

I. gimnazija v Celju
Kajuhova ulica 2
3000 Celje



Vpliv živali na človekovo počutje - terapevtske živali

Avtorica:

Nastja Kovačec, 2. f

Mentor:

Uroš Arnuš, prof. bio

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2009

KAZALO

1 UVOD	- 5 -
1.1 IZBOR IN CILJ RAZISKOVALNEGA PROBLEMA	- 5 -
1.2 HIPOTEZE	- 6 -
1.3 IZBOR IN PREDSTAVITEV RAZISKOVALNIH METOD	- 6 -
2 OSREDNJI DEL	- 7 -
2.1 RAZLAGA OBRAVNAVANIH POJMOV	- 7 -
2.2 ŽIVALSKA TERAPIJA	- 8 -
2.2.1 Zgodovina živalske terapije	- 8 -
2.2.2 <i>Animal assisted activity (AAA)</i>	- 10 -
2.2.3 <i>Animal assisted therapy (AAT)</i>	- 12 -
2.2.4 <i>Slabe in dobre stvari pri vključevanju živali v terapijo</i>	- 13 -
2.3 RAZŠIRJENOST ŽIVALSKA TERAPIJE V TUJINI	- 14 -
2.3.1 <i>Terapija z delfini</i>	- 14 -
2.4 RAZŠIRJENOST ŽIVALSKA TERAPIJE V SLOVENIJI	- 16 -
2.4.1 <i>Terapevtsko jahanje oziroma hipoterapija</i>	- 17 -
2.4.2 <i>Terapija s psom</i>	- 19 -
2.4.2.1 <i>Psička Teeta in vodnica</i>	- 21 -
3 ANKETA	- 24 -
3.1 ANALIZA ANKETE	- 24 -
3.2 <i>Starostna skupina</i>	- 24 -
3.3 <i>Stopnja izobrazbe</i>	- 25 -
3.4 <i>Poznavanje terapevtskih živali</i>	- 25 -
3.4.1 <i>Kje ste slišali za terapevtske živali?</i>	- 26 -
3.5 <i>Katere živali so najprimernejše za terapijo?</i>	- 27 -
3.6 <i>Vpliv terapevtskih živali na uporabnika</i>	- 28 -
3.7 <i>Navezanost človeka na terapevtsko žival</i>	- 29 -
3.8 <i>Obiskovanje zdravstvenih ustanov</i>	- 30 -
3.9 <i>Uspešnost terapij z živalmi</i>	- 30 -
3.10 <i>Osveščenost o terapevtskih živalih</i>	- 31 -
3.11 <i>Oblike osveščanja</i>	- 32 -
4 PREDLOGI ZA OSVEŠČANJE PREBIVALCEV	- 33 -
5 ZAKLJUČEK IN RAZPRAVA	- 36 -
6 VIRI IN LITERATURA	- 38 -
7 KAZALO SLIK	- 40 -
8 KAZALO TABEL	- 40 -
9 KAZALO GRAFOV	- 40 -
10 PRILOGE	- 41 -

ZAHVALA

Zahvaljujem se vsem, ki so mi tako ali drugače pomagali, me spodbujali pri izdelavi raziskovalne naloge in mi z različnimi nasveti omogočili, da je moje delo nemoteno potekalo.

Zahvala dr. Štuhcu za omogočen dostop do literature, ki je nastala pri proučevanju odnosov med človekom in živaljo, Ambasadorjem nasmeha – Katarini Vertin, Petri Štrus in Špeli Jurčič, ki so me prijazno sprejele na enem izmed treningov, kjer so bodoče terapevtske pse navajale na različne predmete, s katerimi bodo pri svojem delu prišli v stik, Anji Armič, lastnici terapevtske psičke Fly, ki mi je iz prve roke povedala nekaj o njenih izkušnjah na tem področju, vodji Dnevnega centra ŠENT Petri Barbalić. Iskrena hvala tudi Bredi Kralj, ki je z mano delila svoje dolgoletne izkušnje z izvajanjem terapij ter me z besedami popeljala skozi njen in psičkin delovnik.

Hvala tudi moji družini za vso podporo, ki so mi jo nudili.

Prav posebna zahvala pa mojemu mentorju, prof. Urošu Arnušu, za spodbudo in pomoč pri reševanju raziskovalnega problema.

POVZETEK

Pogosto se zgodi, da so ljudje v različnih obdobjih življenja, najbolj sicer starejši, prepuščeni sami sebi, posledično trpijo zaradi občutka osamljenosti in depresij, ta občutek pa je še povečan ob izgubi bližnjega oziroma življenjskega sopotnika. In v takšnem primeru zna imeti povezava človek – žival odločilno vlogo, pripomorejo, da se človek čim hitreje pobere in dobi moč in voljo za nadaljnje življenje.

Vendar tako ni zgolj pri starejših, ampak tudi pri otrocih, med drugimi tudi tistih z motnjami v razvoju in živalska terapija ima pri zdravljenju eno izmed odločilnih vlog. Pogosto lahko aktivnosti stečejo dosti boljše, kot smo si predstavljali, če za medij oziroma motivacijo uporabimo psa, ali kakršnokoli drugo žival. Močno poudarjam tudi vpliv na človekovo samopodobo in posledično tudi večje odzivanje in sodelovanje.

Žival nima človekovih lastnosti, nikoli ne zaničuje, ampak zgolj brezpogojno sprejema in nedvomno nudi pomembno psihično, včasih tudi fizično oporo, ki je v tistem trenutku potrebna.

Četudi je delni naslov raziskovalnega dela Vpliv živali na človekovo počutje, se ne bom pretirano posvečala eksotičnim živalih, ki jih kot terapevte uporabljajo povsod po svetu. Omejila se bom na Slovenski prostor, kjer se v terapevtske namene uporabljajo predvsem psi, pa tudi konji – terapevtsko jahanje, ki ga že kar nekaj let izvajajo tudi v nekaterih naših zavodih.

O terapiji z živalmi obstaja kar nekaj literature, slovenske in tuje, kar je glede na neprepoznavnost le-te precej obetavno in mogoče pomeni, da se bo v prihodnosti zdravljenje na ta način pogosteje pojavljalo tudi v naših zavodih, domovih za ostarele, centrih za usposabljanje invalidnih otrok, itd.

1 UVOD

1.1 IZBOR IN CILJ RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

V današnjem svetu je vse več alternativnih metod zdravljenja in med drugimi, bi k temu lahko prištel tudi terapijo s pomočjo živali, ki se sicer ne uporablja kot samostojen način zdravljenja, temveč zgolj kot pomoč pri le-tem. Vsekakor pa je jasno, da je skozi igro oziroma s primerno motivacijo, vsako delo, ki ga drugače ne bi mogel opraviti, ali pa le z veliko vloženega truda, prijetno. In če je možno kakovost življenja izboljšati s številnim že precej razvitimi in poznanimi terapijami, zakaj se ne bi tega lotili s pomočjo živali, ki nudi človeku, pa naj bo zdrav ali ne, nesebično ljubezen in neverjetno motivacijo. Nikakor ne moremo pričakovati, da bo druženje z živaljo nadomestilo vse, s strani strokovnjaka, predpisane terapije in rehabilitacije, ta aktivnost je namreč zgolj dopolnilo, ki pa je lahko za določenega človeka velikanskega, celo življenjskega pomena.

V tujini so terapije oziroma aktivnosti z živalmi že precej razširjene, s stanjem v Sloveniji pa ne moremo biti ravno zadovoljni, marsikdo se namreč sploh ne zaveda, da tovrstno zdravljenje sploh obstaja. In glede na učinek, ki ga lahko ima žival na človeka, bi bilo smiselno, da poskušamo na različne načine osvestiti ljudi, ki o tem ne vejo nič, ali pa zelo malo. Vsekakor pa je dosti že narejenega, glede na veliko številko psov in na sploh živali, ki jih imamo Slovenci v lasti. Tako smo nezavedno že deležni terapije, namreč živali nas s svojo prisotnostjo silijo k ustaljenemu načinu življenja, sprehodom, vključevanju v družbo, poleg tega pa nas razveseljujejo, kar ima precejšen pomen sploh pri ljudeh, ki se v življenju spopadajo z depresijo in drugimi problemi.

V svoji raziskovalni nalogi želim predstaviti terapije in aktivnosti s pomočjo živali, vplivu le-teh na človekovo počutje, koncentracijo, sprostitvev. Sama vem in verjamem, da se da s terapijo, ki nam jo ponujajo psi, mačke in katerekoli druge živali, lahko naredi ogromno za posameznikovo življenje, boljše počutje, večje gibalne sposobnosti, kontroliranje gibov, itd.

S pomočjo ankete pa želim ugotoviti koliko o tem vedo drugi, so že sploh slišali za kaj podobnega in kakšno je njihovo mnenje o tem. Srečala sem se z mnogimi, ki se ukvarjajo s terapijami, tudi sama sem s psom nekajkrat obiskala starostnike in se tako na lastne oči seznanila z njihovimi odzivi na žival.

Postavila sem si naslednje cilje:

- pojasniti terminologijo, ki je povezana terapijo z živalmi in aktivnosti z njimi
- pojasniti razliko med terapijo z živalmi (AAT) in aktivnostmi (AAA)
- proučiti in prikazati razliko v razširjenosti tovrstne terapija v tujini in pri nas
- ugotoviti na kak način živali lahko pripomorejo k boljšemu počutju in koncentraciji
- predstaviti vodnika in njegovega ljubljjenčka, njuno delo in izkušnje na področju te aktivnosti
- udeležiti se kakšne izmed terapij (kot opazovalec) in na tak način izvedeti kaj novega iz prve roke
- s pomočjo ankete ugotoviti koliko ljudje vedo o vplivu živali na človekovo zdravje, o vlogi živali pri zdravljenju, sproščanju ljudi z motnjami v razvoju
- osvestiti čim večji krog ljudi o tovrstnem načinu zdravljenja, med drugimi tudi s krajšimi predstavitvami raziskovalne naloge v šoli.

