

Marta Paszkiewicz

.....

*Dogoterapia
w pigułce*



Marta Paszkiewicz
„Dogoterapia w pigułce”

Copyright © by **Marta Paszkiewicz**, 2017
Copyright © by **Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o.o.**, 2017

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Żadna część niniejszej publikacji nie może być reprodukowana, powielana i udostępniana w jakiegokolwiek formie bez pisemnej zgody wydawcy.

Redaktor prowadząca: **Wioletta Tomaszewska**

Skład: **Jacek Antoniewski**

Projekt okładki: **Jakub Kleczkowski**

Korekta: **Dominika Urbanik, Emilia Łazińska**

Ilustracje na okładce: **Jolka Knichalska**

Fotografie w książce: **Marta Paszkiewicz**

Modelka na okładce: **Vanessa Gołembiewska**

ISBN: 978-83-7900-793-6

Wydawnictwo Psychoskok Sp. z o.o.

ul. Spółdzielców 3/325, 62-510 Konin

tel. 63 242 02 02

<http://psychoskok.pl>

e-mail: wydawnictwo@psychoskok.pl



*Tę książkę dedykuję
Maggie... to od Niej wszystko się zaczęło*

*Tą książką dziękuję
Mojej drugiej połowie, Hubertowi, za nieustające wsparcie
oraz prawdziwą miłość.
Van, za ukazanie miłości do zwierząt w prawdziwym
znaczeniu tego słowa.
Dziadziusiowi, za to, że jego opiekuńczość,
empatia oraz miłość do zwierząt płyną w moich żyłach.
Tatusiowi za to, że nauczył mnie, że jeśli czegoś pragnę,
to dążąc do celu osiągnę go, czego dowodem jest ta książka.*

Spis treści

WSTĘP	12
I. TERAPIA ZAJĘCIOWA	13
1. Terapia	13
2. Animaloterapia	13
2.1. Terminologia animaloterapii	13
2.2. Do kogo skierowane są zajęcia z udziałem zwierząt?	14
2.3. Podział animaloterapii	15
2.3.1. Dogoterapia.	15
2.3.2. Felinoterapia	15
2.3.3. Hipoterapia	15
2.3.4. Delfinoterapia	15
2.3.5. Pet therapy	16
II. TERAPIA Z UDZIAŁEM PSA	17
3. Dogoterapia.	17
3.1. Ustalenie terminologiczne pojęcia dogoterapia	17
3.2. Historyczne oraz współczesne aspekty dogoterapii	20
3.2.1. Terapia z udziałem psów na świecie	20
3.2.2. Terapia z udziałem psów w Polsce	22
4. Podział kynoterapii	23
4.1. AAA – Animal Assisted Activity	23
4.2. AAT – Animal Assisted Therapy.	24
4.3. AAE – Animal Assisted Education	24
4.4. Wskazania do dogoterapii	25
4.5. Przeciwwskazania do dogoterapii	25
5. Cele terapii z udziałem zwierząt	26
5.1. Podział na cele ogólne i szczegółowe	26
5.1.1. Cele ogólne:	26

5.1.2. Cele szczegółowe:27
5.2. Podział na cele psychiczne, fizyczne, edukacyjne i motywacyjne28
5.2.1. Cele psychiczne:28
5.2.2. Cele fizyczne:28
5.2.3. Cele edukacyjne:28
5.2.4. Cele motywacyjne:29
6. Korzyści, jakie przynosi terapia z udziałem psa29
6.1. Korzyści emocjonalne29
6.1.1. Poczucie bezpieczeństwa29
6.1.2. Potrzeba kontaktu emocjonalnego30
6.1.3. Wsparcie w trudnych chwilach30
6.2. Korzyści poznawcze31
6.2.1. Zmiana w sposobie postrzegania świata31
6.2.2. Poprawa samooceny32
6.2.3. Posiadanie zwierząt a depresja32
6.3. Korzyści społeczne33
6.3.1. Otwarcie na innych ludzi33
6.3.2. Zachęta do kontaktu33
6.4. Korzyści zdrowotne34
6.4.1. Redukcja stresu34
6.4.2. Poprawa sprawności ruchowej34
6.4.3. Zwierzęta zamiast leków35
6.5. Korzyści instrumentalne35
6.5.1. Policja i wojsko35
6.5.2. Ratownictwo36
6.5.3. Pomoc osobom niepełnosprawnym36
6.5.4. Zwierzęta w medycynie37

