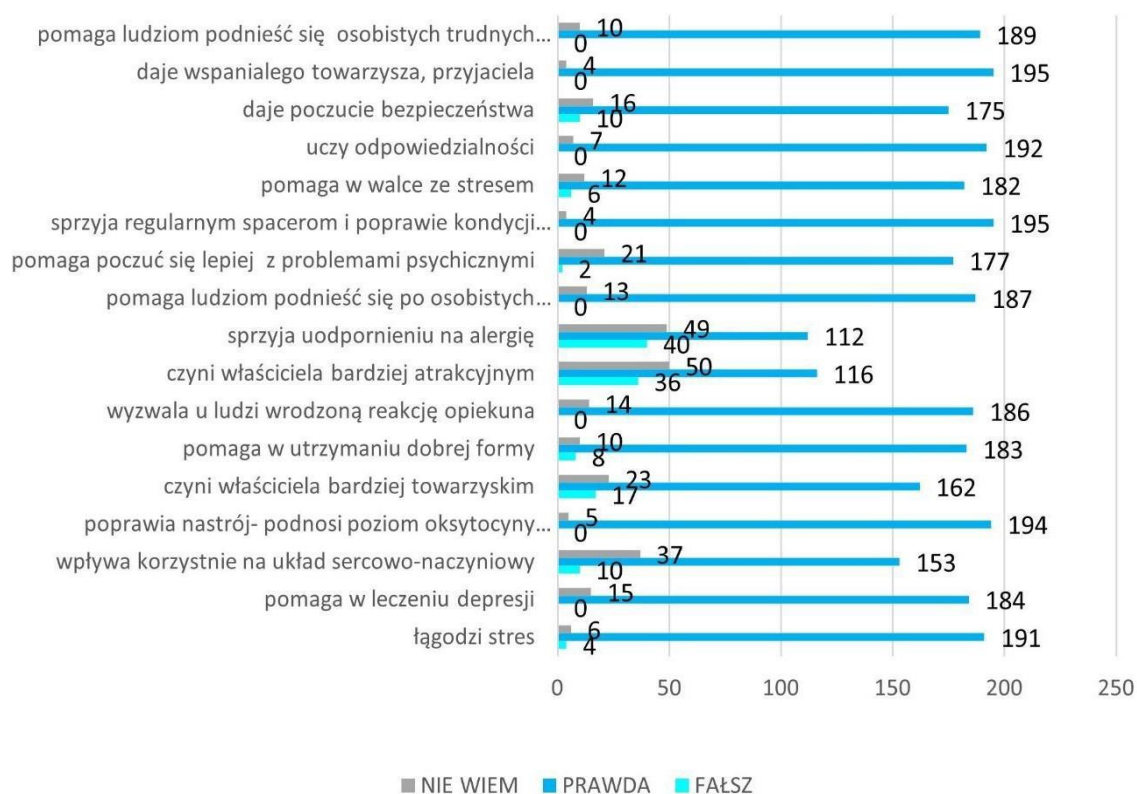


Rycina 12. Opinia respondentów na temat miejsca, w którym powinien przebywać pies

Większość ankietowanych twierdziła, iż pies pomaga zapomnieć o problemach, zmniejsza poczucie samotności, motywuje do aktywności fizycznej, wpływa na poprawę nastroju, pomaga w radzeniu sobie ze stresem oraz w redukowaniu negatywnych emocji (Rycina 13).



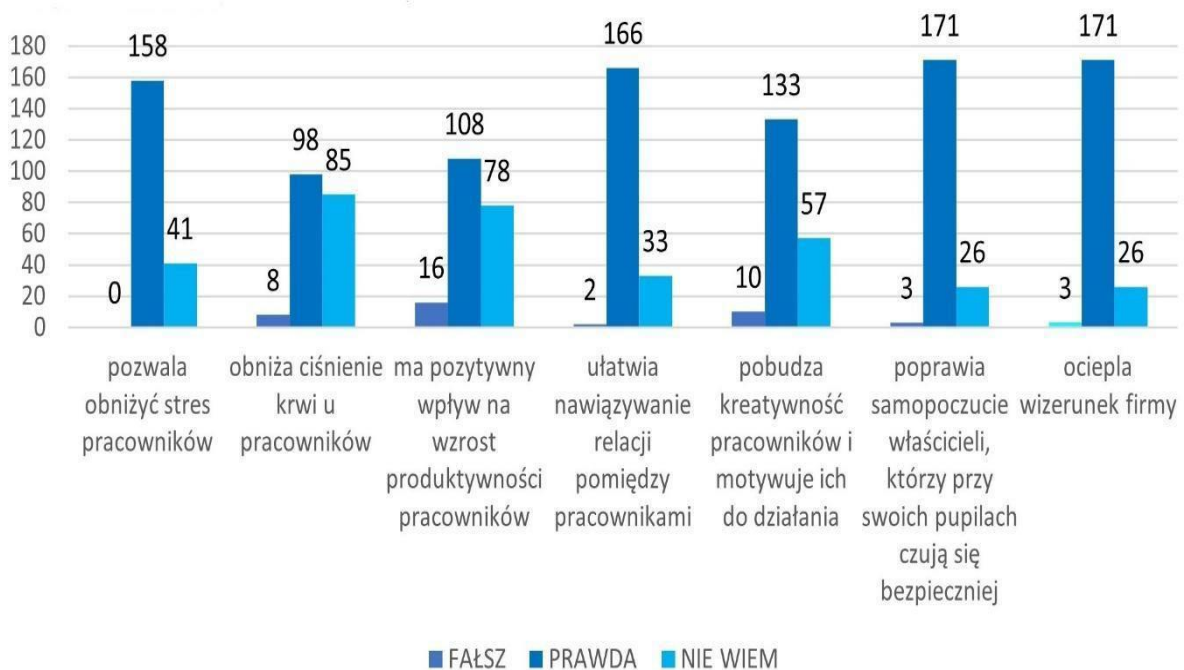
Rycina 13. Stopień, w jakim pies wpływa na poszczególne aspekty życia codziennego



Rycina 14. Zalety posiadania psa

Za główne zalety posiadania psa badani uznali fakt, że ma się wspaniałego przyjaciela, towarzysza, nauczyciela odpowiedzialności, który poprawia nastrój i sprzyja regularnym spacerom oraz poprawie kondycji. Pozostałe wyniki obrazuje Rycina 14.

Większość ankietowanych widziała pozytywny wpływ oddziaływania psa w miejscu pracy, twierdząc najczęściej, że ociepla on wizerunek firmy, poprawia samopoczucie pracownika właściciela psa, ułatwia nawiązywanie relacji pomiędzy pracownikami i obniża ich stres (Rycina 15).



Rycina 15. Zalety posiadania psa w miejscu pracy

Większość ankietowanych była zgodna, iż wadą obecności psa w pracy jest możliwość wprowadzenia chaosu, niszczenie przestrzeni biurowej oraz wzmożenie strachu (Rycina 16).

Respondenci poproszeni o określenie różnic pomiędzy właścicielami psów a osobami, które nie posiadają psa wyrażali bardzo zróżnicowane opinie (Rycina 17).

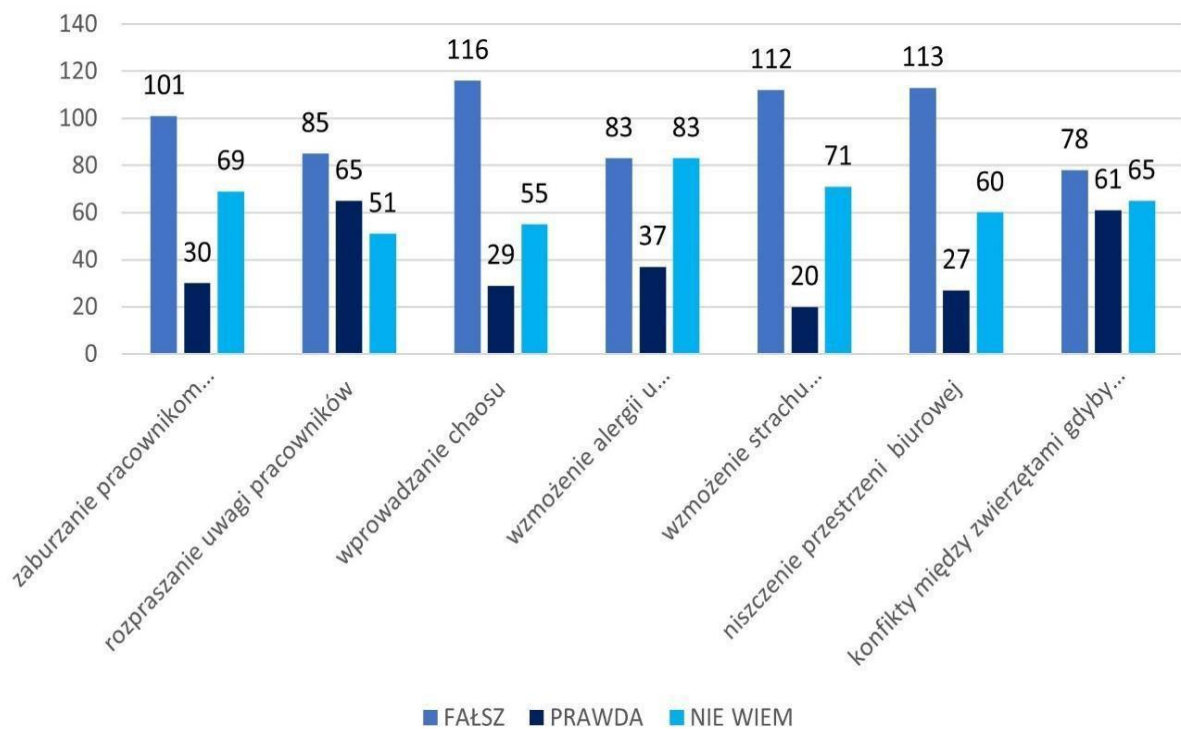
Większość badanych była zgodna, iż życie ze szczeniakiem przypomina opiekę nad niemowlęciem i twierdziła, że posiadanie psa wymusza dostosowanie stylu życia pod jego potrzeby (Rycina 18).

Prawie wszyscy ankietowani (n=197) byli zgodni, iż pies może pełnić rolę terapeutyczną, a zaledwie trzech ankietowanych (1,5%) udzieliło odpowiedzi: nie wiem.

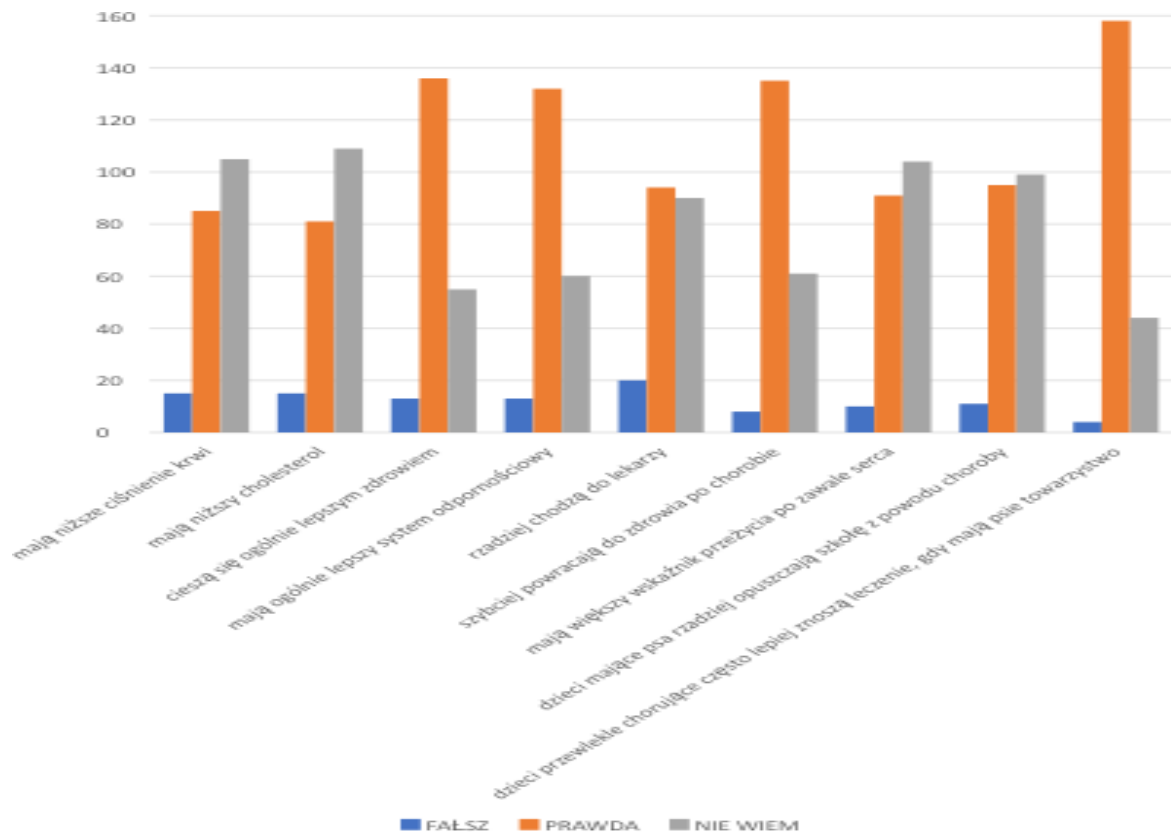
W opinii respondentów pies w sytuacji kryzysowej pozytywnie wpływa na człowieka,