1.2 HIPOTEZE

Na začetku raziskovalnega dela sem si postavila naslednje hipoteze:

- velika večina pozna terapevtske živali ter vpliv na človeka
- večina ljudi bo mnenja, da so za terapevtske živali daleč najprimernejši psi in mačke
- ljudje z višjo izobrazbo, so tudi glede te vrste terapije bolj osveščeni kot ostali
- vpliv živali na emocionalne, motorične in verbalne sposobnosti človeka, je neverjetno dober in učinkovit

1.3 IZBOR IN PREDSTAVITEV RAZISKOVALNIH METOD

Pri raziskovalnem delu sem uporabila naslednje metode dela:

- metoda dela z literaturo, pregledovanje že obstoječe literature
- anketiranje in analiza ankete
- fotografiranje

Pregledala sem vso dosegljivo literaturo, ki je na voljo v knjižnicah in na spletu. Poleg tega mi je nekaj literature oziroma kratek pregled raziskav iz tujine (v Sloveniji namreč ni opravljenih novejših in popolnih analiz) priskrbel dr. Štuhec. Nekaj podatkov sem dobila tudi v periodičnem tisku (Astro novice), kjer sem se seznanila z gospo Bredo Kralj, ki se je na Novi Zelandiji specializirala za delo z morskimi sesalci.

Izvedla sem anketo med prebivalci Slovenije, nisem se opredelila na točno določeno območje, namreč nekaj rešenih anket sem dobila tudi preko interneta, sem pa poskrbela, da so ankete reševali ljudje različnih starostnih skupin in izobrazbe, kar bo pripomoglo k realnejšim rezultatom. Poleg tega se za reševanje anket zahvaljujem tudi dijakom naše gimnazije – I. gimnazije v Celju.

Med drugimi sem se udeležila tudi enega izmed treningov bodočih terapevtskih kužkov, ki ga je vodila Ambasadorica nasmeha, Petra Štrus, ter fotografirala nekaj nadebudnih psov, ki bodo kaj kmalu začeli privabljeti nasmške na obrazih otrok, starejših oziroma vseh s katerimi bodo prišli v stik. Poleg tega sem tudi sama nekajkrat obiskala starostnike oziroma oskrbovance doma za ostarele v Gornjem Gradu, s svojim in prijateljičinim psom in uspeh je bil viden že po prvem obisku.

2 OSREDNJI DEL

2.1 RAZLAGA OBRAVNAVANIH POJMOV

Terapija z živalmi (animal assisted therapy – AAT) je dejavnost, ki jo vodi izšolan terapevt oziroma strokovnjaki iz različnih področij, to so lahko zdravnik, psihoterapevt, socialni pedagog, logoped, fizioterapevt, psihiater, učitelj, medicinska sestra in drugi, ob prisotnosti živali. Taka vrsta terapije je seveda ciljno orientirana in obvezno dokumentirana.

Aktivnosti (animal assisted activities – AAA) pa se uporabljajo v motivacijske, izobraževalne, reakcijske namene, v ospredju je seveda želja po izboljšanju kakovosti življenja. Živali v njih sodelujejo v spremstvu prostovoljcev – laikov, s katerimi opravijo tečaj (seveda, kjer tečaji obstajajo).

'Petterapija' (Pet therapy – PT) si lahko interpretiramo na več načinov: PT – pet therapy oziroma terapija s hišnimi ljubljenci, PAT – pet assisted therapy oziroma terapija s pomočjo hišnih ljubljencev, PFT – pet facilitated therapy oziroma pospeševalna terapija s hišnimi ljubljenci.

Društvo TAT (Tiere als therapie) je priznано društvo na Dunaju, k njim pridejo šolat svoje pse tudi lastniki iz sosednih držav, predvsem Nemčije. Združenje TAT je bilo ustanovljeno z določenim namenom, raziskati in spodbujati terapijo s pomočjo živali ter seveda organizirati obiskovanje uporabnikov, ki jim je terapija omogočena.

(Tiere als therapie, dosegljivo na <http://www.tierealstherapie.org>, 19.12.2008)

Hipoterapija je oblika medicinsko-fizioterapevtskega zdravljenja s pomočjo konja, ki vpliva na jahača s svojim tridimenzionalnim gibanjem. Terapevtova naloga je usklajevanje odzivov pacienta na konjevo gibanje glede na zastavljene cilje oziroma želene učinke. Pozitivni vplivi hipoterapije so vidni na telesnem, emocionalnem, duševnem in socialnem področju razvoja pacienta – jahača

(Hipoterapija, dosegljivo na <http://www.nakonju.si/?id=3>, 19.12.2008).

2.2 ŽIVALSKA TERAPIJA

Ob uvedbi živali v terapevtske programe so za poimenovanje le teh uporabljali izraze 'pet therapy' (terapija s hišnimi ljubljenci), 'pet-assisted therapy' (terapija s pomočjo hišnih ljubljencev), 'pet-facilitated therapy' (PFT - terapija vzpodbujanja s pomočjo hišnih ljubljencev) in 'animal-facilitated therapy' (AFT - terapija, ki se pospešuje s sodelovanjem živali). Izraza PFT in AFT naj bi poudarila, da terapija ni nadomestilo za ostale oblike terapij in nikakor ni zdravilo za vse bolezni, ampak je učinkovit pripomoček za razvoj verbalne in neverbalne komunikacije, resocializacijo ter v veliko podporo ostalim oblikam terapij. Že prej omenjeni izrazi za poimenovanje terapevtskih programov se sedaj uporabljajo vedno redkeje, namreč nadomeščata jih 'animal assisted activities' (AAA - aktivnosti, kjer sodelujejo živali) in 'animal assisted therapy' (AAT - terapija, kjer sodelujejo živali), saj nakazujeta, da je žival prisotna zgolj kot motivacijski dejavnik, ki pospešuje zdravljenje, ki ga sicer izvaja usposobljena oseba. Poleg tega pa izraz ne vključuje samo hišnih ljubljencev, temveč tudi druge živali, ki se pogosto uporabljajo v ta namen.

2.2.1 Zgodovina živalske terapije

O živali kot človekovem prijatelju sega morda celo do prazgodovinskih časov, jamske risbe namreč prikazujejo ljudi in volkove okrog tabornih ognjev. Prežvekovalce naj bi človek udomačil že pred 10 do 14 tisoč leti. Mačke z ljudmi živijo nekoliko manj časa, znano pa je, da jih visoko častijo v Egiptu, uboj mačke so celo kaznovali s smrtjo. Poleg tega so bili pogosto pokopani tudi z drugimi hišnimi živalmi, ne samo mačkami, zato da so bili lahko skupaj po smrti. Pes pa ni samo najboljši, ampak tudi najstarejši človekov prijatelj, z ljudmi namreč živi že vsaj 25 do 35 tisoč let, nekateri pa domnevajo, da so prednike današnjih psov udomačili že dosti prej, kar pred 125 tisoč leti. Sicer jim takrat ni bilo jasno, da bi lahko pes služil kot terapevt, je pa bil zadolžen za pospravljanje ostankov in je s tem preprečeval širjenje bolezni ter pripomogel k boljšemu življenju. Že naši predniki so menili, da ima žival na človeka ugoden, sproščujoč, mogoče celo zdravilne učinek. V antični Grčiji so psi lizali bolnikove rane, namreč ljudje so mislili, da imajo njihovi jeziki zdravilne moči. Poleg tega je bilo leta 1976 v severnem delu Izraela odkrito grobišče, kjer so našli človeški skelet, kosti roke pa so bile še vedno prikovane na kučka, ki je bil pokopan s človekom. Najdba je stara približno 12000 let, kar pa pomeni, da je bil že takrat odnos oziroma sožitje med človekom in živaljo že zelo dobro izoblikovan.



Slika 1: Že v antični Grčiji je bil izoblikovan odnos med človekom in živaljo (vir: <http://www.mlahanas.de>)

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

Živali so bile, so in bodo naravni terapevti, njihova prisotnost, naklonjenost, preprostost nam da občutek dobrega počutja, ki nam ga pogosto primanjkuje zaradi današnjega hitrega tempa življenja. Družba živali nam koristi, daje občutek kot da smo pomembni, ljubljeni, varni in zaščiteni, predvsem pa nas silijo k telesni ali kakršnikoli drugi dejavnosti, ki ugodno vpliva na naše počutje. Prvi podatek o uporabi terapevtske živali izhaja že iz 9. stoletja, iz Gheela, Belgija. Seveda pri zdravljenju niso imele glavne vloge, ampak so bile vključene kot dodatek k zdravljenju, sproščanju, predvsem pa za izobraževanje invalidnih, ki so se morali znova naučiti skrbeti zase in svoje živali, kar pa glede na njihove omejene sposobnosti, ni bilo ravno lahko. Leta 1792 so se živali, kot del terapije, pojavile tudi v Yorku, Anglija, terapija ni vsebovala zgolj živali (v tem primeru so bile to ptice in kunci), temveč tudi vrtnarjenje in igranje. Leta 1867 so tudi v Nemčiji že uporabljali živali pri terapiji epileptikov. (Zgodovina terapije z živalmi – History of animal assisted therapy (AAT), dosegljivo na http://www.associatedcontent.com/article/385777/history_of_animalassisted_therapy.html)

Velik zagovornik živalske terapije je ameriški psiholog Boris Levinson, uvidel je, da se je otrokom z duševnimi motnjami, vedno lažje približal, če je bil na terapijah prisoten tudi njegov pes Jingles. Pisal je o prestrašenem, devetletnem dečku, ki je imel za sabo že mnogo terapij, pa nobena ni bila pretirano uspešna. Z njegovo mamo sta se zato dogovorila za obisk in po naključju je bil ravno takrat v prostoru prisoten tudi Jingles, ki je dečka navdušeno pozdravil, njegov odziv pa je bil pozitiven. Levinson je menil, da je z zdravljenjem s pomočjo njegovega pasjega so-terapevta vzpostavil prijetno ozračje ter tako uspel razviti trdnejše odnose s svojimi pacienti. Svoje ugotovitve je leta 1961 predstavil na zboru APA¹, odzivi so bili mešani, toda kasnejše ankete so pokazale, da je od 319-ih kar 16% psihologov dejansko uporabljalo hišne ljubljence pri svojem delu.