6.5.5. Terapia z udziałem zwierząt	37
6.6. Oczekiwane rezultaty:	37
7. Pies terapeuta	38
7.1. Cechy psa-terapeuty	38
7.1.1. Pies społeczny	38
7.1.2. Pies przewidywalny	38
7.1.3. Pies reprezentujący rozumne posłuszeństwo	40
7.2. Wybór psa terapeutycznego	41
7.2.1. Wybór rasy	42
7.2.2. Wybór hodowli	43
7.2.3. Wybór szczenięcia	43
7.2.4. Socjalizacja szceniąt	44
7.3. Szkolenie na psa terapeutę	45
7.3.1. Szkolenie wstępne	45
7.3.2. Szkolenie specjalistyczne	47
7.4. Klasy psów terapeutycznych	47
7.4.1. Pies pierwszego kontaktu (K-A)	47
7.4.2. Pies terapeutyczny klasy pierwszej (K-I)	48
7.4.3. Pies terapeutyczny klasy drugiej (K-II)	48
7.5. Grupy psów nie dedykowanych do kynoterapii	49
7.5.1. Psy widniejące na liście psów ras niebezpiecznych	49
7.5.2. Psy następujących ras grup według F.C.I.	49
7.5.3. Mieszzańce w typie ras wyżej wymienionych	50
7.5.4. Psy stróżujące oraz obronne	50
8. Kynoterapeuta	50
8.1. Stopnie kwalifikacji kynoterapeuty	50
8.1.1. Wolontariusz kynoterapii	50
8.1.2. Kynoterapeuta	50

8.1.3. Specjalista-kynoterapeuta	51
8.2. Rejestr Certyfikowanych Kynoterapeutów.	51
8.3. Kodeks Kynoterapeuty	52
III. PRAKTYCZNE ASPEKTY DOGOTERAPII W ŚWIETLE LITERATURY.	57
9. Wspieranie rehabilitacji dzieci niepełnosprawnych.	57
9.1. Dogoterapia dzieci z zespołem Downa	57
9.2. Dogoterapia dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym. .58	
9.3. Dogoterapia dzieci cierpiących na autyzm	59
9.4. Dogoterapia dzieci z nadpobudliwością psychoruchową . .60	
10. Rola terapii z udziałem psa w usprawnianiu komunikacji dzieci z deficytami rozwojowymi	62
10.1. Dogoterapia jako element holistycznej terapii logopedycznej	62
10.2. Dogoterapia, terapia logopedyczna i socjalizacja kognitywna dzieci 3-letnich w przedszkolu masowym.	64
10.3. Dogoterapia jako element usprawniania narządów artykulacyjnych	65
11. Rodzaje ćwiczeń stosowanych podczas zajęć dogoterapii z dziećmi o różnych typach niepełnosprawności jako metoda wspomagająca ich rehabilitację	67
11.1. Ćwiczenia poprawiające sprawność ruchową.	67
11.2. Ćwiczenia zwiększające zdolność koncentracji uwagi . . .68	
11.3. Ćwiczenia poprawiające zdolność klasyfikacji przedmiotów69	
11.4. Ćwiczenia z zakresu umiejętności pokonywania przeszkód 70	
11.5. Ćwiczenia zdolności samoobsługowych	70
11.6. Ćwiczenia wspomagające rozwój mowy	71
WNIOSKI	72