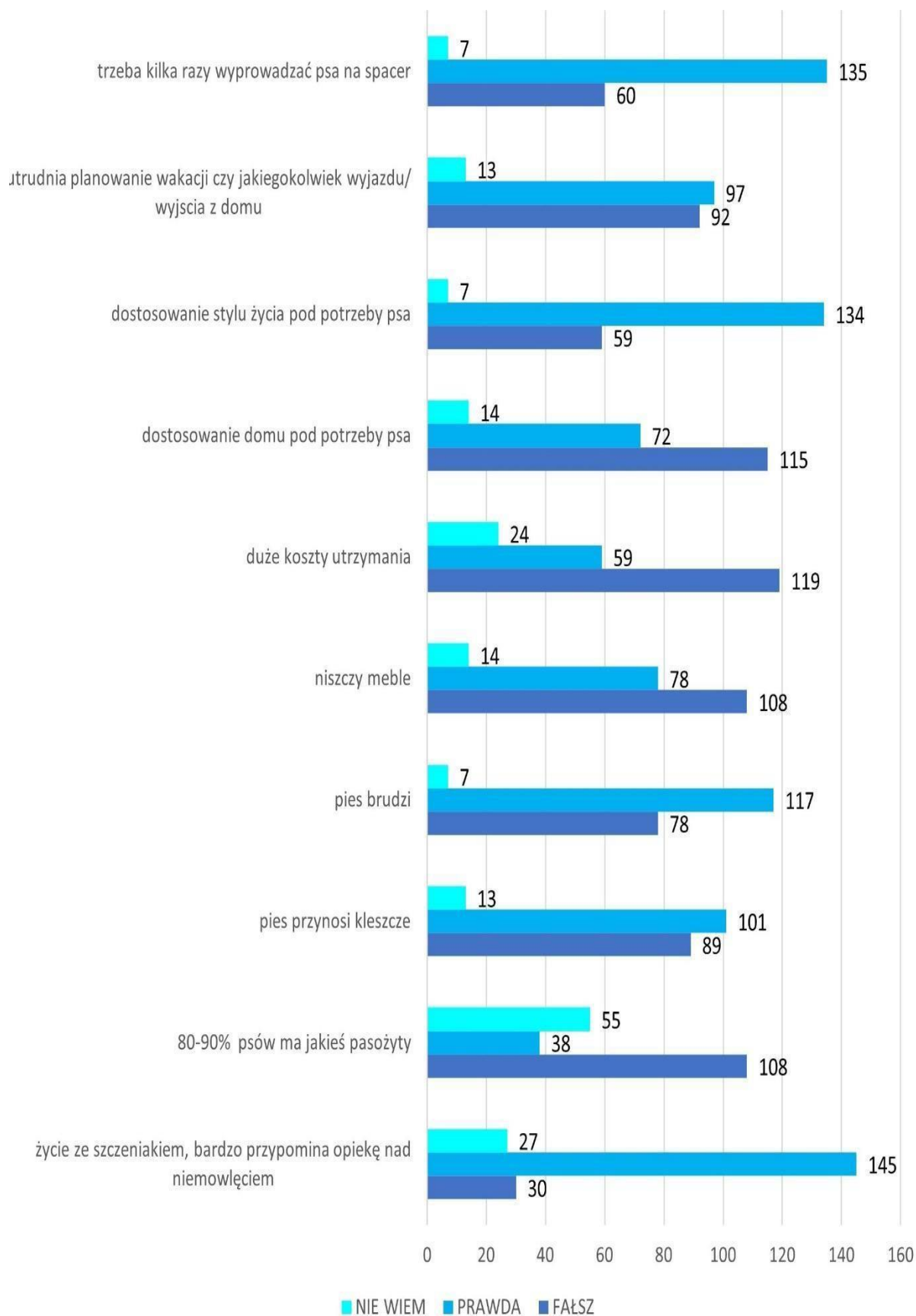
na przykład poprzez poprawę nastroju (n=189) oraz przez zmniejszenie poczucia samotności (n=184). Inne odpowiedzi obrazuje Rycina 19.



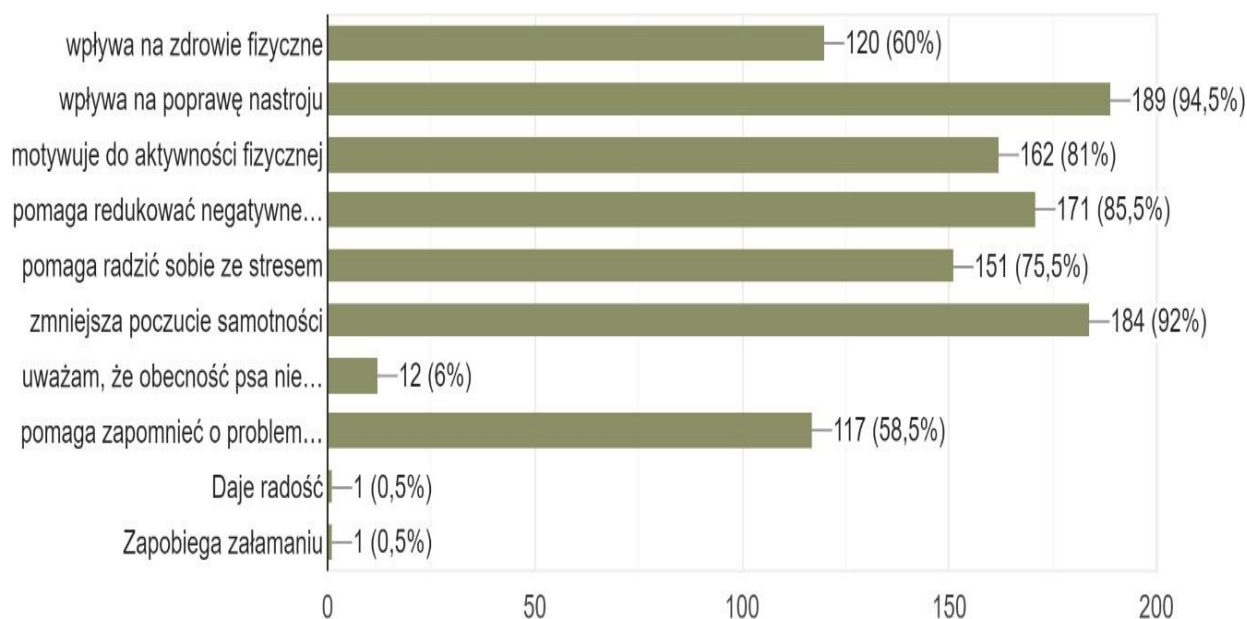
Rycina 16. Wady obecności psa w miejscu pracy



Rycina 17. Różnice pomiędzy właścicielami psów a osobami, które psów nie posiadają

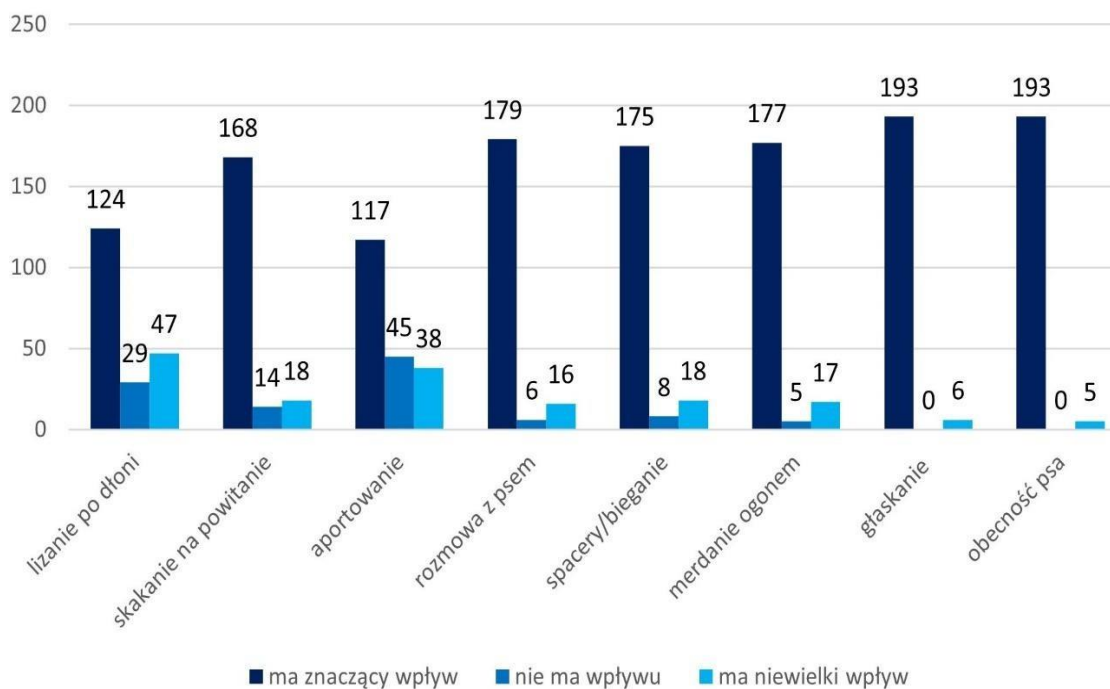


Rycina 18. Wady posiadania psa



Rycina 19. Sposoby pozytywnego oddziaływania psa na człowieka w przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowej

Większość ankietowanych twierdziła, iż interakcje zobrazowane na Rycinie 20 mają znaczący wpływ terapeutyczny na człowieka, a za największą wartość terapeutyczną psa uznało już samą jego obecność oraz możliwość jego głaskania.



Rycina 20. Terapeutyczne interakcje człowieka z psem

## WNIOSKI

1. Większość ankietowanych posiadała obecnie psa, a w grupie osób, które nie posiadali obecnie psa, większość deklaroowało posiadanie psa w przeszłości oraz twierdziła, iż w hierarchii rodziny jest on tak samo ważny jak inni jej członkowie.
2. W ostatnim roku u większości badanych wystąpiła jakaś sytuacja kryzysowa, głównie śmierć bliskiej osoby i bardzo wysoko oceniła poziom odczuwanej samotności, mimo najczęściej otrzymywanego wsparcie ze strony rodziny.
3. Większość ankietowanych, którzy doświadczyli sytuacji kryzysowej stwierdziła, że obecność psa miała na nich pozytywny wpływ w tym trudnym okresie, zwłaszcza poprzez poprawę nastroju oraz zmniejszenie poczucia samotności.
4. Większość ankietowanych twierdziła, iż pies pomaga zapomnieć o problemach, zmniejsza poczucie samotności, motywuje do aktywności fizycznej, wpływa na poprawę nastroju, pomaga w radzeniu sobie ze stresem oraz pomaga redukować negatywne emocje.
5. Respondenci za pozytywny wpływ oddziaływania psa w miejscu pracy uznali ocieplenie wizerunku firmy, poprawę samopoczucia pracowników, ułatwienie nawiązywania relacji pomiędzy pracownikami i obniżenie ich stresu, a za wady możliwość wprowadzenia chaosu, niszczenie przestrzeni biurowej oraz wzmożenie strachu.

*Pełna wersja pracy: Bociarska Renata, Rabiański Mateusz, Diak Alicja, Guzowski A[ndrzej] [NoZ], Krajewska-Kulak Elżbieta: Rola terapeutyczna psa w przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowej [w:] W drodze do brzegu życia. T. 20. Red. Elżbieta Krajewska-Kulak, Cecylia Regina Łukaszuk, Jolanta Lewko, Wojciech Kulak, Białystok : Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, 2021: 515-535, p-ISBN: 978-83-959846-7-9*

### ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

*Psy nigdy nie umierają.  
One śpią w twoim sercu.  
Ernest Montague*

#### CEL PRACY

Celem pracy była ocena, czy przeżywana przez człowieka żałoba po stracie psa jest problemem jego opiekuna?

W pracy określono również następujące problemy szczegółowe:

1. Czy śmierć psa i związany z tym proces żałoby spotykają się z aprobatą i zrozumieniem ze strony społeczeństwa?
2. Czy doświadczenie nieprzepracowanej żałoby jest problemem o charakterze klinicznym, wymagającym interwencji medycznych?
3. Czy osoby, które przeżywają traumę po stracie swojego pupila otrzymują potrzebne im wsparcie społeczne i wykwalifikowaną pomoc?
4. Czy istnieje potrzeba zwiększenia świadomości społeczeństwa na temat roli psa w życiu człowieka i konieczność uświadamiania innych o możliwości przeżywanej żałoby po stracie czworonoga?
5. Jakie czynniki mają wpływ na sposób przeżywanej straty

#### MATERIAŁ I METODA

W badaniu zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Narzędziem badawczym była ankieta własnego autorstwa (zawierająca 16 pytań) wypełniania przez pacjentów oddziału internistycznego.

Pierwsza jej część miała na celu uzyskanie informacji na temat grupy badanej (wiek, płeć, status społeczny, czas przeżywania żałoby po stracie psa).

W drugiej części ankietowani oceniali sposób przeżywanej żałoby na podstawie częstości odczuwanych objawów psychosomatycznych oraz odczuwanego bólu wg skali 1-10. Pytania dotyczyły również faz przeżywania żałoby i obecnego stanu w jakim się znajdują. Końcowe pytania odnosiły się do różnych form pomocy, wsparcia i reakcji ze strony społeczeństwa.

Materiał uzyskany z badania poddano analizie i opracowano przy pomocy podstawowej statystyki opisowej z użyciem programu MS Excel. Zebrane wyniki przedstawiono w postaci tabel i rycin.

## ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

Etapem wstępnym był przeprowadzony pilotaż mający na celu identyfikację pacjentów pod kątem podjętego tematu. Motywem do przeprowadzenia badań w oddziale szpitalnym były częste interwencje medyczne u osób po stracie zwierzaka.