(Zgodovina terapija z živalmi - History of animal assisted therapy (AAT), dosegljivo na http://www.medscape.com/viewarticle/545439_3)



**Slika 2: Sigmund Freud v pisarni na Dunaju, 1937,
vir: <http://www.loc.gov/exhibits/freud/freud03a.html>**

¹ Ameriško psihološko združenje je znanstvena in profesionalna organizacija, ki predstavlja psihologe v Združenih državah Amerike (<http://www.apa.org/>)

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

Tudi Sigmund Freud je verjel, da imajo psi poseben vpliv na ljudi, bil je namreč mnenja, da so živali sposobne prebrati človekovo počutje in to tudi pokazati, zato je na njegovih terapijah bil vedno prisoten njegov čov čov Jo-Fi. Verjel je, da bo Jo-Fi pokazal pacientovo raven napetosti – če je ležal blizu uporabnika, ni bil napet, obratno pa je bilo, če se ga je izogibal in pri tem ohranjal razdaljo med njima. Freud je bil prepričan, da prisotnost psa pomirjevalno vpliva na vse paciente, še posebej na otroke.

Profesor Friedman s sodelavci je leta 1992 ugotovil, da je bilo po enem letu zdravljenja v bolnišnici zaradi bolezni srca in ožilja živih več lastnikov hišnih živali kot pa bolnikov, ki jih niso imeli. Prav tako so raziskovalci Karsh, Turner in Robinson med leti 1988 in 1992 po različnih metodah enotno ugotavljali, da ima navzočnost hišne živali pomemben vpliv na fiziološke in psihološke indikatorje stresa, zlasti na krvni pritisk in občutek utujenosti. Leta 1998 je profesor Allen zatrdil, da lahko hišne živali dobrodejno vplivajo na zdravje ljudi. Pri lastnikih psov in mačk se je krvni pritisk zaradi stresnih situacij bistveno manj dvignil ob njihovi navzočnosti, kot ob navzočnosti zakonskega partnerja. Prav tako je prepričan, da moški in ženo bistveno bolj povečal sistolični pritisk pri ljudeh, ki so bili brez hišnih živali. V zadnjem času vse več raziskav potrjuje, da se ob izgubi življenjskega sopotnika ali bližnjega prijatelja bistveno poveča občutek osamljenosti, da se povečujejo depresivna stanja. Potrjuje pa tudi to, da je hišna žival v takšnih primerih zagotovo vsaj uspešno dodatno zdravilo. (Vzajemnost, 2001, 2, stran 32-33)

2.2.2 Animal assisted activity (AAA)

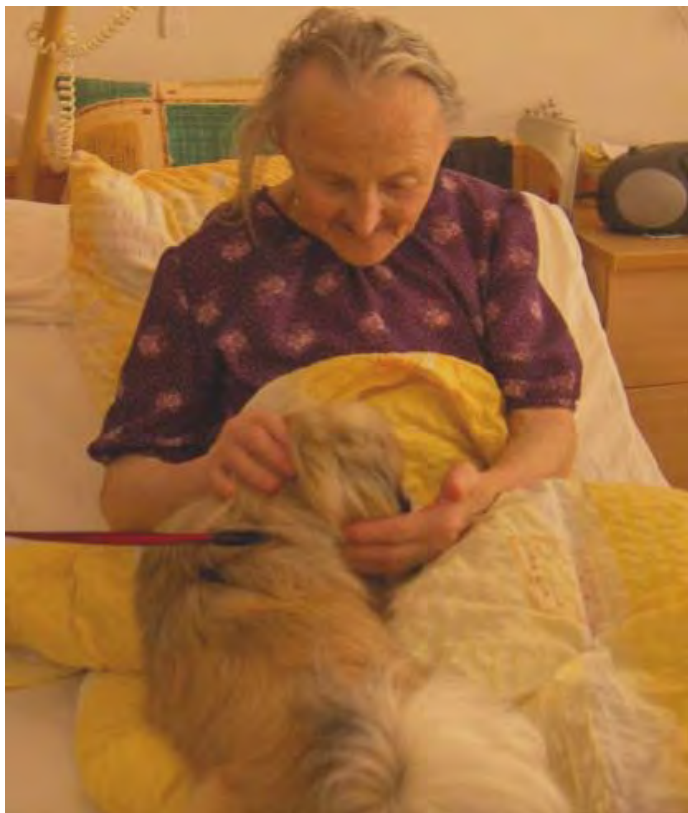


Animal assisted activity oziroma aktivnost s pomočjo živali (AAA) zajema aktivnosti, ki se prakticirajo predvsem v motivacijske, izobraževalne ali rekreacijske namene. Glavni cilj te priložnostne dejavnosti je seveda izboljšanje kakovosti življenja, razvedrilo in večja povezanost med človekom in živaljo. Tovrstne aktivnosti izvajajo, seveda v različnih okoljih, na primer domovih za ostarele, vrtcih, zaporih, za to usposobljeni ljudje oziroma strokovnjaki ali prostovoljci skupaj s svojimi živalmi, ki pa morajo ustrezati določenim merilom. Čeprav živali ne potrebujejo specializiranega usposabljanja, morajo biti mirne, prijazne, predvsem pa pripravljene sodelovati z različnimi ljudmi, ki imajo seveda tudi različne potrebe. Program se lahko izvaja tudi z večjim številom ljudi, ni pa to terapija, ki ima točno določen, zapisan in načrtovan cilj, ki ga želijo doseči.

Slika 3: Nesebičen prijatelj, ki priključuje nasmeh na obraz in solze v oči, foto: N. Kovačec, september 2006

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

Glavne značilnosti aktivnosti s pomočjo živali so, da jih izvajajo prostovoljci, ki ne zapisujejo podrobnih opažanj o vplivu živali na človeka oziroma pacienta. V takšnih primerih je dovolj že nasmeh na obrazu in navdušeno sodelovanje, tako uporabnika, kot živali. Posebni cilji zdravljenja niso zastavljeni in načrtovani, dogajanje med obiski je vedno spontano, obiski pa trajajo tako dolgo, kot je potrebno in je žival pripravljena sodelovati. Vedno je potrebno upoštevati počutje živali, kajti pomembno je, da se tako aktivnost jemlje kot igro in ne napor.



**Slika 4: Psiček v domu starejših občanov,
foto: N. Kovačec, september 2006**

Programi AAA oziroma aktivnosti s pomočjo živali se delijo na pasivne in interaktivne. Pri pasivnih, kot že samo ime pove, je vloga živali pasivna, ljudje se jih ne dotikajo, jih ne negujejo, skratka ne ukvarjajo se z živaljo. Kljub temu pa lahko zasledimo pozitivne vplive že zaradi same prisotnosti živali v prostoru. Interaktivni programi vključujejo obiske, živali pa lahko prebivajo tudi v sami ustanovi, kjer zanje skrbi osebje ali prebivalci oziroma oskrbovanci sami. Za bivanje tam so sicer bolj primerne mačke, kunci in nekateri manjši sesalci, saj na primer psi potrebujejo šolanje, redno gibanje, primerno nego in osebo, ki skrbi zanje in se lahko nanjo navežejo. Na obiske zato prihajajo predvsem posebej izbrani in izurjeni lastniki skupaj s svojimi živalmi, ki so najpogosteje psi, ob točno določeni uri, za točno določen čas. Cilj aktivnosti ni usmerjen tako natančno kot pri terapiji, je pa določen – zmanjševanje stresa ter osamljenosti, ki lahko nastopi predvsem pri starejših ljudeh, depresivnosti ter povečevanje socializacije.

(Suhadolnik, 2002; povzeto po Delta Society, 2001)

2.2.3 Animal assisted therapy (AAT)

Animal assisted therapy (AAT) oziroma terapija s pomočjo živali je ciljno usmerjen postopek, pri katerem je žival, ki mora izpolnjevati vse posebne pogoje, sestavni del postopka zdravljenja. To terapijo vodi ali izvaja strokovnjak, ki nudi zdravstvene oziroma človekoljubne usluge. Običajno zdravljenje zajema določeno žival, pa naj bo to pes ali katerakoli druga primerna žival, vodnika in terapevta. Zastavljeni so določeni cilji, narejen oziroma zastavljen je plan, kako se bo vse te cilje uresničilo. Terapija s pomočjo živali naj bi izboljšala fizično, socialno, emocionalno, miselno delovanje človeka. Živali še imajo tisto iskrenost, ki smo jo ljudje že zdavnaj izgubili, so nesebični in nas sprejemajo takšne kakršni smo, in ravno zaradi tega so dobri terapevti. Spodbujajo nas k gibanju, kar je pomembno predvsem za ljudi s cerebralno paralizo. Terapija se izvaja v določenih pogojih, lahko je individualna ali skupinska, pomembno pa je, da je sam proces dogajanja skrbno dokumentiran in ovrednoten.

Glavne značilnosti terapije, kjer sodelujejo živali so, da se za vsakega posameznika določi naloge in cilje, ki jih mora doseči v času terapije. Napredek pa se seveda skrbno zapisuje in meri. Terapije, kjer sodelujejo živali se vedno bolj uveljavljajo, v tujini v negovalne domove, celo v nekaj bolnišnic (to so predvsem psihiatrične) in so vedno bolj priljubljene in zaželeno. Ko osebo, pa naj bo to otrok, starejša oseba, mladostnik, iztrgajo iz prejšnjega okolja, jo ločijo od družine in njegovega življenjskega vsakdana, doživljajo travmatične izkušnje, nastopi osamljenost, počasno izgubljanje stika z zunanjim svetom. Prav prisotnost živali pomaga pri ponovni socializaciji ali ohranjanju le-te, zmanjšuje občutek depresije, osamljenosti in izolacije.