ZAKOŃCZENIE	73
Bibliografia	76

Nazywam się Marta Paszkiewicz i jestem nauczycielką zajęć indywidualnych z języków obcych. Od 12 lat pracuję z uczniami szkół podstawowych oraz gimnazjów. Podczas zajęć często wykorzystuję elementy kynoterapii. Jestem także psychologiem zwierząt ze szczególnym uwzględnieniem tematyki gatunku psa. Należę do Polskiego Stowarzyszenia Psychologów Zwierząt. Połączenie wykształcenia pedagogicznego oraz wiedzy związanej z psami pozwala mi skutecznie wspierać edukację dzieci wykorzystując elementy dogoterapii. Na początku mojej kariery prowadziłam klasyczne, 60-minutowe zajęcia nauki języka angielskiego oraz niemieckiego w systemie zajęć indywidualnych. Podczas zajęć w pomieszczeniu zawsze przebywała moja ukochana sunia rasy shih tzu o imieniu Maggie. Maggie była bardzo do mnie przywiązana i uwielbiała dzieci. Z resztą ze wzajemnością. Gdy po wykonaniu kilku zadań zauważałam zmęczenie ucznia, pozwalałam na kilkuminutową przerwę. Dzieci zawsze przerwę wykorzystywały na zabawę z Maggie lub przytulanie jej. Pies był zachwycony i chętnie bawił się z uczniami. Gdy zauważyłam, że któryś z moich uczniów jest zdenerwowany lub smutny, również pozwalałam na chwilę odprężenia z psem. W przeciągu paru tygodni przetestowałam tą metodę na większości moich uczniów. Wnioski były jednoznaczne. Chwila oderwania dziecka od pracy i towarzysztwa w tym czasie psa potrafi naładować dziecko pozytywną energią, co owocuje świetną współpracą podczas pozostałej części zajęć. Efekty metody kilkuminutowego towarzystwa psa był na tyle zaskakujące, że zaczęli zgłaszać się do mnie rodzice dzieci z nadpobudliwością, syndromem Tourette'a, lękami czy mutyzmem wybiórczym. Najistotniejszy przypadek w mojej dotychczasowej pracy stanowiła dziewczynka cierpiąca na mutyzm wybiórczy. Rozmawiała tylko z wybranymi osobami (mama, tata, siostra, wuja) w wybranych miejscach (głównie w domu). Maggie była mostem łączącym dziewczynkę i mnie. Zasługa mojej suczki była olbrzymia. Poprzez

współpracę, cierpliwość i czas dziewczynka otworzyła się przede mną i zaczęła mówić. Na początku pojedyncze słowa, w późniejszym czasie zaś całe zdania. Teraz dziewczynka rozmawia ze mną normalnie, jak każde inne dziecko i jest moją ulubioną uczennicą. Wiem, że bez Maggie nie udałoby się tego osiągnąć. Od osiągnięcia postawionego celu w przypadku powyższej dziewczynki wiem, że nie ma rzeczy niemożliwych. Trzeba włożyć dużo pracy i serduszka, a zawsze można osiągnąć to na czym nam zależy. W mojej pracy zależy mi na idealnej harmonii na linii nauczyciel-dziecko-pies. Jak na razie osiągam ją dzięki Maggie... od której wszystko się zaczęło...

WSTĘP

Celem książki było przedstawienie funkcjonowania psów jako terapeutów. Pies jako stworzenie żywe posiada wiele cech wspólnych z człowiekiem. Niekiedy psy są najlepszymi przyjaciółmi ludzi. Wielu spośród nas może nawet nie zdawać sobie sprawy z tego, w jaki sposób można pozytywnie „wykorzystać” zwierzęta, wdrażając je w nasze życie.

Od wielu lat na świecie, od niedawna zaś w Polsce stosowane są zajęcia dogoterapii, inaczej zwanej kynoterapią. Zajęcia te opierają się głównie na obecności psa podczas terapii. Jest to wspomagający element terapeutyczny w rehabilitacji dzieci z wieloma schorzeniami czy wadami. Można zarówno stosować dogoterapię wśród dzieci z autyzmem, zespołem Downa czy też zaburzeniami mowy. Już sama obecność psa sprawia, iż dziecko staje się bardziej śmiałe oraz otwarte. Pies rozluźnia atmosferę oraz dodaje zajęciom humoru. Sami zadajmy sobie pytanie: „Czy dziecko z zaburzeniami ruchowymi chętniej wyciągnie dłoń do terapeuty czy do merdającego ogonem psa?” Myślę, że odpowiedź jest jasna. Również stereotyp mówi nam o tym, iż dziecko mieszkające w domu, gdzie jest pies, wychowuje się inaczej aniżeli dziecko nie mające kontaktu ze zwierzęciem. Psy wykorzystywane podczas kynoterapii są specjalnie szkolone i posiadają określone cechy.

Na podstawie materiałów zebranych do przygotowania niniejszej książki, śmiało można powiedzieć, że zwiększająca się liczba zajęć z udziałem psów na całym świecie jest olbrzymim sukcesem, a postępy w rehabilitacji oraz uśmiechy na twarzach dzieci egzystują jako spektakularny przejaw sukcesu w tej dziedzinie.