### CHARAKTERYSTYKA BADANEJ GRUPY

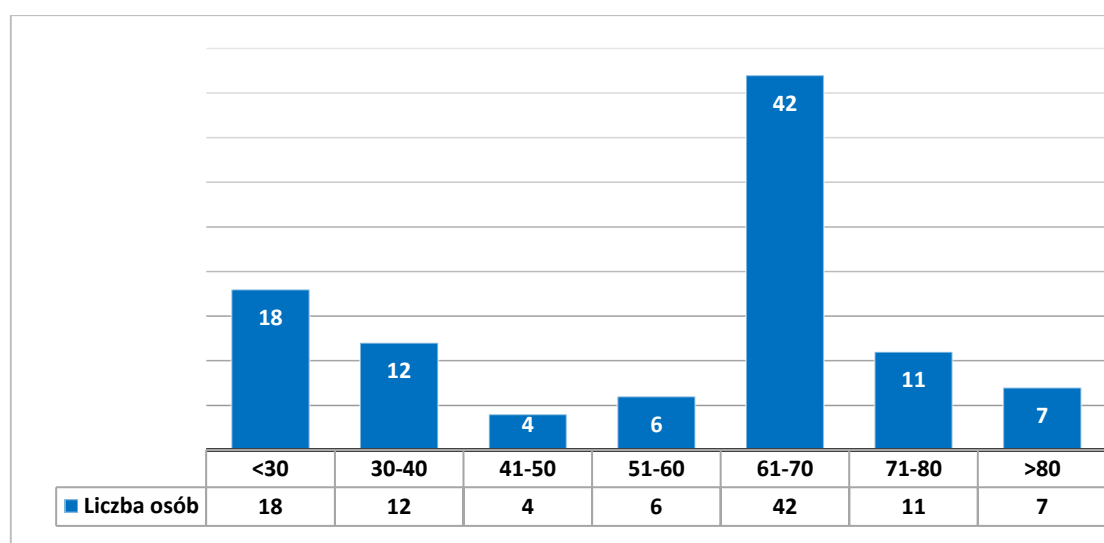
Dobór grupy był spontaniczny. Respondentami byli zarówno pacjenci z przewlekłymi schorzeniami internistycznymi, jak i te osoby, u których po raz pierwszy zaistniał incydent chorobowy.

Przeprowadzenie badania w oddziale szpitalnym miało znaczenie badawcze pod kątem wyeksponowania tematu jako unikalnego społecznie, który ma konsekwencje również kliniczne.

Obecnie temat bólu po stracie zwierzaka jest częsty, a niekiedy stygmatyzowany przez społeczeństwo. Ranga problemu jest o tyle ważna, że może wymagać nawet specjalistycznej interwencji. W badaniu dokonano selekcji pacjentów. Spośród tych, którym temat żałoby po zwierzaku okazał się bliski, wybrano osoby, które straciły wyłącznie psa oraz te, które subiektywnie przeżywały stratę.

Ankieta była anonimowa i dobrowolna. Pacjenci samodzielnie odpowiadali na pytania zawarte w kwestionariuszu. Badanie przeprowadzono we współpracy i pod opinią psychologa klinicznego. Dokonano charakterystyki badanej grupy pod względem płci, wieku oraz zamieszkania.

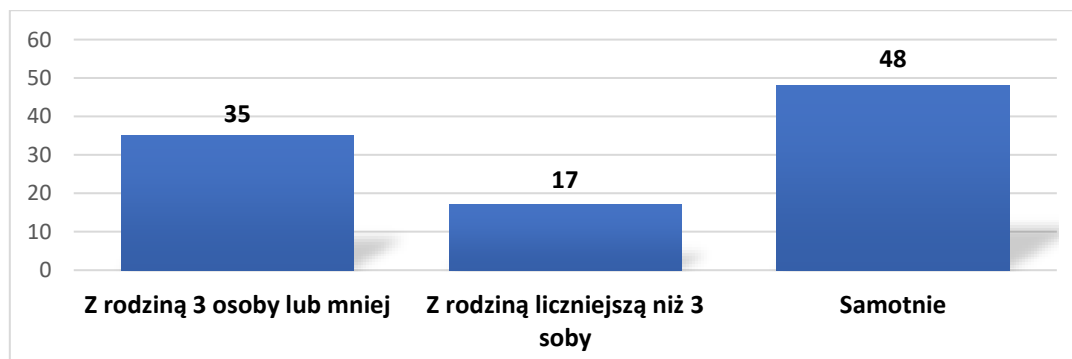
W badaniu uczestniczyło 100. pacjentów: 73. kobiety i 27. mężczyzn. Najliczniejszą grupę stanowiły osoby w przedziale wiekowym 61-70 lat (Ryc.1).



Rycina 1 Wiek ankietowanych

## ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

Przeanalizowano status rodzinny pacjentów pod kątem zamieszkania. Największą liczbę -48% stanowili pacjenci mieszkający samotnie, 35% to osoby zamieszkujące w rodzinie poniżej 3 osób, 17% stanowiły osoby mieszkające w rodzinie liczniejszej powyżej 3 osób (Ryc.2).

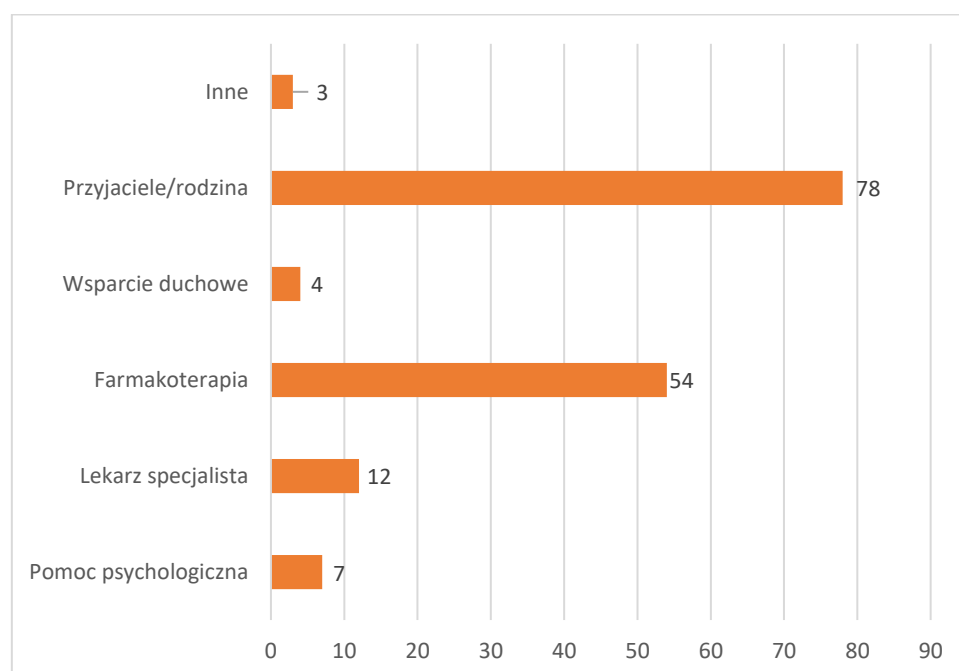


Rycina 2. Miejsce zamieszkania

## WYNIKI

Badani najczęściej stracili psa w wyniku jego śmierci (62 osoby), jego zaginięcia (25 osób) lub w związku z koniecznością oddania go (13 osób).

Rycina 3 przedstawia wyniki, różnych form/ możliwości pomocy po stracie psa.



Rycina 3. Poszukiwanie pomocy po stracie psa

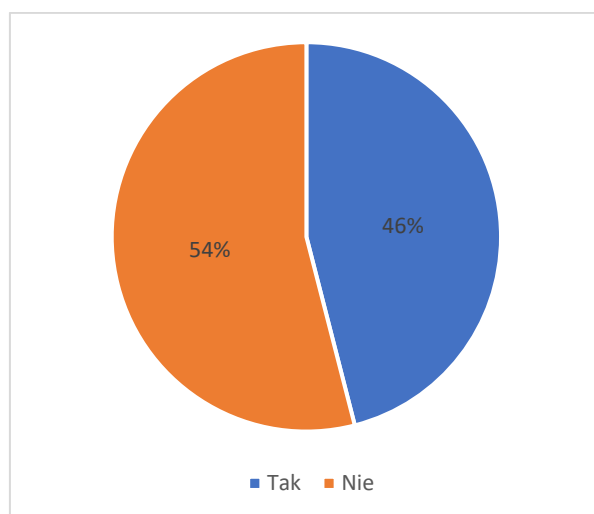
Okazało się, że aż 78% badanych poszukiwało wsparcia ze strony rodziny i przyjaciół. Ponad połowa (54%) korzystała z leczenia farmakologicznego, 12% ankietowanych zgłosiło

## ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

się o pomoc do lekarza specjalisty, 7% korzystało z psychoterapii, a tylko 4% podjęło się korzystania z pomocy osób duchownych. Inne pomoce, stanowiące 3% przypadków, okazały się ucieczką w nałogi, co wynikało z przeprowadzonego wywiadu, a nie zostało uiszczone kwestionariuszu.

Wyniki zawarte w poniższych rycinach 4 i 5 pozwalają zweryfikować postawioną hipotezę, o związku między przeżywaną żałobą, a zrozumieniem ze strony innych.

Analizując uzyskane dane można zauważyć, że aż 96% badanych traktowało swojego psa jak członka rodziny, ale tylko 46% spotkało się ze zrozumieniem straty.



Rycina 4. Opinie badanych odnośnie zrozumienia przeżywania żałoby po psie



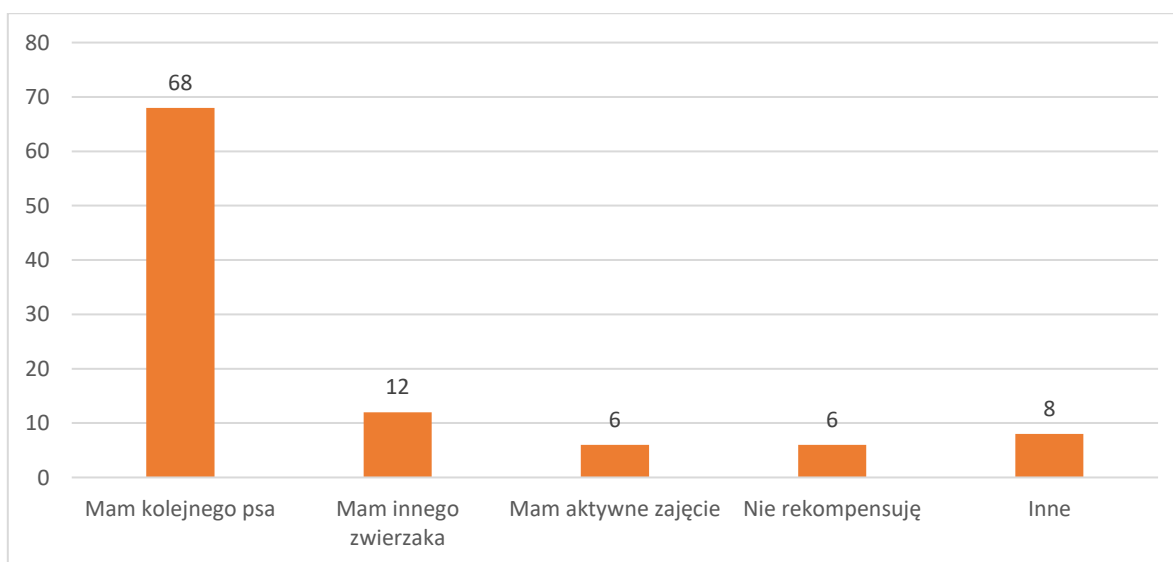
Rycina 5. Deklaracja traktowania psa jako członka rodziny.



## ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

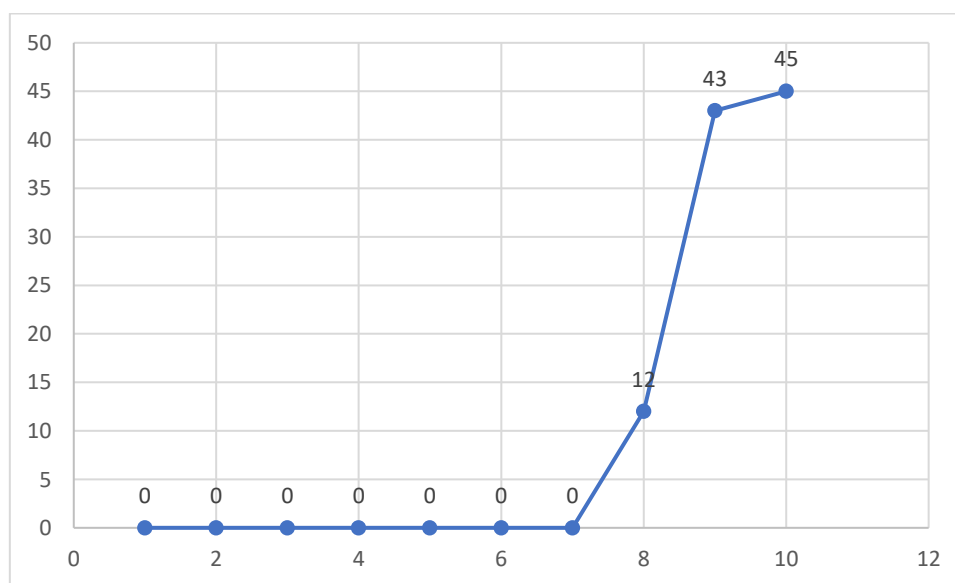
Na pytanie badawcze o to, w jaki sposób ankietowani rekompensują swoją stratę, można odpowiedzieć analizując poniższą rycinę 6.

Wyniki wskazują, że 68% stało się właścicielem kolejnego psa, 12% właścicielem innego zwierzaka, a tylko 6% nie podjęło się próby samopomocy w formie rekompensaty innym zwierzęciem.



Rycina 6. Sposoby rekompensaty straty psa.