Slika 5: Gal na oddelku za otroško onkologijo in hematologijo, vir: <http://www2.arnes.si/~osljled17/dogodki/gal/index.htm>

Cilji pa niso samo na emocionalni ravni, v terapiji lahko odkrijemo resnično širok spekter pozitivnih učinkov, na primer izboljšanje motorike, obvladovanja gibov, ravnotežje, povečanje stopnje pozornosti, povečanje samozavesti in samospoštovanja, zmanjšanje strahu, tesnobe in zaskrbljenosti, tudi osamljenost počasi izginja, povečanje besednega zaklada, boljši spomin, večja pripravljenost za timsko delo, več gibanja in navdušenja za kakršno koli delo. Poleg tega pacient pri sodelovanju z živaljo in njenim lastnikom oziroma vodnikom pridobi mnogo novega znanja, sploh če pogovor teče o njeni oskrbi in življenju. Če pacient pri vsem tem tudi sodeluje, se poveča volja, z veliko večjim veseljem in zagnanostjo nadaljuje s terapijami. Žival mu nudi tolažbo, če jo potrebuje, ljubezen, če mu je primanjkuje, predvsem pa nesebično prijateljstvo, ki ga drži pokonci. (Suhadolnik, 2002; povzeto po Delta Society, 2001 in Dog-Play, 1996)

2.2.4 Slabe in dobre stvari pri vključevanju živali v terapijo

Učinki druženja z živalmi na telo in dušo človeka so dokazani. Stik z mehko in toplo živalsko dlako deluje pomirjajoče, znižuje raven krvnega tlaka in srčnega utripa, sprošča mišice in zmanjšuje ali odpravlja napetosti. Stik z živaljo sproža izločanje večjih količin endorfinov v človeškem telesu, ki so znani kot hormoni sreče, ob pogostih in rednih stikih z živalmi pa se dokazano zmanjša tudi poraba protibolečinskih zdravil in pomirjeval, saj bližina živali zmanjšuje stres in raven bolečine. Pogovor z živaljo poleg tega deluje tolažilno, zmanjša občutek osamljenosti in depresivno razpoloženje.

Veliko je potrdil, da živali ugodno vplivajo na človekovo počutje, so mu v oporo in pomenijo velik zagon v na sploh v življenju. Že opravljena raziskava kaže velike razlike med ljudmi, ki so lastniki živali in tistimi, ki je nimajo, poleg tega pa bi takšne rezultate dobili tudi, če bi primerjali uporabnike, ki jim je omogočeno dopolnilno zdravljenje z živaljo, s tistimi, ki tega nimajo na razpolago.

Značajska lastnost	Primerjava
Socialnost	Lastniki > nelastniki
Neodvisnost	Lastniki < nelastniki
Sposobnost izogibanja osamljenosti	Lastniki > nelastniki
Občutek biti ljubljen	Lastniki > nelastniki
Imajo raje živali kot ljudi	Lastniki > nelastniki
Pripravljeni pomagati	Lastniki > nelastniki
Medsebojno zaupanje	Lastniki > nelastniki
Odvisnost	Lastniki > nelastniki
Pedantnost	Lastniki < nelastniki
Živčnost	Lastniki < nelastniki
Nečustvenost	Lastniki < nelastniki
Egoizem	Lastniki < nelastniki
Samozaupanje, optimizem	Lastniki > nelastniki

Tabela 1: Primerjava med lastniki živali in nelastniki (prirejeno po Podberscek in Gosling, 2000)

Poleg pozitivnih stvari, ki jih povzroča prisotnosti živali pri aktivnostih in terapijah, so tudi negativne. Živali namreč lahko povzročijo veliko rivalstvo oziroma tekmovalnost, ki je posledica posesivnosti in nadzora, ki ga hočejo imeti nad živaljo. Zaradi neprimerne ravnanja, nepravilne izbire živali ali zaradi pomanjkljivega nadzora, lahko pride do različnih poškodb, že najmanjša praska lahko pri človeku poveča strah, ki ga je čutil pred terapijo. Bolniki z motnjami v duševnem razvoju, senilnostjo, lahko žival namerno izzivajo in tudi to lahko pripelje do neželjenih poškodb. Poleg tega so tu tudi alergije in strah pred živalmi, ki se ga je težko znebiti.

2.3 RAZŠIRJENOST ŽIVALSKÉ TERAPIJE V TUJINI

2.3.1 Terapija z delfini

Za terapevtsko žival je najbolj pomembno to, da je inteligentna, zdrava, ustrezno zdravstveno preskrbljena, čista, družabna, vodljiva, tolerantna, konec koncev tudi privlačna ter predvsem, da ima ob sebi ustrezno izšolanega vodnika. Tako ni pomembno kakšne vrste živali uporabimo za terapijo, pse, mačke, konje, morske prašičke, hrčke, lahko pa tudi delfine, kjer terapije potekajo s pomočjo dražljajev, bistvo tega pa je kontakt s čustveno uravnano, divjo, morskó živaljo, zelo zahtevno in drago za vzdrževanje, toda neverjetno inteligentno, namreč so edine, ki se poleg primatov in človeka še prepoznajo v ogledalu. Postopek seveda zahteva kompleksnejši protokol, delfini so namreč zaščitena vrsta in se morajo po štirih letih dela rehabilitirati za vrnitev v svoje naravno okolje, ocean. Delfini za svoje delo potrebujejo mrzlo vodo (umetno morje jim škodi, saj se zaradi tega pogosto pojavijo lišaji in očesna mrena), umetni habitat pa mora biti tudi primerno globok zaradi termoregulacije ter izjemno občutljive živali. Ravno zaradi tega se tovrstne terapije izvajajo v ograjenih bazenih morskih zalivov.

Delfina se uči s pomočjo simbolov, ročne signalizacije in pohval ter nagrad, največkrat se jih stimulira kar s pomočjo hrane – rib, ki jo dobijo, ko nalogo ustrezno opravijo. Delfin je hitra žival, ki se rada potopi in skriva, zato bazeni po standardih merijo sto osemdeset centimetrov (180cm). Izkušnja je lepa in pusti globok odtis na uporabniku, ki lahko neguje in hrani delfina ter se na tak način hkrati zabava pa tudi uči.



Slika 6: Prvi stik med delfinom in otrokom, uporabnikom terapije

Z uporabo delfinov v terapevtske namene je leta 1971 začela antropologinja Betsy Smith. Svojega brata z motnjo v duševnem razvoju je pustila zabresti v vodo k dvema mladima delfinoma, ki sta plavala okrog njega, se dregnila obenj, bila sta mirna in nežna, kot da bi vedela, da je drugačen. Ta dogodek je dal povod za začetek raziskav o možnih ugodnih učinkih delfinov na otroke z motnjami v duševnem razvoju, pri čemer so delfine uporabili kot nagrado in spodbudo za pravilno izvajanje nalog. Ugotovili so, da se pri otrocih izboljšajo kognitivne in govorne sposobnosti ter sposobnost koncentriranja. Delfini lahko ugodno

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

vplivajo tudi na otroke, ki trpijo za posledicami posttravmatskega stresa², pri uporabnikih z Downowim sindromov³, mišično distrofijo⁴, avtizmom⁵, bulimijo, rakom in disleksijo⁶ se je pokazalo povečanje zaupanja in samospoštovanja. Uspehi pa so zabeleženi tudi pri zdravljenju fobij iz otroštva, jecljanju in cerebralni paralizi. Ko so preučevali dogajanje v človeškem telesu ob stiku z delfini, so ugotovili, da je v možganskih tokovih prišlo do sprememb, ki so povzročile učinkovitejše delovanje možganov, zasledili pa so tudi spremembe v sestavi krvi, povečana je bila namreč koncentracija endorfinov, ki povzročijo globoko sprostitvev. Plavanje z delfini naj bi stimuliralo imunski sistem, vse te spremembe v človeškem telesu pa naj bi povzročil ravno delfinov ultrazvočni sonar. (Suhadolnik, 2002, str. 86; povzeto po Tof, 1998, Rot, 2001)

International Dolphin-Assisted Therapy and Research Association IDATRA je pomembna organizacija, ki promovira ustrezne terapevtske standarde in izobražuje terapevte in uporabnike na področju terapij z delfini. Terapevtski program Echo je namenjen otrokom s psihičnimi odstopanji (Downov sindrom, avtizem), starih od štiri do sedemnajst let. Pripravljajo hrano za delfine, jih opazujejo s čolna, se učijo in običajno niso z njimi v vodi. To je deveturni program, ki poteka dvakrat tedensko po pet tednov. Program Spinner je program za zviševanje samopodobe in samozavesti. Delajo tudi z živalmi kot so želve, morski psi, vidre, uporabniki terapije jih predvsem opazujejo, hranijo in se na ta način tudi mnogo naučijo. Program je razdeljen, omogočena pa jim je tudi vožnja s čolni. Program Waterwheels je program za invalide v vozičkih, ki so postavljeni na splave, kjer so skupaj s svojimi spremljevalci. Cilji, ki jih želijo s tem doseči pa so podobni kot pri ostalih programih. IDATRA ponuja tudi program Slide, kjer delfin vleče uporabnika terapije po vodni površini, občasno ga lahko tudi zajaha, na ta način bolje spoznava žival, hkrati pa so opazne tudi spremembe v obnašanju in počutju.



Slika 7: Terapija, ki uporabnikom pomaga na poti do fizičnih in psihičnih sprememb

² Posttravmatski stres oziroma posttravmatske motnje (PSTP) lahko nastopijo bo hujših poškodbah, zlomih

³ Downow sindrom je bolezen upočasnjene duševnega razvoja zaradi kromosomske nepravilnosti (gre za trisomijo enaindvajsetega kromosoma)

⁴ Mišična distrofija je progresivna oslabelost mišic oziroma upadanje mišične moči

⁵ Avtizem je nevrološko - biološka razvojna motnja, pri kateri je prizadet predel za komunikacijo in socialne odnose

⁶ Disleksija je poseben način odzivanja in delovanja živčnega sistema na zunanji svet. Človek z disleksijo deluje predvsem pod vplivom desne možganske poloble, medtem ko je pri večini močnejša leva.

2.4 RAZŠIRJENOST ŽIVALSKÉ TERAPIJE V SLOVENIJI

O terapijah z živalmi se v Sloveniji govori že zelo dolgo, toda še vedno to ni tisto stanje, ki bi si ga želeli. Slovenci smo sicer že seznanjeni s stališči in napotki konference Mednarodne organizacije za sožitje z živimi bitji LAHAIO, ki strokovno vrhunske kongrese prireja vsake tri leta, žal pa na njih nimamo predstavnika. Oktobra, leta 2004 so v Glasgowu, med drugimi pomembnimi temami, odločno opozorili na veliko neravnovesje med opravljenimi znanstvenimi raziskavami o odličnih učinkih živalskih terapevtov na človeka ter premajhna uporaba terapij z živalmi v praksi. V Sloveniji natančnih informacij žal ni, namreč v terapevtske namene ni opravljenih novejših in popolnih analiz, ki bi lahko olajšale oziroma dovoljevale korektno pisanje o problemu, ki močno zadeva tudi nas. Z dosedanjim stanjem ne moremo biti ravno zadovoljni, kljub temu nam je na voljo ogromno tuje literature o tem, knjižnice nekaterih visokih šol in fakultet pa se lahko pohvalijo z diplomskimi nalogami na dotično temo.