I. TERAPIA ZAJĘCIOWA

1. Terapia

Terapia zajęciowa to rodzaj psychoterapii, mającej na celu uaktywnić pacjenta poprzez wykonywanie określonych czynności, które także mają charakter usprawniania psychicznego jak również fizycznego. Terapia zajęciowa stosowana jest w zakładach terapii zajęciowej, szkołach czy stowarzyszeniach. Mogą uczestniczyć w niej osoby z różnymi dysfunkcjami, typu autyzm, zespół Downa, syndrom Tourette'a, zaburzeniami mowy, słuchu oraz problemami ruchowymi. Terapia może być grupowa, kiedy występuje kilkoro pacjentów bądź też indywidualna, kiedy jest tylko pacjent i terapeuta. Badania dowodzą, iż lepsze rezultaty osiągają pacjenci indywidualni.

2. Animaloterapia

2.1. Terminologia animaloterapii

Zwierzęta wpływają w pozytywny sposób na zdrowie zarówno psychiczne jak i fizyczne człowieka. Pomagają w nawiązywaniu kontaktów międzyludzkich, wspierają w samotności i bólu, redukują stres.¹

1 Fraczyk A., Krajewska K., Skorupa J., *Animaloterapia*, Kraków 2008, s. 21.

Animaloterapia, inaczej zwana zooterapią, to leczenie z pomocą zwierząt². Jest to metoda wspomagająca rehabilitację oraz leczenie osób cierpiących na niepełnosprawność. Ten sposób leczenia jest ściśle dostosowany do indywidualnych potrzeb określonej jednostki, uczestniczącej w zajęciach animaloterapii. To, że zwierzę jest na zajęciach obok osoby niepełnosprawnej, sprawia, iż dana osoba pozbywa się dawki stresu, zaczyna się uspokajać, relaksować, odprężyć. Staje się tak poprzez to, że zwierzęta posiadają w sobie ciepło, spokój, pozytywne usposobienie jak również chęć współpracy z każdym człowiekiem bez względu na płeć, rasę, wiek czy poziom niepełnosprawności. Obecność zwierząt na zajęciach sprawia, iż pacjenci stają się bardziej otwarci na wykonywane ćwiczenia i łatwiej można z nimi nawiązać kontakt.

Animaloterapia stymuluje rozwój zmysłów (słuchu, wzroku, dotyku, węchu). Poszerza również umiejętności werbalne i wpływa pozytywnie na układ ruchowy pacjenta.³

2.2. Do kogo skierowane są zajęcia z udziałem zwierząt?

Zajęcia zooterapii skierowane są do wszystkich – zarówno ludzi zdrowych jak i niepełnosprawnych pod względem fizycznym, z deficytami w sferze umysłowej oraz emocjonalnej. Najczęstsze przypadki kierowania dzieci na zajęcia animaloterapii:

- nadpobudliwość ruchowa (ADHD),
- zespół Downa,
- dziecięce porażenie mózgowe,
- autyzm,

2 Zych A.A., *Leksykon gerontologii*, Kraków 2007, s. 43.

3 Pisula E., Danielewicz D., *Wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem*, Kraków 2010, s. 28–29.

- niestabilność emocjonalna,
- opóźnienie umysłowe,
- zanik mięśni.⁴

2.3. Podział animaloterapii

Animaloterapia dzieli się ze względu na gatunek zwierząt wykorzystywany do wspomagania leczenia oraz rehabilitacji.

2.3.1. Dogoterapia

To terapia kontaktowa z udziałem psa, który powinien być specjalnie wyszkolony, oraz terapeuty uczestniczącego w zajęciach.

2.3.2. Felinoterapia

To terapia z udziałem kotów, których obecność na zajęciach wpływa bardzo uspokajająco na pacjenta.

2.3.3. Hipoterapia

To zajęcia terapeutyczne z udziałem konia oraz jazdą konną, które mają na celu usprawnienie psychoruchowe dziecka.⁵

2.3.4. Delfinoterapia

To terapia z udziałem delfinów, która odbywa się w wodzie. Chore dzieci mogą pływać z delfinami i terapeutą, bądź też

4 Tamże, s. 28.

5 Tamże, s. 22.

jeśli są bardziej odważne, mogą same pływać z delfinami, lecz pod nadzorem terapeuty.⁶

Terapia z udziałem delfinów polega na zabawach dzieci z delfinami, podczas których ultradźwięki emitowane przez delfiny przenikają przez tkanki ludzkie. Owe ultradźwięki regenerują zniszczone czy uszkodzone komórki. Obecność delfinów powoduje zmniejszenie uczucia bólu oraz sprzyja wydzielaniu hormonów.⁷

2.3.5. Pet therapy

To zajęcia terapeutyczne z udziałem różnych zwierząt, takich jak: chomiki, króliki, świnki morskie, ptaki, płazy oraz gady.⁸

Nie są to zajęcia tak bardzo popularne jak dogoterapia, felinoterapia, hipoterapia czy delfinoterapia.