Na Rycinie 7 zostały przedstawione wskaźniki doświadczenia subiektywnego bólu w skali 1-10. Wyniki wyraźnie pokazują tendencje rosnące. Wszyscy badani, określili bardzo wysoki poziom bólowy, 45% - na 10. pkt. wg skali, 43% - na 9 pkt. wg skali, 12% - na 8 wg skali.



Rycina 7. Ocena bólu po stracie psa w skali 1-10

## ŻAŁOBA PO STRACIE PSA

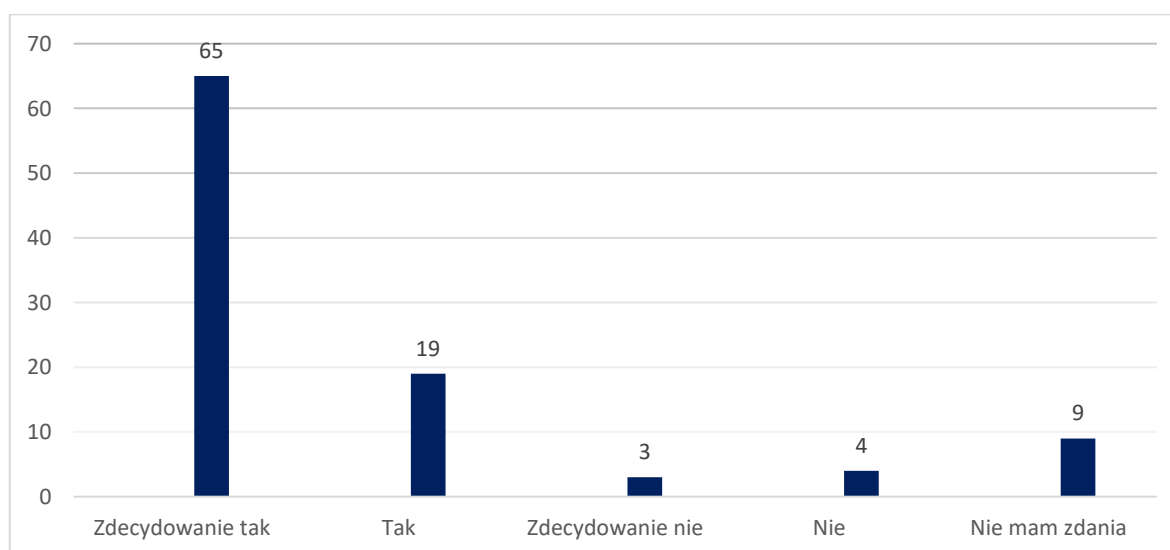
Wyniki zawarte w tabeli 1 wskazują, jaki procent osób z badanej grupy ekspozowany był na dane zdarzenie traumatyczne. Patrząc na częstość występowania objawów, większość charakteryzowała się podłożem somatycznym.

Podczas oceniania wyników i wyciągania z nich wniosków należy jednak uwzględnić fakt, że respondenci znajdowali się w sytuacji choroby i hospitalizacji, dlatego samopoczucie fizyczne mogło być w tym przypadku decyzyjne.

Tabela.1. dolegliwości towarzyszące po stracie psa

	<b>Bardzo często</b>	<b>Często</b>	<b>Czasami</b>	<b>Nie</b>
<b>Bóle, zawroty głowy</b>	34	46	15	5
<b>Ucisk w klatce piersiowej</b>	32	34	4	30
<b>Duszność</b>	12	18	25	45
<b>Bóle brzucha</b>	52	37	8	3
<b>Ogólne pogorszenie kondycji fizycznej</b>	76	18	4	2
<b>Brak apetytu, skurcze żołądka</b>	63	32	5	0
<b>Zmęczenie</b>	24	27	32	17
<b>Skłonność do irytacji</b>	77	16	7	0
<b>Zaburzenia uwagi, koncentracji</b>	33	15	15	37
<b>Niechęć do życia, brak motywacji</b>	81	12	7	0
<b>Bezsensowność</b>	90	10	0	0
<b>Izolacja społeczna</b>	47	23	23	7

Większość badanych stanowiąca 87% wyraziła potrzebę dzielenia się swoim smutkiem po stracie psa. Tylko 13% nie odczuwało potrzeby ekspozowania swojego żalu.



Rycina 8. Opinie badanych w kwestii konieczności podnoszenia poziomu świadomości społeczeństwa na temat odczuwanej żałoby po stracie zwierząt

Badani w odpowiedziach na pytania ankietowe wyrażali zdecydowaną potrzebę (65%) zwiększenia świadomości społeczeństwa na temat problemu jakim jest żałoba po stracie psa (Ryc. 8).

### WNIOSKI

Przedstawione w tej pracy wyniki badań pozwoliły na zapoznanie się z niewątpliwie narastającym problemem dotyczącym społecznego kontekstu żałoby po stracie psa.

Odpowiadając na zagadnienie ujęte w postaci problemu głównego należy przyjąć następujące wnioski:

1. Pies odgrywa znaczącą rolę w życiu człowieka, staje się niekiedy jedyną istotą dającą wsparcie i poczucie bezpieczeństwa, dlatego sama jego obecność poprawia jakość funkcjonowania człowieka.
2. Żałoba po stracie psa może być równie traumatycznym doświadczeniem, tak jak po stracie bliskiej osoby, ponieważ coraz częściej pies traktowany jest jako członek rodziny.
3. Strata zwierzaka (najczęściej psa) jest na tyle trudnym doświadczeniem, że może zaburzać funkcjonowanie człowieka i oddziaływać destrukcyjnie na poszczególne sfery odnoszące się do zdrowia. To narastający współcześnie problem kliniczny, wymagający odniesienia w diagnostyce i leczeniu.
4. Istnieje konieczność zwiększenia świadomości społeczeństwa na temat przeżywanej żałoby po stracie zwierząt i potrzeba wsparcia społecznego osobom, które wymagają profesjonalnej pomocy w procesie żałoby.
5. Pacjenci biorący udział w badaniu wykazali potrzebę rekompensaty swojej straty - kolejny pies lub inne zwierzę jest najlepszym lekarstwem na istniejący ból po stracie i najlepszą formą terapii w procesie leczenia.

*Pełna wersja pracy : Renata Bociarska: Żałoba po stracie psa niedoceniany problem [w:] Holistyczny wymiar współczesnej medycyny, Tom XI. Krajewska-Kułak E., Cybulski M., Lewko J., Kułak W. (red.) Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, Białystok, 2024: 9-22, ISBN – 978-83-971318-5-9*

## COVID-19 A ROLA PSA

*(...) towarzyszą nam zawsze i wszędzie,  
pomagając w codziennym trudzie,  
dając nam czystą radość,  
bez nich człowiek czułby się źle na tym świecie,  
bo ileż radości daje tak piękna i rozumna istota jak pies  
ks. Jana Twardowskiego*

### CEL PRACY

Celem pracy była ocena roli psa w okresie epidemii koronawirusem SARS-COV2.

### MATERIAŁ I METODY

Ankieta została udostępniona w mediach społecznościowych w maju 2020 roku, dwa miesiące po ogłoszeniu epidemii (a później pandemii) spowodowanej koronawirusem SARS-COV2.

Badanie przeprowadzono wśród grupy 100. Internautów. Odpowiedzi uzyskano w ciągu dwóch dni od momentu udostępnienia ankiety.

Anonimowy kwestionariusz obejmował pytania dotyczące wpływu obecności psa w okresie trwającej Pandemii COVID – 19.

Zebrany materiał poddano analizie i opracowano przy pomocy podstawowej statystyki opisowej z użyciem programu MS Excel.

W pierwszym etapie dokonano charakterystyki grupy pod względem płci, wieku. Połowę ankietowanych stanowiły osoby do 40 r. ż., w tym 30% całej badanej grupy osoby poniżej 20r.ż. Zdecydowane mniej liczną grupą były osoby powyżej 60 r.ż, stanowili oni 16% badanych w tym 6% osoby powyżej 80 r. ż. (Tab.1).

Tabela 1. Wiek respondentów

Wiek w latach	%
Poniżej 20	30
21-40	30
41-60	24
61-80	10
Powyżej 80	6

Zdecydowana większość uczestniczących w ankiecie zamieszkiwała miasta (76%), a jedynie 24% tereny wiejskie.

Aż 37% deklaroowało jednak zamieszkiwanie w domu jednorodzinnym z ogrodem, a 12% w zabudowie szeregowej. Najwięcej ankietowanych (40%) mieszkało w bloku z balkonem lub tarasem. Niewielki odsetek badanych mieszkał w bloku, lecz nie posiadał balkonu (9%) lub tarasu (9%) albo wskazywał inne miejsce zamieszkania (4%). Wyniki obrazuje Tabela 2.

Tabela 2. Warunki mieszkaniowe

Warunki lokalowe	Odsetek osób
<b>Dom jednorodzinny z ogrodem</b>	37%
<b>Dom w zabudowie szeregowej</b>	12%
<b>Mieszkanie w bloku z balkonem /tarasem</b>	40%
<b>Mieszkanie w bloku bez balkonu /tarasu</b>	9%
<b>Inne...</b>	4%

W całej grupie ankietowanych 91% mieszkało z rodziną/bliskimi, natomiast 9% samotnie.

W analizowanej grupie 86% badanych było aktywnych zawodowo. Studenci lub osoby uczące się stanowiły 10% a renciści/emeryci 4%. Aż 76% badanych deklaroowało posiadanie wykształcenia wyższego, średnie – 16%, 4% było studentami/uczniami, wykształcenie zawodowe miało 3%, a podstawie – 1%,

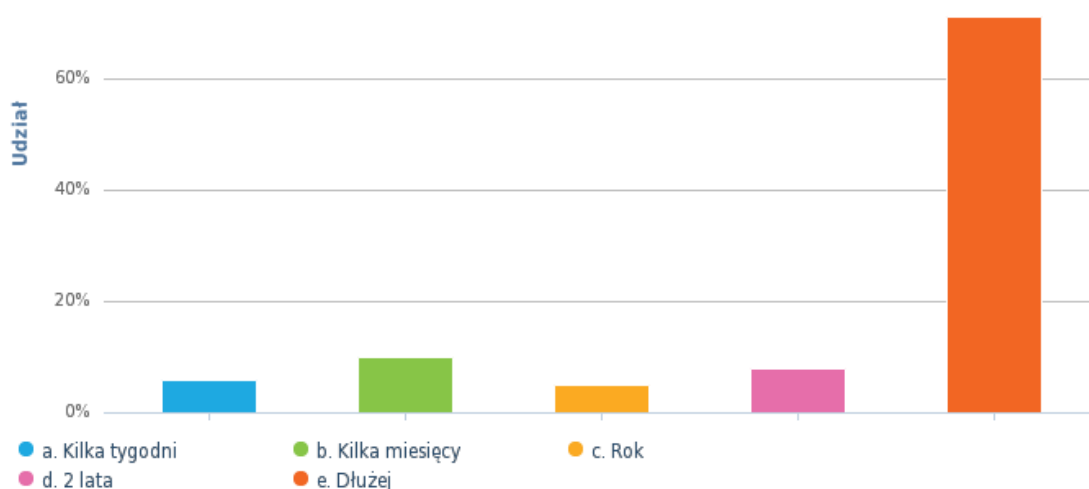
## **WYNIKI**

Ankietowanych zapytano o to czy kiedykolwiek byli posiadaczami zwierzęcia domowego. W całej badanej grupie 96% odpowiedziało twierdząco, 3% zadeklarowało, że nie mieli, ale planują mieć, a 1%, że wcześniej nie miało żadnego zwierzęcia.

W kolejnym pytaniu zapytano o obecnie posiadane zwierzę domowe. Respondenci mogli wskazać więcej niż jeden gatunek. Wśród badanych największą grupę, aż 77%, stanowili właściciele psów. Ponadto 21% badanych deklaroowało posiadanie kota, 13% innego zwierzęcia. Aktualnie aż 16% uczestników badania nie miało żadnego zwierzęcia. Badanie nie obejmowało przyczyn takiego stanu.

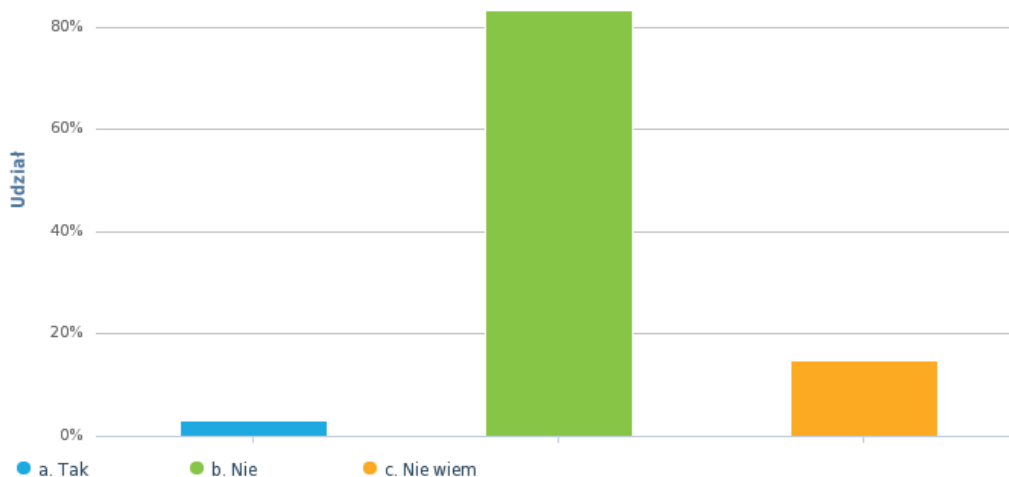
Fakt posiadania zwierzęcia w przeszłości pozwalał w pełni na udzielenie wiarygodnych odpowiedzi na kolejne pytania.