Kot pozitivno izjemo lahko obravnavamo tudi področje terapevtskega jahanja, hipoterapije, ki ga že vrsto let pri nas uspešno izvajajo v nekaterih naših zavodih, na primer v zavodu dr. Marjana Borštnarja v Dornavi, v zavodu za usposabljanje invalidne mladine v Kamniku, konjeniškem klubu Celje, centru za usposabljanja invalidnih otrok "Janko Premrl Vojko" v Vipavi, poslužujejo pa se ga tudi v Zavodu za slepo in slabovidno mladino, morda pa tudi že kje drugje. Dokaz da zmoremo in da se lahko živalska terapija močno razširi tudi pri nas, pa je prvi strokovno izšolani terapevtski par, Petra Štrus in njen bernski planšar Gal, ki sta se izšolala v Avstriji, ker pri nas zaenkrat podobnih tečajev še nimamo. Toda graditi je potrebno na tem kar imamo, namreč vedno je lahko govoriti o zastavljenih ciljih, toda če ti ostanejo nerealizirani, ker nimamo primernih ljudi, ki bi terapije izvajali, smo zopet na začetku. V veliko pomoč nam je lahko konstantno razvijanje lastnih oblik terapevtskih dejavnosti in podpora tistim, ki že sedaj svoj prosti čas izkoristijo in vložijo v aktivnosti z živalmi.

Med hišnimi ljubljenci, ki jih v Sloveniji največkrat uporabljamo za aktivnosti z živalmi so številčno seveda najbolj zastopani psi, pa tudi mačke. Toda za uspešno izvajanje terapije je povsod, tako v tujini, kot pri nas, zaželen oziroma dejansko potreben idealni par, ki se popolnoma ujame, torej kvalificirani terapevt na določenem področju (fizioterapevt, psihoterapevt, logoped, itd.) in njegov lastni pes. Ob tem je najbrž popolnoma razumljivo, da je terapija uspešna, kajti kvalificirani terapevt si lahko na svojem področju, ki ga obvladuje, sam izbere primerno obliko terapije oziroma si načrt za to napravi sam po lastnih merilih, ki ustrezajo tako njemu, kot živali s katero se bo tega lotil.

Če pogledamo z druge strani, pa imamo Slovenci, pred drugimi državami na svetu, veliko prednost – našo teritorialno in številčno majhnost ter ambicioznost. Če k temu prištejemo že možnost uporabe medmrežja in širjenja informacij ter komuniciranje na tak način, smo na odlični poti s ciljem, tudi v tem, česar se lotevamo. Za napredek je pomembna tudi popularizacija, težko razvijamo nekaj o čemer ljudje ne vedo ničesar oziroma nekaj za kar ni zanimanja. Velika zasluga za medijsko popularizacijo gre internetnim medijem, ki vedno več poročajo o tovrstnem načinu zdravljenja, objavljajo članke ter nas na tak način osveščajo, pa tudi revijam in časopisom (še posebej takšnim z živalsko tematiko, na primer Lord, Kinolog). Področij, kjer bi pri nas lahko začeli ali nadaljevali z aktivnostmi (AAA), pa ne samo s tem, tudi s terapijami z živalmi (AAT), je pri nas ogromno. Toda življenje posameznikov s hišnimi ljubljenci oziroma domačimi živalmi je individualna zadeva, odločitev vsakega posameznika, še nekoliko bolj problematično pa je vzpostavljanja stikov živali s tujci. Ne glede na vse pa je pred nami še veliko nalog, ki jih bomo morali postoriti, če želimo, da se terapija razširi še kam drugam, ne samo v domove za starejše občane, kjer je že sedaj kar precej zaželena oziroma uporabljana. Seveda se odpira tudi področje dela z otroki in mladimi,

pa tudi v varstvenih centrih za ljudi s posebnimi potrebami. Trudijo se tudi za uvajanje posebnih programov v centre za odvajanje od drog in rehabilitacijo, v zdravstvenih zavodih in bolnišnicah pa so možnosti za uvajanje terapij z živalmi odprte zgolj tam, kjer osebje razume smisel in pomembnost teh terapij in je živalim naklonjeno. Navsezadnje je tudi v zaporih na Dobu pri Mirni že pred mnogimi leti vzniknila vzreja kraških ovčarjev, edine slovenske avtohtone pasme.

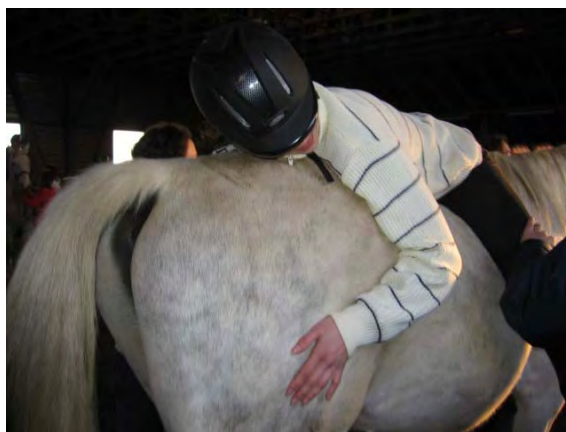
2.4.1 Terapevtsko jahanje oziroma hipoterapija

Vse odkar je človek udomačil konja, mu le-ta služi kot pomočnik, partner in prijatelj. To dejstvo je v zadnjih nekaj desetletjih postalo odločilen adut pri razvijanju terapevtskega jahanja oziroma hipoterapije. Terapevtsko-pedagoško jahanje in voltažiranje pomeni terapijo ob konju, s konjem, na konju in s pomočjo konja. Konji v igri in soočanjih z otroci nastopajo kot pedagogi, ki vzgajajo na skorajda samoumeven način in uporabnikom omogočajo, da iz ljubezni do živali premagajo samega sebe, saj konj potrebuje nego in hrano vsak dan, neodvisno od vremena in brez izjem. Omogočeno je tudi pridobivanje tako pozitivnih kot negativnih izkušenj, izpolnitev prostega časa, ki ga sicer tratijo z dolgočasjem, stik z enako mislečimi vrstniki, ki se praviloma razvije v dolgoročna prijateljstva.

Terapijo izvaja pedagog, psiholog, specialni in rehabilitacijski pedagog, defektolog, specialni pedagog ali socialni pedagog, ki je opravil dodatno izobraževanje na področju terapevtsko-pedagoškega jahanja in voltažiranja ter si pridobil status inštruktorja jahanja, ki ga podeljuje Slovenska konjeniška Akademija. Tudi terapevtsko-pedagoško jahanje se izvaja pod zdravniškim nadzorom, zdravnik pa prej poda mnenje o primernosti jahanja za vsakega udeleženca terapevtskega jahanja posebej.

Tovrstno zdravljenje je primerno za otroke, mladostnike in odrasle:

- osebe z motnjami v duševnem razvoju,
- slepe in slabovidne,
- gluhe in naglušne,
- osebe z govorno – jezikovnimi motnjami,
- gibalno ovirane osebe,
- osebe s primanjkljaji na posameznih področjih učenje
- osebe z motnjami vedenja in osebnosti



Slika 8: Utrinek iz izobraževanja o terapevtskem jahanju (vir: <http://www.nakonju.si>)

Vplivi na razvoj senzomotoričnega področja

Opaziti je izboljšanje ravnotežja, koordinacije in večje reakcijske sposobnosti, poleg tega se izboljša drža, otrok, mladostnik oziroma vsak prejemnik terapije je bolj sproščen, obenem pa lažje zaznava svoje telo in na tak način vzpostavlja kontrolo nad samim seboj.

Vpliv na razvoj emocionalno-kognitivnega področja

Poviša se koncentracija, izboljša se motivacija (tudi zaradi same prisotnosti živali, ki pomaga pri premagovanju naporov), zaznavanje razpoloženj in prepoznavanje reakcij drugih živih bitij, sprejemanje, priznavanje in premagovanje strahov, krepitev občutka samozavesti in zaupanja v lastne zmogljivosti, zvišanje frustracijske tolerance in večji občutek zadovoljstva.

Vplivi na razvoj socialnega področja

S pomočjo terapij se učijo pravih reakcij v vedenju ter kontroliranja le-teh, učijo se sprejemanja drug drugega, tudi drugih živih bitij, izgradijo občutek odgovornosti (pa ne zgolj do živali), prepoznavajo in upoštevajo skupno postavljena pravila, učijo se sklepati kompromise, se trudijo in vsakomur ponudijo pomoč, hkrati pa jo tudi sprejmejo, če je ponujena njim, zmanjšajo agresijo oziroma jo znajo lažje kontrolirati, med terapijo pa se lahko spletejo tudi prijateljske vezi, zato pa mnogo lažje vzpostavijo zaupljive odnose do konja, terapevta in drugih jahačev.



Slika 9: Terapevtsko jahanje v Starošincih – fundacija Nazaj na konja (vir: <http://www.nakonju.si>)

Beseda hipoterapija je sestavljena iz dveh grških besed, hippos [gr. konj] in therapeia [gr. zdravljenje]. Je oblika medicinsko-fizioterapevtskega zdravljenja s pomočjo konja, ki vpliva na jahača s svojim tridimenzionalnim gibanjem. Terapevtova naloga je usklajevanje odzivov pacienta na konjevo gibanje glede na zastavljene cilje oziroma želene učinke. Pozitivni vplivi hipoterapije so vidni na telesnem, emocionalnem, duševnem in socialnem področju razvoja jahača oziroma pacienta. Hipoterapijo lahko predpiše zdravnik različnih strok (ortoped, pediater, fiziater, splošni zdravnik, psihiater, itd.). Izvaja jo fizioterapevt, ki je opravil dodatno izobraževanje na področju hipoterapije, ki se izvaja v nekaterih državah Evropske unije (Nemčija, Avstrija, Švedska), ter pridobil status inštruktorja jahanja, ki ga podeljuje Slovenska konjeniška Akademija. Dodatno je potrebna tudi prisotnost vodnika konja in po potrebi enega ali dveh pomožnih terapevtov oziroma pomočnikov.