6 PRZYJACIEL Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym, *Czy zwierzęta potrafią leczyć?*, Warszawa 2008, s. 115.

7 Tamże, s. 119.

8 Franczyk A., Krajewska K., Skorupa J., dz. cyt., s. 22.

II. TERAPIA Z UDZIAŁEM PSA

3. Dogoterapia

3.1. Ustalenie terminologiczne pojęcia dogoterapia

Dogoterapia to jeden z rodzajów zooterapii (zwanej także animaloterapią), w której wykorzystywana jest rehabilitacja z udziałem zwierząt⁹.

Dogoterapia wykorzystuje psa w celu rewalidacji osób chorych. Głównym celem jest poprawa zdrowia osoby chorej. Terapię z udziałem psa powinno dostosowywać się do indywidualnych potrzeb oraz możliwości pacjenta.¹⁰

Dogoterapia nazywana jest także terapią kontaktową bądź też kynologiczną.¹¹

Terapia kontaktowa z udziałem psa wykorzystywana jest najczęściej w leczeniu urazów rdzenia kręgowego, przy uszkodzeniach słuchu, wzroku, mózgu, w chorobach układu oddechowego, krwionośnego, przy urazach natury psychicznej, depresjach, zaniku mięśni, autyzmie, porażeniu mózgowym i wielu innych. Oprócz tego dogoterapia sprzyja osobom samotnym.¹²

Poza tym terapia z udziałem psów sprzyja resocjalizacji. Prowadzi do wykształcenia takich cech, jak odpowiedzialność,

9 Zych A.A., dz. cyt., s. 43.

10 *Opieka, Wychowanie, Terapia*, Warszawa nr 3–4/2007.

11 Baum E., *Terapia zajęciowa*, Warszawa 2009, s. 4.

12 Zych A.A., dz. cyt., s. 43.

opiekuńczość, sumienność czy empatia. Rozwija umiejętności prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie oraz kształtuje charakter ludzki. Wzmacnia poczucie własnej wartości jak również sprzyja koncentracji uwagi i przełamaniu bariery lęku i strachu.¹³

Pies uczestniczący w zajęciach dogoterapii powinien być zdrowym zwierzęciem, będącym pod stałą opieką weterynaryjną. Musi mieć ukształtowany charakter, posiadający następujące cechy: cierpliwość, równowaga emocjonalna, tolerancja, chęć współpracy, łagodność, pozytywne nastawienie do ludzi. Pies-terapeuta powinien być pewny siebie, jednakże przy wyborze takiego psa należy kierować się tym, aby nie był on dominujący. Powinien posiadać książeczkę zdrowia z aktualnymi szczepieniami. Musi on odbyć specjalistyczny kurs na psa terapeutę i szkołę posłuszeństwa. Podstawowym założeniem terapii kontaktowej z udziałem psa jest nawiązanie więzi psychicznej pomiędzy nim a dzieckiem. Kynoterapia to również ćwiczenia, gry oraz zabawy, uwzględniające sprawność ruchową dziecka.¹⁴

Pomiędzy zajęciami kynoterapii dziecko może także uzupełniać kolorowanki oraz rysować obrazki przedstawiające psy, co jest umileniem zajęć terapeutycznych.¹⁵

W Stanach Zjednoczonych Ameryki wśród mieszkańców domów spokojnej starości przeprowadzone zostały badania, uwzględniające obecność psa w domach seniora. Mieszkańcy domów spokojnej starości opiekowali się psami, które im przydzielono. Osobom tym obniżyło się ciśnienie krwi, zmniejszył się poziom agresji. Wzrosło z kolei poczucie bezpieczeństwa.

13 *Opieka, Wychowanie, Terapia*, Warszawa nr 3–4/2007.

14 Zych A.A., dz. cyt., s. 43.

15 *Wychowanie w Przedszkolu* – czasopismo dla nauczycieli, 2/2008.