Kolejne kilka pytań dedykowane było osobom deklarującym posiadanie psów i pozwalało na scharakteryzowanie tej grupy respondentów. Największą grupę (48%) stanowiły osoby mające jednego psa, ale zwraca uwagę fakt, że wśród właścicieli psów aż 39% miało trzy lub więcej psów. Ponadto 16% miało dwa psy, a aktualnie 3% nie posiadało żadnego psa. Aż 93% ankietowanych było właścicielem kundelków, a tylko 7% stanowili posiadacze psów rasowych. Ponad 2/3 badanych miało psa dłużej niż 2.lata. Kilka procent stanowiły osoby, które są właścicielami psów od kilku tygodni. Biorąc pod uwagę czas prowadzenia badania może to być okres zbieżny z wystąpieniem epidemii/pandemii (Ryc. 1).



Rycina 1. Czas posiadania psa

Ankietowanych zapytano o opinię na temat wpływu psów na rozwój zakażenia koronawirusem. Ponad 80% badanych odpowiedziało, że pies nie sprzyja rozwojowi zakażenia (Ryc. 2).



Ryc. 2. Wpływ psa na ryzyko zakażenia koronawirusem

W opinii największej liczby badanych pies łagodzi smutek i samotność, poprawia nastrój, dodaje pozytywnej energii i uspakaja. Inne wskazania obrazuje Tabela 3.

Tabela 3. Wpływ posiadanie psa na funkcjonowanie właściciela

	<b>nie wiem</b>	<b>nie</b>	<b>tak</b>
<b>Poprawę zdrowia fizycznego</b>	3	24	73
<b>Poprawę nastroju</b>	3	7	90
<b>Zwiększenie aktywności fizycznej</b>	7	15	78
<b>Zwiększenie liczby znajomych</b>	25	25	50
<b>Zwiększenie motywacji do działania</b>	7	37	56
<b>Poprawę organizacji wolnego czasu</b>	13	32	55
<b>Zwiększenie empatii</b>	5	18	77
<b>Dodaje pozytywnej energii</b>	3	7	90
<b>Uspokaja</b>	5	15	80
<b>Daje poczucie celu</b>	10	35	55
<b>Motywuje do wyzdrowienia</b>	10	29	61
<b>Pozwala zapomnieć o problemach</b>	9	21	70
<b>Łagodzi smutek i samotność</b>	1	8	91
<b>Sprzyja nawiązywaniu kontaktów</b>	10	11	79
<b>Uodparnia na stres</b>	10	34	56
<b>Sprzyja zakażeniom</b>	89	8	3

Najwięcej badanych (80%) było przekonanych, że pies może mieć lęk separacyjny, a pozostali uważali, że nie ma takiego problemu lub nie potrafili jednoznacznie się zadeklarować w tej kwestii.

W okresie trwającej pandemii, nierzadko miały miejsce sytuacje, w których właściciele pozbywali się swoich czworonogów.

Zapytano ankietowanych o stosunek do zaistniałych zachowań ludzi. Okazało się, że 94% badanych potępiło takie zachowanie, 1% - odpowiedziało, że każdy ma prawo zrobić ze swoim psem co zechce, a 5% nie zadeklarowało się jednoznacznie.

Zasadniczym, skierowanym do respondentów było pytanie o przetrwanie Pandemii bez posiadania psa. Badani deklarowali, że:

- było by to bardzo trudne-28%,
- było by to trudne- 26%,
- było by to takie samo -10%,
- nie wyobrażają sobie przetrwanie tego okresu bez psa- 22%,
- inne- 4%,

- nie wiem- 10%

Kolejne pytanie skierowane do internautów miało na celu uzyskanie odpowiedzi na temat wykorzystania psów tropiących do wykrywania koronawirusa. W tej kwestii:

- 20% - udzieliło odpowiedzi twierdzącej,
- 35% - udzieliło odpowiedzi przeczącej,
- 45%- miało problem z deklaracją.

### WNIOSKI

Uzyskane wyniki pozwoliły na wysunięcie następujących wniosków:

1. Większość badanych było przekonanych, że pies nie sprzyja rozwojowi zakażenia, a przetrwanie okresu pandemii bez psa było by trudne.
2. Prawie wszyscy respondenci potępiali sytuacje, w których właściciele pozbywali się swoich czworonogów w okresie pandemii.
3. Jedynie jedna piąta badanych była przekonana, że można wykorzystać psy tropiące do wykrywania koronawirusa.



## **OPINIE NA TEMAT PROWADZENIA EKSPERYMENTÓW NA ZWIERZĘTACH**

*Posiadanie psa jest jak tęcza.  
Szczenięta są radością na jednym końcu.  
Stare psy są skarbem na drugim.  
Carolyn Alexander*

### **CEL PRACY**

Celem pracy było poznanie opinii respondentów na temat prowadzenia eksperymentów na zwierzętach

### **MATERIAŁ I METODY**

Badanie przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego w grupie 311. Internautów (ankieta online Survio). Ankieta została rozpowszechniona w mediach społecznościowych, a odpowiedzi uzyskano w ciągu jednego miesiąca. Anonimowy kwestionariusz obejmował pytania dotyczące opinii i wiedzy Polaków na temat eksperymentów z udziałem zwierząt.

Uzyskany materiał został poddany analizie i opracowany przy pomocy podstawowej statystyki opisowej z użyciem programu MS Excel.

### **CHARAKTERYSTKA GRUPY BADANEJ**

W badanej grupie uczestniczyło 224 (72%) kobiety i 87 (28%) mężczyzn w przedziale wiekowym 17-75 roku życia. Ponad połowę grupy stanowiły osoby do 40r.ż – 52%, w tym 13% do 20r.ż. Znacznie mniejszą grupą były osoby po 50r.ż, w tym 6% powyżej 70r.ż.

W grupie badanych było:

- 38,8% uczniów/studentów,
- 34,7% aktywnych zawodowo pracowników umysłowych,
- 19,00% aktywnych zawodowo pracowników fizycznych,
- 3,9%- nieaktywni zawodowo,
- 8,7%- emerytów/rencistów.

Wśród ankietowanych mieszkańcy:

- wsi stanowili - 26%,
- miast do 100tyś. – 24,8%
- miast do 200tyś. - 12,2%,
- miast do 300 tyś. - 14,1%,
- mieszkańcy powyżej 300tyś. – 22,8%

W grupie respondentów:

- 43,4% stanowiły osoby zatrudnione w branży medycznej, w tym 4,5% w kosmetologii,
- 14,5% było związanych z działalnością edukacyjną,
- 6,1% stanowili pracownicy społeczni
- 6,1% było osób zatrudnionych w gospodarstwie i rolnictwie.
- 3,2% zatrudnione w branży ekonomicznej
- 25,5% stanowili pracownicy innych zawodów stanowili 25,4%.

### WYNIKI

Większość badanych (86,5%) stanowiły osoby mające zwierzę domowe. Nie posiadało go, ale planowało mieć 6,4% badanych, a 6,8% nie miało zamiaru być właścicielem jakiegokolwiek zwierzęcia.

Więcej niż jedno zwierzę miało 56% badanych, 42% deklarowało posiadanie zwierząt dłużej niż dwa lata, a 24% było właścicielami zwierząt przez całe swoje życie.

Respondenci posiadali:

- psa - 66%,
- kota - 42%,
- papugi - 18%,
- chomika - 16%,
- świnkę morską - 11%,
- króliki - 9%,
- szczurki – 4%
- szynszyle - 4%,
- kanarki - 3%,
- zwierzęta gospodarskie (kury-1%, krowy-1%, owce-1%, konie – 1%).

W badanej grupie aż 67,1% osób zadeklarowało, że traktuje swojego zwierzaka jak pełnowartościowego członka rodziny, w przeciwieństwie do 22,7% którzy uważali że jest to tylko zwierzę. Z dodatkowymi obowiązkami kojarzyło posiadanie psa 0,7% badanych, a problem z deklaracją miało 9,5% ankietowanych.

Respondenci w 97,1% byli przeciwni stwierdzeniu, że człowiek, który jest właścicielem zwierząt, może z nimi zrobić wszystko, co zechce, bez ograniczeń. Tylko 0,6% badanych stwierdziło, że właściciele zwierząt mają pełne prawo na powyższe. Nikt spośród respondentów

## OPINIE NA TEMAT PROWADZENIA EKSPERYMENTÓW NA ZWIERZĘTACH

nie udzielił odpowiedzi, że jest mu to obojętne, a 2,3% nie wyraziło swojej jednoznacznej opinii.

Wyrażając opinie w kwestii, czy można zabijać zwierzęta o tym, że nie można zabijać zwierząt, przekonanych było 95,5% ankietowanych, w tym nawet zwierząt uważanych za:

- niepożyteczne (87,8%),
- szkodliwe (53,7%),
- groźne i niebezpieczne dla człowieka (44,4%).

Inne odpowiedzi zawarte są w poniższej tabeli 1.

Tabela 1. Opinie badanych na temat zabijania zwierząt.

Odpowiedź	Tak	Nie	Trudno powiedzieć
Wykorzystuje się na mięso lub inne potrzeby gospodarcze	110(35,4%)	75(24,1%)	130(41,8%)
Są bardzo chore, męczą się i nie można im pomóc	155(49,8%)	50(16,1%)	107(34,4%)
Są groźne i niebezpieczne dla człowieka	67(21,5%)	138(44,4%)	108(34,7%)
Są szkodliwe	51(16,4%)	167(53,7%)	95(30,5%)
Są niepożyteczne	4(1,3%)	273(87,8%)	37(11,9%)
Wszystkie bez specjalnych ograniczeń	0	294(94,5%)	17(5,5%)

Kolejne pytanie odnosiło się do stosunku ludzi wobec zwierząt. W poniższej tabeli 2 są zestawione przykłady postępowania ze zwierzętami oraz odpowiedzi, które z tych zachowań w opinii badanych wobec zwierząt powinny być surowo karane, a które nie. Respondenci za najczęstsze przykłady postępowania ze zwierzętami, które powinny być surowo karane uznali:

- znęcanie się nad zwierzęciem (swoim lub bezpańskim) – 98,4%,
- zabijanie zwierząt bez potrzeby – 94,5%,
- przewożenie zwierząt (hodowlanych i rzeźnych), nie zapewniając im pożywienia i wody przez wiele dni – 93,2%,
- sprawdzanie na zwierzętach działania środków kosmetycznych w sposób sprawiający im cierpienie (90,4%).

O wykorzystywaniu zwierząt do celów eksperymentalnych:

- słyszało 92,6% osób
- o tym, że nie wiedzieli o takim fakcie – twierdziło 3,5% badanych
- 4,5 % nie pamiętało czy o czymś takim słyszeli.

## OPINIE NA TEMAT PROWADZENIA EKSPERYMENTÓW NA ZWIERZĘTACH

Tabela 2. Opinie badanych odnośnie stosunku ludzi wobec zwierząt

<b>Odpowiedź</b>	<b>Karać surowo</b>	<b>Karać łagodnie</b>	<b>Nie karać</b>	<b>Jest mi to obojętne</b>	<b>Nie wiem</b>
<b>Zabijają zwierzęta bez potrzeby</b>	294(94,5%)	13(4,4%)	0	0	6(1,9%)
<b>Znęcają się nad zwierzęciem- swoim lub bezpańskim</b>	306(98,4%)	5(1,6%)	0	0	2(0,6%)
<b>Przewożą zwierzęta, hodowlane i rzeźne, nie zapewniając im pożywienia i wody przez wiele dni</b>	290(93,2%)	18(5,8%)	0	0	4(1,3%)
<b>Wyrzucają z domu psa lub kota</b>	270(86,8%)	33(10,6%)	1(0,3%)	2(0,6%)	6(1,9%)
<b>Zmuszają zwierzęta do zabawy, sportu albo zysku, do zachowania, które może im sprawiać ból</b>	265(85,2%)	40(12,9%)	2(0,6%)	2(0,6%)	9(2,9%)
<b>Sprawdzają na zwierzętach działanie środków kosmetycznych w sposób sprawiający im cierpienie</b>	281(90,4%)	19(6,1%)	3(1,0%)	1(0,3%)	10(3,2%)
<b>Utrzymują zwierzęta w niewłaściwych warunkach bytowania, co jest dla nich szkodliwe i powoduje, że cierpią</b>	277(89,2%)	32(10,3%)	1(0,3%)	0	3(1,0%)
<b>Nie leczą chorych zwierząt</b>	230(74%)	60(19,3%)	9(2,9%)	1(0,3%)	17(5,5%)
<b>Postępują ze zwierzętami w sposób złośliwy np. straszą je, drażnią, wiążą dla zabawy</b>	258(83%)	48(15,4%)	3(1,0%)	1(0,3%)	5(1,6%)
<b>Przemocą karmią zwierzęta hodowlane przeznaczone na ubój, powodując ich cierpienie, aby uzyskać odpowiednie mięso</b>	274(88,1%)	24(7,7%)	4(1,3%)	1(0,3%)	14(4,5%)
<b>Hodując zwierzęta nie dbają o ich możliwe uszkodzenia i urazy</b>	265(85,2%)	38(12,2%)	4(1,3%)	2(0,6%)	7(2,3%)
<b>Zabijają zwierzęta rzeźne, bez uprzedniego, właściwego ogłuszenia</b>	276(88,7%)	18(5,8%)	5(1,6%)	4(1,3%)	11(3,5%)
<b>Zmuszają zwierzęta do pracy ponad ich siły</b>	276(88,7%)	21(6,8%)	4(1,3%)	2(0,6%)	11(3,5%)

Jako obszary, w których prowadzone są eksperymenty z udziałem zwierząt wskazano:

- medycynę (np. leki, paraleki) – 80,7%
- kosmetologię (np. kosmetyki, detergenty, środki czystości) - 66,9%
- transgenezę (np. produkty modyfikowane genetycznie, badania genetyczne) – 45,7%.
- edukację (np. rozwój nauk, obserwację zachowań) – 44,1%,
- działania komercyjne (np. pozyskiwanie używek) – 31,5%.