Hipoterapija je primerna za:

- osebe z boleznimi centralnega in perifernega živčnega sistema (cerebralna paraliza, diskinezija, multipla skleroza)
- osebe z boleznimi gibalnega aparata
- osebe z genetskimi motnjami (Downow sindrom)
- osebe z ortopedskimi motnjami
- osebe, ki potrebujejo rehabilitacijo po nesrečah
- osebe, ki potrebujejo rehabilitacijo po možganski kapi

Učinki hipoterapije:

- uravnavanje mišičnega tonusa
- izboljševanje ravnotežja, koordinacije in reakcijskih sposobnosti
- povečanje gibljivosti medeničnega dela, kar vpliva na gibčnost kolkov in pomaga ohranjati ravnotežje hrbtenice
- stabilizacija in mobilizacija glave, trupa in udov
- olajšano učenje neodvisnega sedenja, stoje, hoje

2.4.2 Terapija s psom

Že vrsto let nezapisana poročila in objavljeni podatki nakazujejo, da domače živali lastnikom resnično zdravstveno koristijo. Dovolj zgovoren dokaz, da božanje oziroma dotikanje psa, na nas resnično učinkuje sproščujoče, so številne uspešne terapije, ki jih ob pomoči psov, izvajajo tudi pri nas.

V Sloveniji so trenutno najbolj znani Ambasadorji nasmeha, Katarina Vertin, Petra Štrus in Špela Juršič so se odločile, da bodo svojo ljubezen do ljudi in živali razdajale na drugačen način. Ime – Ambasadorji nasmeha – samo najbolje predstavi njihovo poslanstvo, kamorkoli pridejo, želijo vzbuditi nasmeh na obrazu, pa čeprav le za trenutek, saj ga v ozadju večkrat spremlja huda bolečina, žalost, osamljenost ali le dolgočasje. Vodnice so s svojimi psi delovale v več ustanovah v Sloveniji – Osnovna šola Jela Janežiča, CIRIUS (Zavod za usposabljanje invalidne mladine) Kamnik, Psihiatrična klinika Ljubljana, Zavod za slepo in slabovidno mladino Ljubljana.



Precej poznana sta tudi Marijan Kovačič in psička Odra, ki je izšolana kot reševalni pes za iskanje pogrešanih oseb na težko dostopnih terenih. Po izpitih aktivno deluje že polnih osem let.

Pri nas pa deluje tudi psička Teeta, z vodnico Bredo Kralj, s katero sem tudi sama stopila v stik. Več o njej in njenem delu pa v nadaljevanju.

Slika 10: Ambasadorji nasmeha v OŠ Jela Janežiča
(vir: <http://www.ambasadorji.org>)

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

Vsaka oseba z motnjo v razvoju zahteva individualno obravnavo, saj so motnje in težave, ki jih spremljajo zelo specifične in pri vsakem prejemniku terapije drugačne. Govorne motnje so pogosta težava otrok s kombiniranimi motnjami. V tabeli so navedeni splošni cilji, ki naj bi jih uporabniki skozi terapije dosegli ter aktivnosti, s pomočjo katerih naj bi bili zastavljeni cilji uresničeni. Vodnik psa mora cilje in seveda tudi aktivnosti zelo dobro poznati, hkrati pa se mora znati prilagajati osebi, ki je vključena v terapijo.

Splošni cilji	Aktivnosti
povečan vokalni volumen, podpora dihanju	poklicati psa in mu poveljevati z različnih razdalj
povečana vokalna jasnost in jezikovna produkcija	uporaba katerihkoli ukazov psu, pogovor s psom
izboljššan spomin	pomniti kako je psu ime, pasma, starost; zaporedje ukazov, pomniti stvari, ki jih je pes prinesel
uporaba primernih ukazov, gest	uporabljanje ukazov, poklicati psa in ga spodbuditi k izvajanju trikov, usmerjati psa skozi vajo s pomočjo uporabe rok
prepoznavanje predmetov	usmerjati psa, da prinese določene znane predmete (žogice, žlice)
kategorizacije	usmerjati psa, da prinaša stvari v določene vrstnem redu (skupinsko, abecedno)
verbalno izražanje	vzpodbujati uporabnika, da opisuje predmete in se pogovarja o živali
pozornost, koncentracija	pozornost na psa, nalogo, terapevta, sodelujoče pri terapiji, enakomerno razdeliti pozornost

Tabela 2: Zastavljeni cilji in aktivnosti za napredek uporabnikov z govornimi motnjami (Krajnc, F.)

Tako kot v govorni terapiji, tudi v delovni oziroma fizični terapiji obstajajo aktivnosti, ki naj bi jih uporabniki, to so osebe z motnjami v motoričnem razvoju, starostniki in druge osebe z različnimi poškodbami, boleznimi, ki prizadenejo predvsem gibalno, opravljali za doseg zastavljenih ciljev. V tabeli so zapisani predvideni cilji in aktivnosti s katerimi bi naj te cilje dosegli

Splošni cilji	Aktivnosti
povečano gibanje zgornjih udov	vreči predmet, pes ga prinese; uporaba ročnih signalov za ukaze psu, uporaba vrvice za psa, božanje, trepljanje, krtačenje
ravnotežje	božanje, trepljanje, krtačenje psa iz različnih pozicij (sede, kleče, stoje); metanje predmetov psu iz različnih pozicij
mobilnost	pes hodi s uporabnikovim vozičkom
izboljššana telesna koordinacija	doseganje predmetov, ki jih pes prinese, česanje in božanje psa, metanje večjih predmetov psu
tonska inhibicija	božanje in česanje psa pripomore k sprostitvi

Tabela 3: Zastavljeni cilji in aktivnosti za napredek uporabnikov z motnjami v motoriki (Krajnc, F.)

2.4.2.1 Psička Teeta in vodnica

Terapijo s psi v prvi vrsti izvajata vodnik psa in njegov pes, ki mora poznati ustrezna povelja, ki se uporabljajo med terapijo. Prav tako sodeluje tudi delovni terapevt, ki mera oziroma dokumentira napredek, ki naj bi ga uporabnik dosegel med terapijo in skupaj z vodnikom zastavi cilje, ki naj bi bili doseženi v prihodnje.

Trenutno Breda Kralj in Teeta delo opravljata v Centru za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič in ker sem želela поблиžje spoznati njuno delo sem nekaj vprašala tudi v tej smeri. Žal obisk kakšne izmed terapij ni bil izvedljiv, ker imata opravka z otroci z avtizmom in Downowim sindromom, ki se morajo med terapijo popolnoma skoncentrirati in jim prisotnost kakršnekoli druge osebe pred škoduje kot koristi, sem pa bila deležna podrobnejših opisov dela in napredka otrok.

Način izvajanja terapije:

- skupinske igre z mobilnimi, ampak motenimi, otroci – skrivalnice, psička išče žogice, otroci pa jo vzpodbujajo;
- s preprostimi 'zdravniškimi pripomočki' psički merijo temperaturo, ji dajejo 'zdravila', jo pokrivajo;
- učijo se oskrbe in nege psa, psičko krtačijo, iščejo klope, za njo pobirajo iztrebke, skrbijo, da ima vedno na voljo vodo;
- otroci jo učijo, kar krepi njihovo samozavest (psička je naučena ubogati, na ročne signale, kogarkoli)
- z nemobilnimi otroci psička dela na tleh, hodi med njimi, otroci pa jo božajo, vlečejo za rep, psička jih liže, leži poleg njih, gibati pa se mora tako, da se otroci, v nebogljenem položaju ne splašijo



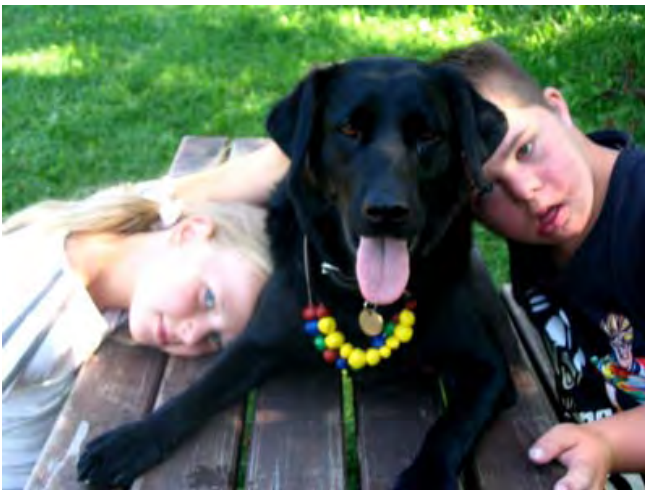
Slika 11: Psička Teeta s prejemniki terapije, foto: Breda Kralj

Odzivi in napredek otrok ob prisotnosti psice v prostoru:

- otroci med prisotnostjo psičke nehajo ugovarjati;
- otrokom psičkina ubogljivost počasi dviguje samozavest, namreč končno nekdo uboga tudi njih;
- olajšano delovanje domišljije in iznajdljivosti, nekatere vaje so namreč oblikovane tako, da morajo otroci prispevati tudi svoje domislice (kaj bi naredil, če bi se izgubil tvoj pes?);
- nestrpni otroci postanejo nežni;
- ob enoličnosti otroci postanejo živčni in grobi, psička pa je v njihov vsakdan prinesla veliko novega, ob njej se lahko raznežijo, nekateri ji celo pripovedujejo svoje življenjske zgodbe (terapevti zlahka trdijo, da je psička kot nekakšen filter za izpovedovanje in lajšanje travm, ki jih doživljajo otroci);
- živahni otroci imajo možnost gibanje brez omejevanja, h gibanju jih spodbuja sama psička
- v določenem času se nanjo navežejo do te mere, da začnejo po njenih obiskih meriti dolžino tedna (določeni so nad njo navdušeni preveč, redki pa sploh ne)
- otroka, ki ne prenese fizičnih kontaktov, je psička sčasoma zelo očarala, na vzpodbudo jo boža, meče žogico (delovna terapevtka, ki je že dolgo delala z njim, kaj takšnega še ni videla, zato so Teetini obiski po njenem mnenju spremenili vzorec njegovega obnašanja in strahov)



Slika 12: Teeta na taboru v Zgornji Kungoti, foto: Breda Kralj



Slika 13: Psička Teeta z otrokoma, foto: Breda Kralj

BREDA KRALJ

Oblikovalka Breda Kralj se že trinajst let ukvarja in sodeluje v številnih umetniških projektih,



danes pa je znana svetovalka za spreminjanje vedenjskih vzorcev živali, specializirana za popestritev življenja živali v ujetništvu, vejo biologije z bolj znanim angleškim izrazom Animal Enrichment. Je ena redkih strokovnjakinj na Slovenskem, ki ustvarja programe za izboljšanje počutja živali v živalskih vrtovih, reji in v domači oskrbi. Breda Kralj, znana in cenjena zaradi svojih privlačnih in inventivnih terapijskih prijemov, je sodelovala s številnimi zoološkim vrtovi po svetu. O razumevanju živali in njihovih potreb predava doma in po svetu, aktivno pa sodeluje kot svetovalka za reševanje problemov človekovega sožitja z živalmi. V okviru aktivnosti na področju sožitja med človekom in živaljo, Breda Kralj s svojo terapijsko psico Teeto pomaga otrokom s posebnimi potrebami v Zvezi društev za cerebralno paralizo Slovenije – Sonček in v Centru za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič CUDV DRAGA.

Slika 14: Breda Kralj in Teeta

PSIČKA TEETA

Bolj kot vrsta in pasma živali sta pomembna njen karakter in temperament, ne smemo pa pozabiti tudi na primerno izšolanost. Teeta je tako opravila šolo osnovne poslušnosti, uspešno končala Animal Assisted Therapy program in se izšolala za delovnega terapevta. Prav gotovo je jasno, da je prava zvezda, kjerkoli se pojavi, otroci s posebnimi potrebami, s katerimi dela, skrbijo zanjo, ji pripravljajo hrano, izdelujejo različne predmete, hodijo na sprehode, se z njo pogovarjajo in tekmujejo. Tako Teeta opravi s svojim napornim delavnikom, ki pa ga more vedno dojemati kot igro. Z vodnico ogromno delata z ljudmi, ki se sploh ne morejo premakniti in tako mnogi prvič v življenju vidijo pasji smrček, stik z živaljo pa jih na sploh popolnoma očara. In ko Teeta, po nekaj obiskih, začne otroke še ubogati, jim namenjati večjo pozornost, so nad tem popolnoma navdušeni. Ker je socializirana, mirna in predvsem kaže zanimanje za ljudi si kaj kmalu pridobi zaupanje uporabnikov terapije, ki so se ji pripravljene popolnoma odpreti. Otrokom tako živalska terapija nudi boljše vključevanje v družbo, vzbuja jim pozitivno mnenje o sebi in izboljšuje njihovo telesno počutje.

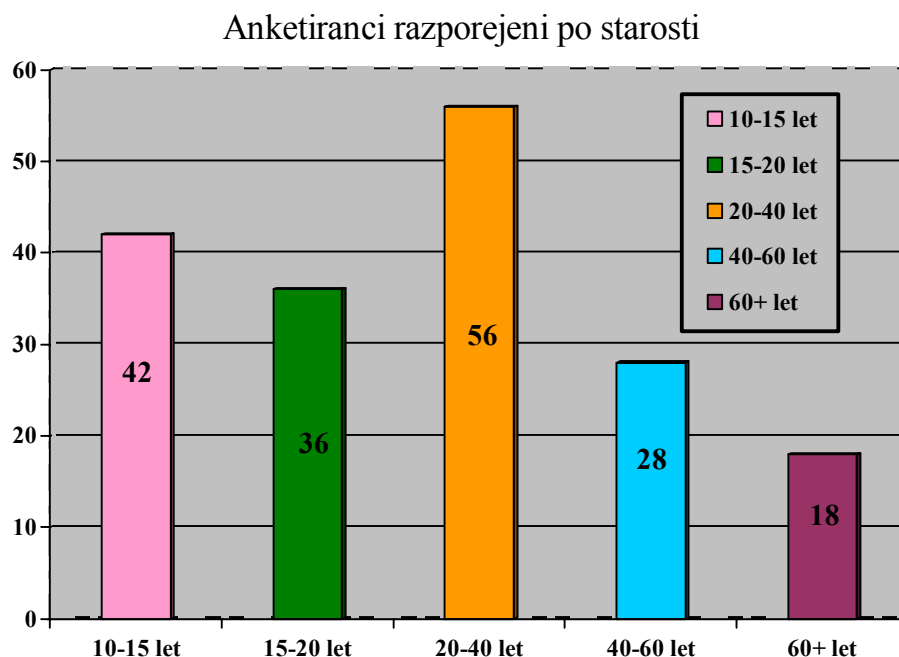
3 ANKETA

Z anketo, ki sem jo izvedla sem želela izvedeti predvsem to kakšne so predstave ljudi o terapevtskih živalih, koliko o njih vedo, pa tudi njihovo splošno mnenje o sodelovanju živali pri izvajanju terapije. Sprva sem želela rezultate porazdeliti glede na stopnjo izobrazbe in na ta način tudi oceniti poznavanje tovrstnih terapij, vendar se je to kaj kmalu izkazalo za težko izvedljivo. Ker je marsikdo zavrnil anketiranje, bi bilo iz vsake izobrazbene skupine izredno težko pridobiti povsem enako število rešenih anket.

Ravno zaradi tega problema sem se nekoliko kasneje odločila za anketiranja preko spleta, forumi z živalsko tematiko, kjer se zbirajo ljubitelji živali različnih starostnih skupin, pa tudi drugih spletnih strani, da bi dobila raznolike odgovore in tako čimbolj relevantne rezultate. Tako sem skupaj anketirala sto osemdeset (180) ljudi, različnih starostnih skupin in izobrazbe ter seveda različnega pogleda na živali, njihovo sodelovanje pri terapijah in vplivu na boljše počutje ter na splošno kvalitetnejše življenje.

3.1 Analiza ankete

3.2 Starostna skupina

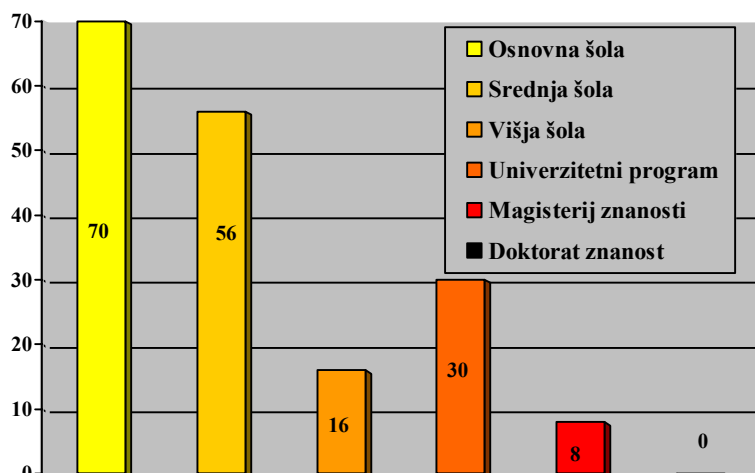


Graf 1: Anketiranci, razporejeni po starostnih skupinah

Vsega skupaj sem anketirala sto osemdeset ljudi, od tega največ takih, ki sodijo v starostno skupino od 20-40 let, kar je razvidno tudi iz grafa. Predvidevala sem sicer, da bom pridobila največ odgovorov iz starostne skupine od 10-15 let, namreč prav mladi najraje izpolnjujejo ankete. šestintrideset in osemindvajset anketirancev sodi v skupini od 15-20 let in 40-60 let, nekoliko manj pa je tistih, starejših do šestdeset let. Pri nadaljnjih rezultati pa bo razvidno koliko anketiranih iz različnih starostnih skupin se je odločilo za katerega izmed možnih odgovorov v vprašalniku.

3.3 Stopnja izobrazbe

Anketiranci razdeljeni po stopnji izobrazbe

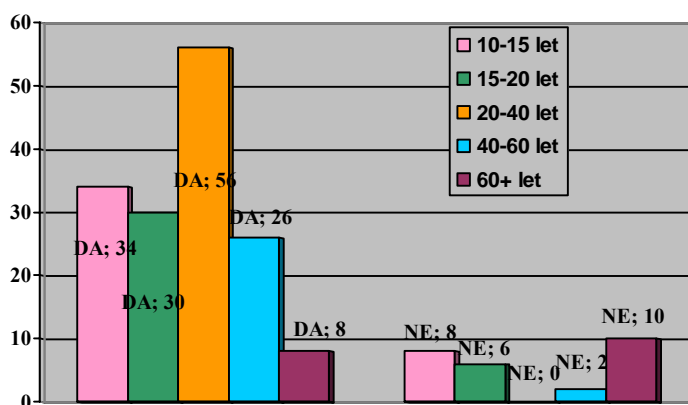


Graf 2: Anketiranci, razporejeni po stopnjah izobrazbe

Prevladujejo anketiranci, ki imajo opravljeno osnovno šolo, teh je kar sedemdeset, sledijo jim anketiranci z opravljeno srednjo šolo (šestinspetdeset), univerzitetnim programom (trideset), višjo šolo (šestnajst), anketirancev z magisterijem znanosti je zelo malo, samo osem, zadnja izobrazbena skupina pa žal ni zastopana.

3.4 Poznavanje terapevtskih živali

Koliko anketirancev pozna terapevtske živali



Graf 3: Koliko anketirancev je že slišalo za terapevtske živali

Na vprašanje koliko anketirancev je kdaj dejansko že slišalo za terapevtske živali in njihovo delovanje je večina sicer odgovorila z da, toda nekaj je bilo takih, ki za njih še niso slišali. Večinoma so to starejši od šestdeset let (več kot polovica za tovrstno terapijo sploh še ni slišala), nekaj je tudi anketirancev iz starostne skupine od deset do petnajst in petnajst do dvajset let, toda le ti ne izstopajo tako močno kot tisti iz najstarejše starostne skupine.