Połowa badanej grupy (50,2%) zadeklarowała, że nie wie, czy korzysta z kosmetyków testowanych na zwierzętach.

Ekspertymenty na zwierzętach identyfikowane były głównie ze zwierzętami laboratoryjnymi, a tylko niewielki odsetek osób był świadomy tego jaka jest skala tych badań i jakie gatunki zwierząt w rzeczywistości mogą być wykorzystywane.

Aż około 85% respondentów wskazało jako najczęściej wykorzystywane zwierzęta wskazało myszy i szczury, 70,1% króliki. Małpy, będące jedynym przedstawicielem naczelnych w zaproponowanej liście zaznaczyło tylko nieco więcej niż połowa ankietowanych – 56,6%. Pozostałe gatunki zwierząt, w tym zwierzęta gospodarskie wskazywano znacznie rzadziej.

Ciekawą kwestią była opinia ankietowanych na temat tego, czy eksperymenty prowadzone są w sposób humanitarny. Zdecydowana większość, bo ponad 80% badanych twierdziła, że nie, przy czym 31,2% wskazało na zdecydowaną odpowiedź „nie”, a 53,1%, że „nie wszystkie”. Dostyc duża grupa, bo 13,8% ankietowanych nie miała wiedzy w tym zakresie, a tylko 4,2% jest przekonane, że warunki i sposób przeprowadzenia eksperymentów spełniają kryteria postępowania humanitarnego.

Jednocześnie, jak wynika z odpowiedzi na inne pytanie, dotyczące warunków w jakich przebywają zwierzęta i efektów prowadzenia na nich doświadczeń, tylko 50% ankietowanych uważało, że badania nie odbywają się w sposób humanitarny, w tym 28,3% że zdecydowanie nie są to takie warunki. Przeciwnie uważało 12,4% osób, a zdania nie miało na ten temat aż 37,6% ankietowanych.

W kwestii, czy w trakcie potencjalnego eksperymentu są zwierzęciu zapewniane warunki optymalne, 39,9% badanych nie miało zdania, a jedynie 15% uważało, że takie warunki są zapewnione, zaś 45,1% twierdziło, że tak nie jest.

Wyrazem troski i podejścia humanitarnego powinno być przede wszystkim zniesienie bólu związanego z wykonywanym eksperymentem. Kwestią dyskusyjną jest jednak odczuwanie bólu przez zwierzęta poszczególnych gatunków, okazało się, że:

- 88,4% badanych twierdziło, że wszystkie zwierzęta odczuwają ból tak samo jak człowiek,
- 7,4% sądziło, że niektóre zwierzęta odczuwają ból w ten sam sposób jak człowiek, a niektóre nie,
- 2,6% nie miało zdania na ten temat,
- 1,6% - uważało, że wszystkie zwierzęta odczuwają ból w mniejszym stopniu niż człowiek.

Ze stwierdzeniem, że eksperymenty sprawiają ból i cierpienie, są powodem stresu i ogromnego strachu zgadzało się 80% ankietowanych, a 20% miało odmienne zdanie.

Jednym z obszarów w jakich wykorzystywane są eksperymenty na zwierzętach jest rozwój nauki, w tym biologia i nauki medyczne. Alternatywą dla przeprowadzania w uczelniach i szkołach doświadczeń na zwierzętach, w których uśmierca się zwierzę lub sprawia mu ból w celach naukowych mogłoby być wykorzystanie nowoczesnych technologii, w tym wirtualnej rzeczywistości, pozwalających na przykład bez narażenia życia zwierzęcia poznać dokładnie budowę jego ciała. W powyższej kwestii:

- 71,7% ankietowanych wskazało, że doświadczenia, które można zastąpić wykorzystaniem komputera powinny być zakazane,
- 13,2% respondentów było przeciwnego zdania,
- 12,9% nie miało własnej opinii w tej sprawie,
- 2,3% stwierdziło, iż jest to im obojętne.

Tylko 19% ankietowanych uznało, że produkty testowane na zwierzętach są bezpieczne, a aż 42,4% nie miało zdania w tej kwestii.

Zdecydowana większość badanych (68,8%) stwierdziła, że przeprowadzanie eksperymentów z udziałem zwierząt wzmaga w człowieku poczucie władzy i wyższości nad innymi, a co za tym idzie, wzmaga również agresję i przyczynia się do zaniku uczuć wyższych – 63,7%.

Za tym, że należy bezwzględnie zakazać prowadzenia eksperymentów, opowiedziało się 41,5% internautów.

*Fragmety wyników zostały wykorzystane w rozdziale : Autorzy: Bociarska Renata, Rabiański Mateusz, Krajewska-Kulak Elżbieta, Guzowski Andrzej [NoZ]: Tytuł oryginału: Opinie Polaków na temat eksperymentów na ludziach. [w:] Eksperymenty na ludziach. Red. Elżbieta Krajewska-Kulak, Andrzej Guzowski, Witold Sobczak, Paulina Maria Wiśniewska, Sebastian Surendra. Poznań: Wydawnictwo Naukowe Silva Rerum, 2024 Opis fizyczny: s. 229-238*

## **TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY**

*Psy kochają przyjaciół i gryzą wrogów,  
w odróżnieniu od ludzi, którzy niezdolni są do czystej miłości  
i zawsze muszą mieszać miłość z nienawiścią*  
Zygmunt Freud

### **CEL PRACY**

Celem pracy była analiza opinii badanych na temat roli terapeutycznej psa w sytuacji doświadczania przemocy.

### **MATERIAŁ I METODYKA**

Ankieta została udostępniona w mediach społecznościowych. Badanie przeprowadzono wśród grupy 200. Internautów.

Zebrany materiał poddano analizie i opracowano przy pomocy podstawowej statystyki opisowej z użyciem programu MS Excel.

W grupie badanej było 126 (63%) kobiet i 74 (37%) mężczyzn. Wiek respondentów był zróżnicowany, w tym najwięcej było badanych w wieku powyżej 50 lat (42,5%), następnie od 41-50 lat (23%), od 31-40 lat (16%), od 19-30 lat (13,5%) oraz poniżej 18. roku życia (5%).

Najwięcej badanych zamieszkiwało na wsi - 96 (48%) badanych, a następnie w miastach > 50 tys. mieszkańców - 66 (33%) osób oraz w miastach > 50 tys. mieszkańców - 38 (19%) respondentów.

W badanej grupie dominowali pracownicy umysłowi (89 - 44,5%), a następnie pracownicy fizyczni (58-29%), rencisci/emeryci (38 - 19%), uczniowie/studenci (12 -6%) oraz bezrobotni (3-1,5%).

Mieszkało samotnie jako osoba duchowna 30 osób, samotnie jako osoba świecka - 35 osób, z rodziną poniżej 3 osób - 68 osób i z rodziną powyżej 3 osób - 67.

### **WYNIKI**

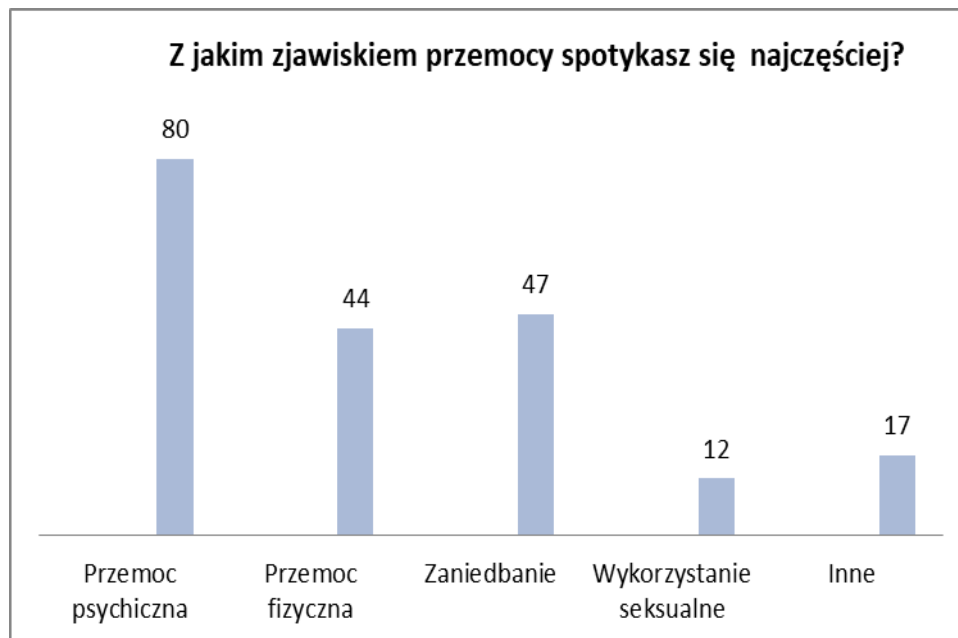
Z przemocą spotkało się 148 (74%) ankietowanych, nie było jej świadkami - 47 (23,5%) osób, a 5 (2,5%) miało problem z jednoznaczną deklaracją.

Większość badanych (102 osoby - 51%) nie było osobiście ofiarami przemocy, ale

## TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY

niestety niewiele mniej, bo aż 98 badanych (49%) niestety nimi było.

Najczęściej respondenci spotykali się ze zjawiskiem przemocy psychicznej (80 osób - 40%). Inne wskazania obrazuje Ryc. 1.



Rycina 1. Zjawiska przemocy z jakimi stykali się badani

Ankietowani uważali, że środowiskiem największej przemocy jest rodzina (90%) i social media (67%). Inne wskazania obrazuje Tabela 1.

Tabela 1. Środowisko w którym w ocenie badanych najczęściej dochodzi do przemocy

W jakim środowisku w Pana/ Pani ocenie jest najczęściej przemocy?*	Ilość w %
W rodzinie	90%
Social mediach	67%
W szkole	52%
W instytucjach tj. świetlice, domy dziecka, piecza zastępcza, szpitale, więzienia	48%
W relacjach partnerskich	32%
W środowisku kościelnym	12%
Inne	7%

\*można były podać kilka odpowiedzi



## TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY

Zdaniem respondentów najczęściej ofiara przemocy są dzieci (115 osób – 57,5%). Inne wskazania obrazuje Tabela 2.

Tabela 2. Opinie badanych w kwestii najczęstszych ofiar przemocy.

Kto w Pana/ Pani opinii jest najczęściej ofiarą przemocy?*	Ilość
<b>Dzieci</b>	115
<b>Kobiety</b>	86
<b>Osoby starsze</b>	80
<b>Zwierzęta</b>	68
<b>młodzież</b>	65
<b>Osoby niepełnosprawne</b>	54
<b>Osoby podwładne w pracy</b>	52
<b>Pacjenci</b>	20
<b>mężczyźni</b>	14
<b>Obcokrajowcy</b>	7
<b>Inne</b>	7

\*można były podać kilka odpowiedzi

W opinii badanych najczęstsza przyczyną zachowań przemocowych są zaburzenia emocjonalne (121 osób – 60,5%) i nadużywanie alkoholu (102 osoby – 51%). Inne wskazania obrazuje Tabela 3.

Tabela 3. Przyczyny stosowania zachowań przemocowych w opinii respondentów

Jakie wg Pana/ Pani mogą być przyczyny stosowania zachowań przemocowych?*	Ilość
<b>Zaburzenia emocjonalne</b>	121
<b>Nadużywanie alkoholu</b>	102
<b>Przejmowanie wzorców zachowań</b>	89
<b>Zaburzenia psychiczne</b>	80
<b>Niska samoocena</b>	67
<b>Frustracja związana z życiem zawodowym, stres</b>	60
<b>Zazdrość</b>	47
<b>Wypalenie zawodowe</b>	46
<b>Presja otoczenia, nasilające się konflikty</b>	30
<b>Inne</b>	4

\*można były podać kilka odpowiedzi

Badani poproszeni o wskazanie które z form przemocy są ich zdaniem najczęściej spotykane w ich środowisku, wymieniali przede wszystkim przemoc emocjonalną (np. wykluczenie, manipulacja emocjami, groźby) – 169 (84,5%) osób, przemoc psychiczną (np.

## TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY

zastraszanie, obrażanie, upokarzanie) – 141 (70,5%) osób oraz przemoc werbalną (np. obraźliwe komentarze, przekleństwa) i przemoc w szkole lub na uczelni (np. znęcanie się nad rówieśnikami, cyberprzemoc) – po 129 (64,5%) osób. Inne wskazania obrazuje Tabela 4.

Tabela 4. Najczęstsze formy zachowań przemocowych znane respondentom

Forma przemocy*	ilość
<b>Przemoc emocjonalna (np. wykluczenie, manipulacja emocjami, groźby)</b>	169
<b>Przemoc psychiczna (np. zastraszanie, obrażanie, upokarzanie)</b>	141
<b>Przemoc werbalna (np. obraźliwe komentarze, przekleństwa)</b>	129
<b>Przemoc w szkole lub na uczelni (np. znęcanie się nad rówieśnikami, cyberprzemoc)</b>	129
<b>Przemoc w związkach partnerskich (np. przemoc domowa, kontrolowanie partnera)</b>	108
<b>Przemoc w miejscu pracy (np. mobbing, dyskryminacja)</b>	99
<b>Przemoc fizyczna (np. bicia, szarpanie, popychanie)</b>	97
<b>Przemoc na tle płciowym (np. nękanie seksualne, przemoc związana z tożsamością płciową)</b>	72
<b>Przemoc w przestrzeni publicznej (np. agresywne zachowania uliczne)</b>	69
<b>Inne</b>	4

\*można były podać kilka odpowiedzi

Według ankietowanych najskuteczniej radzić sobie z przemocą można przede wszystkim korzystając z usług profesjonalnych terapeutów lub psychologów – 112 (56%) osób oraz szukając wsparcia u bliskich i przyjaciół lub zgłaszając przypadki przemocy odpowiednim instytucjom lub organom ścigania – po 100 (50%) osób. Inne wskazania zawiera Tabela 5.

Badani za najbardziej skuteczne działania profilaktyczne w zapobieganiu przemocy uznali rozwijanie programów wsparcia psychologicznego dla ofiar przemocy, tworzenie świadomości na temat przemocy poprzez kampanie społeczne i media oraz wprowadzenie przepisów i polityk promujących równość płci i przeciwdziałanie przemocy na tle płciowym. Inne wskazania zawiera Tabela 6.

Zdaniem 185 (92,5%) badanych obecność psa może dostarczać wsparcia emocjonalnego i poczucia bezpieczeństwa. Odmienną opinię wyraziło 10 (5%) badanych, a 5 (2,5%) osób miało problem z jednoznaczną deklaracją w tej kwestii.

## TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY

Tabela 5. Najczęstsze sposoby walki z przemocą w opinii badanych

Sposoby walki z przemocą*	ilość
Korzystanie z usług profesjonalnych terapeutów lub psychologów.	112
Szukanie wsparcia u bliskich i przyjaciół.	100
Zgłaszanie przypadków przemocy odpowiednim instytucjom lub organom ścigania.	100
Poszukiwanie prawnego wsparcia i porad dotyczących sytuacji prawnych.	95
Wyszukiwanie informacji o dostępnych miejscach i organizacjach udzielających wsparcia ofiarom przemocy.	93
Uczestnictwo w programach szkoleniowych dotyczących samoobrony.	67
Stosowanie technik relaksacyjnych i technik radzenia sobie ze stresem.	59
Przylączenie się do grup wsparcia lub społeczności online, aby dzielić się doświadczeniami.	54
Wykorzystywanie technologii do dokumentowania i raportowania przemocy (np. nagrania audio/wideo, wiadomości tekstowe).	49

\*można były podać kilka odpowiedzi

Tabela 6. Działania profilaktyczne skuteczne w zapobieganiu przemocy w opinii badanych

Działania profilaktyczne*	Ocena				
	1	2	3	4	5
Edukacja społeczna i szkolenia dotyczące przeciwdziałania przemocy.	12	0	60	20	108
Wspieranie programów antyprzemocowych w szkołach i placówkach edukacyjnych.	10	10	0	60	100
Tworzenie świadomości na temat przemocy poprzez kampanie społeczne i media.	9	1	4	30	156
Rozwijanie programów wsparcia psychologicznego dla ofiar przemocy.	4	10	16	0	180
Wprowadzenie surowszych kar dla sprawców przemocy.	5	0	30	39	126
Ulepszanie systemów wsparcia dla osób o trudnej sytuacji życiowej.	5	0	9	50	136
Ulepszanie systemów wsparcia dla osób w trudnej sytuacji życiowej.	0	0	7	69	124
Zwiększenie dostępu do profesjonalnej pomocy dla osób z tendencją do agresji.	0	9	0	70	121
Wprowadzenie przepisów i polityk promujących równość płci i przeciwdziałanie przemocy na tle płciowym.	3	1	0	56	140
Tworzenie bezpiecznych przestrzeni publicznych i poprawa oświetlenia ulicznego.	3	0	4	70	123

## TERAPEUTYCZNY UDZIAŁ PSA W SYTUACJI DOŚWIADCZENIA PRZEMOCY

Badani poproszeni o wskazanie sposobu w jaki pies może pomóc osobom doświadczającym przemocy, najczęściej wskazywali dostarczanie wsparcia emocjonalnego poprzez towarzystwo i przytulanie (179 osób - 89,5%) lub poprzez jego obecność zwiększanie poczucia bezpieczeństwa w domu (176 osób – 88%). Inne wskazania zawiera Tabela 7.

Tabela 7. Sposoby w jaki pies może pomóc osobom doświadczającym przemocy w opinii badanych

Sposoby	Ilość
<b>Dostarczanie wsparcia emocjonalnego poprzez towarzystwo i przytulanie.</b>	179
<b>Zwiększanie poczucia bezpieczeństwa w domu poprzez obecność psa.</b>	176
<b>Rozładowywanie stresu i napięcia poprzez interakcję z psem.</b>	156
<b>Może wykazywać oznaki niepokoju lub agresji wobec osób, które wykazują przemoc, co może odstraszyć sprawców.</b>	155
<b>Może pełnić rolę opiekuńczą i pomagać w zarządzaniu emocjami.</b>	149
<b>Może być źródłem motywacji do podejmowania działań w celu wyjścia z sytuacji przemocy.</b>	127
<b>Może dostarczać fizycznej aktywności i okazji do spacerów, co wpływa pozytywnie na zdrowie psychiczne.</b>	116
<b>Może pomagać w nawiązywaniu kontaktów społecznych poprzez interakcje w przestrzeni publicznej.</b>	111
<b>Inne</b>	4

Tabela 8. Rola psa w życiu człowieka badanych

Problem	Tak	Nie mam zdania	Nie
<b>Czy obecność psa wpływa pozytywnie na Twój ogólny stan emocjonalny i komfort w domu?</b>	190	6	4
<b>Czy kontakt z psem pomaga Ci w redukowaniu stresu i lęku?</b>	198	2	0
<b>Czy Twój pies działa jako wsparcie emocjonalne podczas trudnych sytuacji?</b>	189	6	5
<b>Czy obserwujesz poprawę w swoim samopoczuciu dzięki obecności psa?</b>	180	10	10
<b>Czy uważasz, że relacja z psem wpłynęła pozytywnie na Twoje relacje z innymi ludźmi?</b>	170	20	10
<b>Czy Twój pies wpływa na Twoją zdolność do rozwiązywania konfliktów w sposób spokojny?</b>	153	36	11
<b>Czy obserwujesz, że Twój pies ma wpływ na poprawę atmosfery w domu?</b>	140	40	10

W ocenie największej grupy badanych kontakt z psem pomaga w redukowaniu stresu i lęku – 198 (99%) osób, wpływa pozytywnie na ogólny stan emocjonalny i komfort w domu - 190 (95%) osób oraz jest wsparciem emocjonalnym podczas trudnych sytuacji – 189 (94,5%) osób. Inne wskazania zawiera Tabela 8.

### WNIOSKI

Wyniki przeprowadzonego badania pozwoliły na wyciągnięcie następujących wniosków:

1. Większość badanych nie była ofiarami przemocy, ale spotkała się z tym zjawiskiem.
2. Najczęściej ankietowani mieli do czynienia z przejawami przemocy psychicznej, przemocy w środowisku rodzinnym i dotyczącej dzieci.
3. Za główne przyczyny zachowań przemocowych respondenci uznali zaburzenia emocjonalne oraz nadużywanie alkoholu.
4. Za najskuteczniejsze metody radzenia sobie z przemocą badani uznali korzystanie z usług profesjonalnych terapeutów lub psychologów oraz szukanie wsparcia u bliskich i przyjaciół.
5. Jako najskuteczniejsze działania profilaktyczne w zapobieganiu przemocy ankietowani uznali rozwijanie programów wsparcia psychologicznego dla ofiar przemocy, tworzenie świadomości na temat przemocy poprzez kampanie społeczne i media oraz wprowadzenie przepisów i polityk promujących równość płci i przeciwdziałanie przemocy na tle płciowym.
6. W opinii ankietowanych pies może pomóc osobom doświadczającym przemocy dostarczając im wsparcia emocjonalnego poprzez towarzystwo i przytulanie lub przez swoją obecność w domu zwiększyć ich poczucie bezpieczeństwa.

# PODSUMOWANIE





## DOGOTERAPIA PODSUMOWANIE

*Czymże jest człowiek bez zwierząt?*

*Gdyby odeszły wszystkie zwierzęta, szczelby człowiek w wielkiej samotności ducha.*

*Co przydarza się zwierzętom – wkrótce przydarzy się też ludziom. (...)*

*Wszystko jest ze sobą złączone jak krew, co wiąże jedną rodzinę.*

*Co się przydarza Ziemi, przydarza się także synom tej Ziemi.*

*To nie człowiek przedzie tkaninę życia, on jest w niej tylko małą nitką.*

*Cokolwiek uczyni Ziemi, uczyni samemu sobie*

*John Seed J., Myśląc jak Góra*

Postęp medycyny ukierunkowany jest na rozwój wielu dyscyplin związanych z diagnozowaniem, leczeniem, terapią i rehabilitacją. Znaną już od starożytności i stosowaną w szerokim spectrum jest terapia z udziałem psa (dogoterapia/kynoterapia).

Dogoterapia/kynoterapia wykorzystuje obecność psa jako naturalnego towarzysza człowieka i choć tak powszechnie stosowana to niewątpliwie do końca doceniana forma wspomagająca leczenie i rehabilitację wielu chorób, zaburzeń i dysfunkcji.

Doświadczenia dogoterapii wskazują najbardziej na terapeutyczny charakter relacji człowieka z psem, ponieważ jest on stworzeniem, które nie ocenia, nie wyznacza jakichkolwiek reguł oraz kocha bezwarunkowo, tworząc niezwykłą więź z człowiekiem [1].

Współczesna dogoterapia, jako metoda wspomagająca leczenie, posiada szeroki zakres kompetencji. Szczególne zastosowanie znajduje w leczeniu zaburzeń, w których elementem obrazu klinicznego jest niepełnosprawność intelektualna, somatyczna i psychoruchowa. Może być wsparciem dla osób w niepełnej sprawności. Ze względu na szerokie spektrum zastosowania dogoterapii, potencjalnym odbiorcą może być każdy człowiek.

Uważa się, iż na psy należy patrzeć jako na bardzo przydatne ludziom i zdecydowanie docenić ich wierną obecność w codziennym życiu. Mają one bowiem fenomenalne zdolności, jak choćby wyczuwania zmiany pracy i rytmu serca oraz zapachu skóry. Potrafią również rozpoznać tkankę zdrową i chorą, a tym samym ostrzegać ludzi przed nadejściem ataku padaczki, niedocukrzeniem, wyczuwają także obecność markerów choroby nowotworowej. Wciąż jednak nie jest znana skala możliwości, jakie otwiera przed człowiekiem perspektywa wykorzystania psów w diagnostyce, rehabilitacji i terapii [2].

W środowisku naukowym coraz częściej podejmowane są próby rzetelnej klinicznej



oceny skuteczności dogoterapii, a uzyskane efekty pokazują potrzebę jej wdrażania jako formy wiarygodnej i skutecznej.

Ostatnie lata pokazują, że dogoterapia zyskuje znaczną popularność i staje się coraz dostępniejsza. W wielu ośrodkach światowych, również w Polsce, propaguje się dogoterapię jako metodę wspierającą, a niekiedy niezbędną, która aktywuje udział psa w relacji z człowiekiem chorym, samotnym, niepełnosprawnym i cierpiącym [3].

Temat zastosowania dogoterapii w szpitalach i lecznictwie zamkniętym, jest niestety ciągle tematem dyskusyjnym, zwłaszcza w kwestii opinii personelu medycznego.

Cieszy, że systematycznie wzrasta zarówno świadomość społeczeństwa, jak i wiedza medyczna w zakresie stosowania różnych alternatywnych metod wspomagających leczenie, w tym zastosowanie terapii z udziałem psa.

W Polsce terapię z udziałem psa wykorzystuje się głównie w leczeniu i rehabilitacji dzieci, ale zbyt mało jest miejsc i możliwości do wykorzystania tej metody w środowiskach ludzi dorosłych. Niestety tylko nieliczne ośrodki podejmują próby wdrażania elementów dogoterapii w takich placówkach jak np. domy opieki społecznej i zakłady opiekuńczo-lecznicze. Psy terapeutyczne przecież mogą odwiedzać pacjentów w szpitalach, placówkach opieki długoterminowej, ośrodkach hospicyjnych i szkołach. Można je przywozić do placówek opieki zdrowotnej, lub w innych przypadkach wizytują pacjenta na miejscu. Pacjenci mogą uczestniczyć w tych programach samodzielnie lub w sesjach grupowych.

Z dogoterapią/kynoterapią ewidentnie związany jest zawód: dogoterapeuty/kynoterapeuty. Jego inicjatorem było Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne [cyt. za 1], a od 1 lipca 2010 roku na liście zawodów i specjalności na rynku pracy w Polsce. Dopiero od roku 2014 roku został jednak oficjalnie zarejestrowany. Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej w sprawie klasyfikacji zawodów i specjalności na potrzeby rynku pracy oraz zakresu jej stosowania z dnia 28 sierpnia 2014 zawód kynoterapeuty (dogoterapeuty) zaklasyfikowany jest jako „Praktykujący niekonwencjonalne lub komplementarne metody terapii”. Kursy dogoterapii powinny być zakończone certyfikatem zgodnym z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2017 r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych. (Dz. U. z 2017 r. poz. 1632).

Dogoterapeuta/kynoterapeuta z jednej strony zajmuje się szkoleniem psów do terapii, z drugiej – prowadzi zajęcia, które mają na celu wspomóc proces rehabilitacji, terapii oraz rozwoju zarówno dzieci, jak i osób z różnego rodzaju zaburzeniami lub schorzeniami.

W Polsce Firma Mars kontynuuje ogólnokrajowy program dogoterapii, który trwa już od 7. lat, we współpracy z Fundacją Dr Clown [4]. Działania te przynoszą konkretne rezultaty, a w roku 2023 ponad 7 900 osób miało możliwość uczestniczenia w terapeutycznych spotkaniach. W sumie, od początku projektu, ponad 21 300 beneficjentów skorzystało z tych zajęć, a liczba placówek biorących udział w akcji nadal rośnie [4].

W szpitalach dziecięcych w całej Polsce, a od 2021 roku także w Domach Pomocy Społecznej, można regularnie spotkać psy i ich certyfikowanych opiekunów-terapeutów, którzy niosą wspólnie wsparcie w ramach zajęć dogoterapii [4].

W 2023 roku do grupy instytucji otwartych na tę wspianą inicjatywę dołączyły oddziały rehabilitacji w 9. szpitalach m.in. w Bydgoszczy, Katowicach, Lublinie czy Warszawie. Program rozwija się z każdym kolejnym rokiem. Na początku było to 5. szpitali, a rok 2023 to już łącznie 44. placówki, w których odbywają się zajęcia, w tym 27. szpitali i 17. DPS-ów [4].

W roku 2023 z terapeutycznych spotkań z udziałem wyszkolonych psów i ich opiekunów „skorzystało 7935 osób, w tym 7225 małych pacjentów i 710 seniorów. Liczba małych pacjentów w porównaniu do roku 2022 wzrosła o ponad 140%, dzięki dołączeniu do zajęć dogoterapii nowych oddziałów. Od 2017 roku z dobrotnej interakcji z czworonogami skorzystało łącznie 21 329 młodszych i starszych beneficjentów z wielu różnych szpitalnych oddziałów oraz Domów Pomocy Społecznej w kilkunastu miastach w Polsce. Liczba osób objętych dogoterapią w 2023 roku w ramach współpracy Mars z Fundacją Dr Clown wzrosła dziesięciokrotnie w porównaniu do pierwszego roku działania programu” [4].

Wobec znaczących korzyści i niewielkiej liczby przeciwwskazań, dogoterapia powinna być zalecana u pacjentów zarówno w prewencji pierwotnej, jak i wtórnej, niezależnie od szacowanego poziomu ryzyka.

Wydaje się, że największej korzyści w zakresie redukcji poszczególnych czynników ryzyka zyskają nie osoby, które korzystają okazjnie ze zorganizowanej formy terapii, ale przede wszystkim osoby, które są właścicielami psa i mogą w sposób długotrwały korzystać z obecności zwierząt i budować z nimi relacje.

Warto więc w rozmowie z pacjentem i planowaniu indywidualnych programów rehabilitacji uwzględnić również informację o obecności zwierząt w środowisku domowym i związanej z tym aktywności pacjenta, a także wskazać na potencjalne korzyści, jakie mogą z tego płynąć i zachęcać do skorzystania także z tej formy pomocy w powrocie do zdrowia.

Podsumowaniem mogą być słowa Marty Becker, jednej z najwybitniejszych lekarzy weterynarii w Ameryce oraz autorki książki „Uzdrowiająca moc zwierząt domowych”, twierdzi, że psy „(...) naprawdę kochają nas bezwarunkowo. Miłość psia przewyższa nawet miłość człowieka. Psy nikogo nie oceniają. Nie zwracają uwagi, czy jesteś łysy, czy gruby. Ich lojalność jest niesamowita” [5].

Podobnie uważa Bernie Rollin, profesor filozofii z Colorado State University w Fort Collins, uważa, że „jeśli ktokolwiek kocha nas naprawdę, to jest to właśnie pies. Pomimo braku wspólnego języka komunikacji psy i tak są w stanie przekazać nam miłość. W dzisiejszych czasach, w obliczu wyobcowania i cynizmu, przy trzech na pięć małżeństw kończących się rozwodem, zwierzęta domowe stanowią dla nas bezpieczną oazę, w której możemy dawać i otrzymywać miłość po środku tego wyjałowionego świata” [cyt. za 6].

W związku z tym, pies nie powinien być zabawką, narzędziem w rękach ludzkich, a powinien być partnerem człowieka. Powinno się nie tylko go kochać, ale i szanować. Powinno się go chronić przed zbyt trudnymi, przykrymi, bądź niebezpiecznymi dla jego psychiki i zdrowia sytuacjami.

Pieś ma prawo wyrażać swoje emocje, uczucie dyskomfortu i odczuwać stres, a opiekun psa powinien bezwzględnie obserwować go i wyłapywać jakiegokolwiek sygnały stresu (tzw. sygnały uspokajające) czy dyskomfortu, a tym bardziej bólu ze strony zwierzęcia, aby móc umiejętnie reagować na nie i aby pomóc psu.

### PIŚMIENNICTWO

1. Sipowicz K. Najbert E, Pietras T: Dogoterapia. PWN, Warszawa 2016.
2. Levinson B.M., Mallon G.P. Pet-Oriented Child Psychotherapy. Wyd. 2. Springfield: CS Thomas, 1997.
3. Mamzer H. Stary człowiek i pies. Horyzonty wychowania, 2015, 14(32), 63-83.
4. Ogólnopolski program dogoterapii działa już 7 lat, <https://psipark.pl/pieskie-zycie/ogolnopolski-program-dogoterapii/>, data pobrania 25.08.2024.
5. Becker M., Morton D. The healing power of pets, Hachette Books, 2002,
6. Kochanowski A. Podaj łapę, Oficyna Wydawnicza G&P, Poznań, 1999.

## **PSIE ŚWIĘTA**

*Wielkość narodów i ich moralny rozwój  
można oceniać na podstawie tego, w jaki sposób traktują zwierzęta.*

*Mahatma Ghandi*

### **23 MARCA – DZIEŃ SZCZENIAKA**

Dzień Szczeniaka ustanowiła behawiorystka Colleen Paige w 2006 roku i obchodzony jest na całym świecie.

### **15 CZERWCA – OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ DOGOTERAPII**

Ogólnopolski Dzień Dogoterapii obchodzony jest od 2007 roku.

### **1 LIPCA – DZIEŃ PSA**

Polisce ustanowiony został 1 lipca 2007 roku, dekadę po tym, jak przyjęto w Polsce Ustawę o ochronie zwierząt (21.08.1997 r.), a pomysłodawcą było czasopismo „Przyjaciel Pies”.

### **26 SIERPNIĄ MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ PSA**

Został ustanowiony 26 sierpnia 2004 roku, przez 10. letnią Colleen Paige, która chciała w ten sposób zwrócić uwagę ludzi na trudną sytuację psów na całym świecie i zachęcić do adopcji. W tym dniu zaadoptowała psa „Sheltie” i to właśnie ten dzień stał się symbolicznie Dniem Psa w USA.

### **NIEDZIELA W PIERWSZYM TYGODNIU PAŹDZIERNIKA – DZIEŃ PAMIĘCI O ZMARŁYCH ZWIERZĘTACH**

Wprowadzony do kalendarza przez Pana Wojdę założyciela pierwszego w Polsce i w Warszawie cmentarza dla zwierząt „Psi Los”.

### **25 PAŹDZIERNIKA - DZIEŃ KUNDELKA**

Znany również jako Światowy Dzień Psów Bez Rodowodu, to międzynarodowe święto obchodzone 25 października. Ma na celu zwrócenie uwagi na te wyjątkowe zwierzęta i promowanie adopcji psów bez rodowodu z lokalnych schronisk i organizacji pomagających zwierzętom. To także Dzień Ustawy o Ochronie Zwierząt.

## ANEKS

*Głaskanie, drapanie i przytulanie psa  
może być tak samo kojące dla umysłu i serca  
jak głęboka medytacja i prawie tak dobre dla duszy jak modlitwa.*

*Dean Koontz*

## WAŻNE KONTAKTY

- Fundacja Przyjaźni Ludzi i zwierząt „CZE-NE-KA”  
<https://old.czeneka.org/>
- Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne  
<https://www.kynoterapia.eu/>
- Firma Mars - ogólnopolski program dogoterapii  
<https://pol.mars.com/news-and-stories/articles/podsumowanie-ogolnopolskiego-programu-dogoterapii>

## WAŻNE KSIĄŻKI

- Potocka A. Terapia i edukacja z psem, Wyd. Naukowe PWN, Warszawa, 2021.
- Muller A. C., Lehari G. Pies do pracy w dogoterapii. Wyd. Rolnicze i Leśne, Warszawa, 2017.
- Mocek-Kmieć A. Zabawy na 4 łapki. Program zajęć kynoterapeutycznych rozwijający funkcje poznawcze i percepcyjno-motoryczne. Wyd. Harmonia, Gdańsk, 2017.
- Paszkiewicz M. Dogoterapia w pigułce. Wyd. Psychoskok, Konin, 2017.
- Sipowicz K., Pietras T., Najbert E. Dogoterapia, Wyd. Naukowe PWN, Warszawa, 2016.
- Kulisiewicz B. Dogoterapia we wspomaganie nauki i usprawnianiu techniki czytania. Wyd. Impuls, Kraków, 2014.
- Kulisiewicz B. Witaj, piesku! Dogoterapia we wspomaganie rozwoju dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, Wyd. Impuls, Kraków, 2014.
- Filozof J. Dogoterapia? Co to jest? Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Jarosławiu, Jarosław, 2004.
- Budzyńska M. O dogoterapii słów kilka – praktyczny poradnik  
<https://sklep.terapiazpsem.pl/sklep/ebook/o-dogoterapii-slow-kilka/>

- Stępień-Rejszel K. O. Dogoterapia. Wspieranie rozwoju dzieci w wieku przedszkolnym [https://www.literka.pl/produkt/dogoterapia?srsId=AfmBOoqzV6o0jce2LxWCbKp6RqZpS8\\_8J3nqtUcsjkETmHMqKoUtVKKh](https://www.literka.pl/produkt/dogoterapia?srsId=AfmBOoqzV6o0jce2LxWCbKp6RqZpS8_8J3nqtUcsjkETmHMqKoUtVKKh)

### FILMY EDUKACYJNE

- Najlepszy film edukacyjny o dogoterapii!  
<https://edukacja.zwierzetaludziom.pl/film-przyloz-lape/>
- Dogoterapia- fakty i mity  
<https://www.youtube.com/watch?v=QW3Ns4gsDJA>
- DOGOTERAPIA, czyli psie sposoby na kłopoty  
<https://www.youtube.com/watch?v=MwgGSLYkdrc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=MwgGSLYkdrc>
- Mój przyjaciel Rex" - film edukacyjny dla dzieci i młodzieży  
<https://www.youtube.com/watch?v=zJmng2j3g8A>
- Terapia miłością  
<https://www.facebook.com/watch/?v=333208617239587>
- Czego może nauczyć pies?  
<https://www.youtube.com/watch?v=Uziye0tKxoo>

### POLECANE KSIĄŻKI

- Osborne F. Dogologia. Co naprawdę myśli twój pies. Wyd. R.M., Warszawa, 2024.
- Zaniewska-Wojtków Z., Wojtków P. Słuchając psa. Wyd. Buchman, Warszawa, 2024.
- Bradshaw J. Zrozumieć psa. Jak być jego lepszym przyjacielem. Wyd. Czarna Owca, Warszawa, 2024.
- Wilk M. Lepszy gatunek. Psio-ludzkie historie. Wyd. W.A.B./GW Foksal, Warszawa, 2024.
- Berns G. Jak kochają nas psy, Wyd. Czarna Owca, Warszawa, 2023.
- Horowitz A., Bugajska M. Oczami psa. Co psy wiedzą, myślą i czują. Wyd. Czarna Owca, Warszawa, 2022.
- Wyaat T.D. Krótki kurs. Zachowanie zwierząt. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa, 2022.
- Spicer K. Pies i ja. Opowieść o szukaniu sensu życia. Wyd. Kobiece, Białystok, 2021.
- Cameron W.B. Był sobie pies. Wyd. Kobiece, Białystok, 2021.

- Greaves M. Pies zawodowiec. Opowieści o czworonogach, które żadnej pracy się nie boją. Wyd. W.A.B., Warszawa, 2020.
- Cameron W.B. O psie, który wrócił do domu. Wyd. Kobiece, Białystok, 2020.
- Łęczycka-Mrzyglód M. Jak to ugryźć? Czyli pies w domu, Wyd. Viridia, Warszawa, 2020.
- Wynne C. Pies jest miłością. Dlaczego i jak twój pies cię kocha. Wyd. Marginesy, Warszawa, 2020.
- Cameron W.B. Był sobie pies 2. Wyd. Kobiece, Białystok, 2019.
- Orzel H. Jak nauczyć teorii względności swojego psa, Wyd. Prószyński i sp., Warszawa, 2019.
- Moore A. Czego chcą psy. Ilustrowana encyklopedia mowy ciała psów. 100 postaw, ekspresji, dźwięków i zachowań. Wyd. Galaktyka, Łódź, 2017.
- Horowitz A. osem psa. Wycieczka do fascynującego świata zapachów. Wyd. Czarna Owca, Warszawa, 2017.
- Arrowsmith C. Mój przyjaciel pies – Claire Arrowsmith, Wyd. Arystoteles, Ciechanów, 2018.
- Pręgowski M.P., Włodarczyk J. Pies też człowiek? Relacje ludzi i psów we współczesnej Polsce. Wyd. Naukowe Katedra, Gdańsk, 2014.
- Pałasz A. Chciałbym mieć psa, czyli jak wychować człowieka, Wyd. Skrzat, Kraków, 2014.
- Millan C. Jak uszczęśliwić psa. 98 najlepszych wskazówek od Zaklinacza Psów. Wyd. Illuminatio, Białystok, 2014.
- Donaldson J. Pies i człowiek, Wyd. Galaktyka, Łódź, 2007.
- Sumińska D. Szczęśliwy pies Porady lekarza weterynarii, Wyd. Galaktyka, Łódź, 2012.







**ISBN 978-83-68268-02-7**