3.4.1 Kje ste slišali za terapevtske živali?

	10-15 let	15-20 let	20-40 let	40-60 let	60+ let
v knjigi	0	4	10	2	0
v filmu	0	0	0	0	0
na spletu	34	28	30	16	4
v dokumentarni oddaji	0	14	36	10	2
v časopisu	6	10	8	14	6
od znanca, prijatelja, sorodnika	12	18	14	22	8

Tabela 4: Kje so anketiranci slišali za terapevtske živali

Na to vprašanje je bilo možno odgovoriti z več odgovori, tako je velika večina anketirancev obkrožila dva, nekateri celo več odgovorov. Jasno je bilo podano, da na to vprašanje odgovarjajo samo tisti, ki so na prejšnje odgovorili pritrdilno. Iz tabele je razvidno, da je največ anketirancev za terapevtske živali slišalo oziroma prebralo na spletu, kar je v današnjem času seveda popolnoma razumljivo. Najlaže je vtipkati par besed v iskalnik in tisto kar iščeš je kmalu pred teboj. Rezultati se precej razlikujejo tudi glede na starostne skupine, tako so pri tem vprašanju odgovor 'na spletu' obkrožili predvsem anketiranci mlajši od šestdeset let.

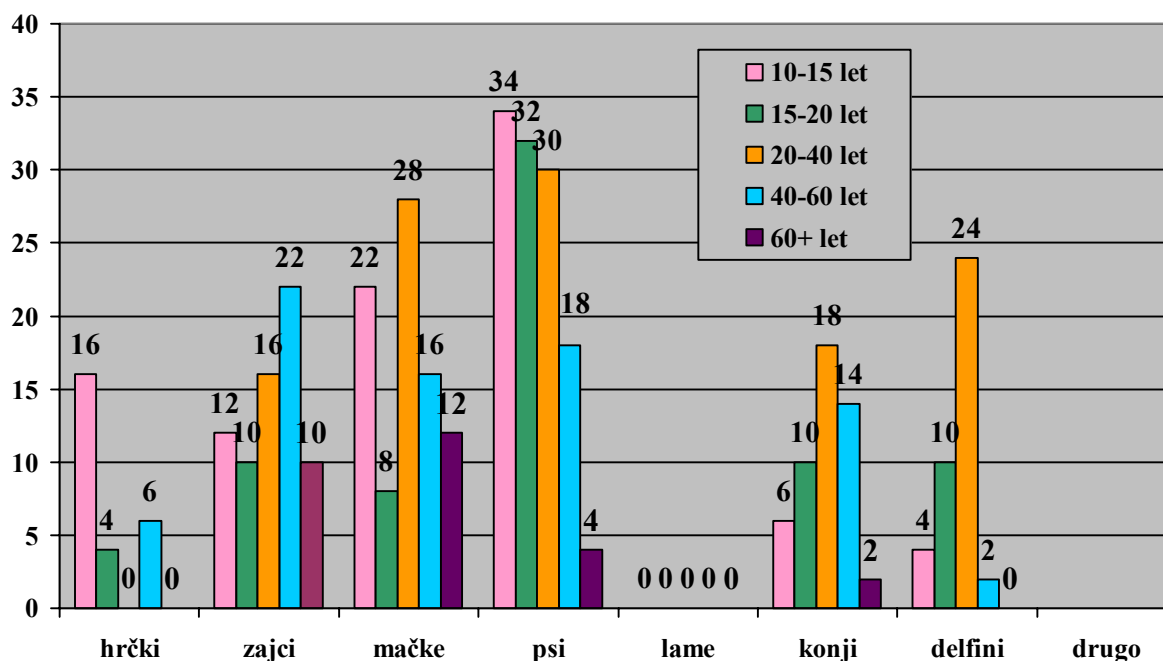
Po skupnem seštevku na drugo mesto sodi odgovor 'od znanca, prijatelja in sorodnika'. Največkrat so ta odgovor obkrožili anketiranci, ki sem jih razvrstila v starostno skupino od štirideset do šestdeset let (kar dvaindvajset), sledijo jim tisti iz starostne skupine od petnajst do dvajset in nad šestdeset. Takšen rezultate sem pričakovala, dobro je, da si prijatelji in znanci izmenjujejo takšne informacije, namreč to pripomore k večji osveščenosti prebivalstva.

Kljub temu, da dokumentarne oddaje o terapevtskih živalih prevladujejo predvsem na tujih programih, je precej anketirancev izbralo tudi to možnost. Po pričakovanjih nihče iz prve starostne skupine o terapevtskih živalih ni izvedel iz dokumentarne oddaje, seveda pa bi se lahko našla kakšna izjema. Kar šestintrideset sodelujočih anketirancev od dvajset do štirideset let, je pri tem vprašanju obkrožilo tudi ta odgovor, zaradi česar bi lahko predvidevala, da so le ti najbolj zainteresirani za takšne in drugačne dokumentarne oddaje (zraven pa je treba šteti tudi določene izjeme).

Ostali odgovori so slabše zastopani, še vedno pa nekoliko izstopa odgovor 'v časopisu', kar je povsem jasno. Če navedem kot primer, sta se prvi strokovno izšolani terapevtski par Petra Štrus in njen Gal velikokrat pojavila v tiskanih medijih, predstavila svoje delo in vpliv na človeka (Jana, Delo, Dnevnik), da ne govorim o revijah s pasjo tematiko, kjer se članki o dotični temi redno pojavljajo.

3.5 Katere živali so najprimernejše za terapijo?

Najprimernejše živali za terapije po mnenju anketirancev



Graf 4: Najprimernejše živali za terapije

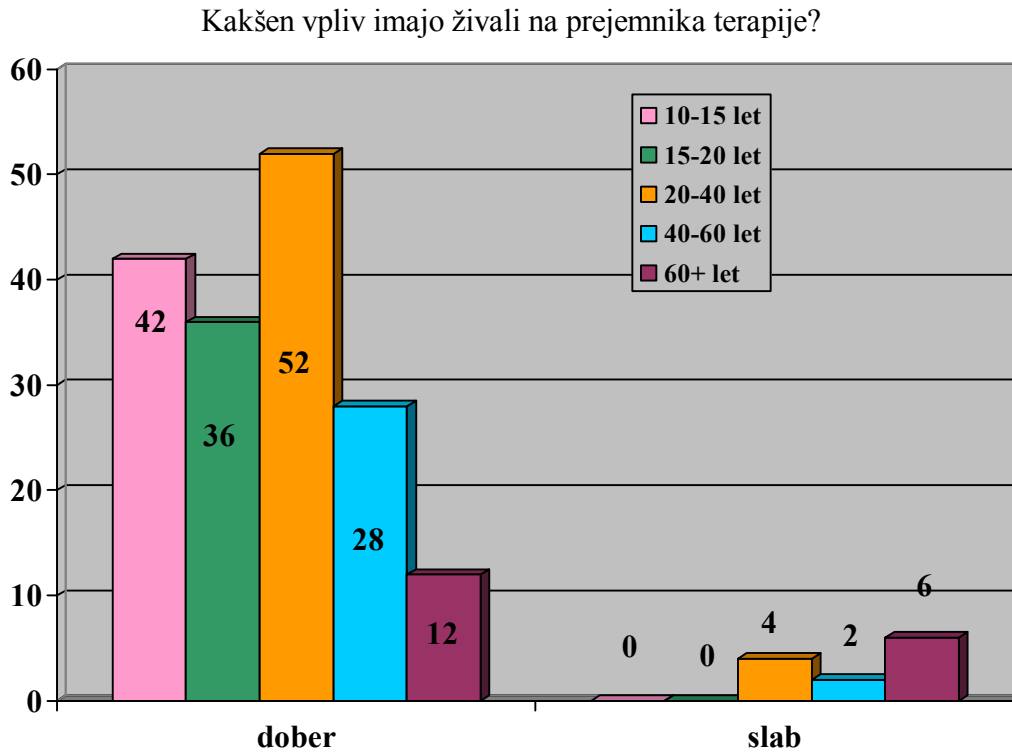
Na vprašanje o najprimernejših živalih za terapije so lahko odgovarjali vsi anketiranci, tudi tisti, ki za njih še niso slišali, tako so namreč lahko izrazili svoje mnenje. V večini primerov so se zato enostavno odločili za živalih, ki jim je najljubša, s katero bi si najraje krajšali čas in jo, v primeru, da bi bili oni prejemniki terapije, najraje sprejeli kot terapevta. Dobila sem precej raznolike odgovore, toda še vedno mislim, da najbolj izstopajo psi, kar pa je konec koncev povsem razumljivo. Terapije s psi so v Sloveniji najbolj razširjene, se o njih največ govori, nekoliko na stranski tir so postavljeni konji, pa čeprav so tudi te živali uporabljane pri nas.

Videti je, da so se anketiranci prve starostne skupine raje odločali za manjše živali, pse, mačke, zajce in hrčke, čeprav se prav zadnji dve vrsti ne uporabljata pogosto, sploh ne v uradno organiziranih terapijah. Možno je, da se za izvajanje aktivnosti z zajčki, odločajo laiki, ker jih je pač najlažje kontrolirati, je pa majhna možnost, da bi se zajec lahko na človeka tako navezal in navadil, kot se lahko pes.

Zanimivo je, da so redki kot možne kandidate za terapevte upoštevali delfine in konje, nihče pa najbrž ni posebno navdušen ali osveščen o tem, da se v tujini velikokrat uporabljajo tudi lame.

Glede na to, da je že precej dobro poznano dejstvo, da imajo psi gospodarja, mački pa služabnika, je neverjetno, da ljudje, kot terapevte prištevajo tudi mačke. Mačke so v večini primerov povsem neuporabne za terapije, en sam poteg za rep, bi se lahko mački zdel preveč, določene živali pa se da izučiti tudi v tej smeri. Na primer pse se v programu, kjer se šolajo za delovne terapevte, navaja na nekoliko bolj grobo igro – cukanje, vlečenje, zato na tovrstne stvari, ob doslednem učenju, počasi ne reagirajo več.

3.6 Vpliv terapijskih živali na uporabnika



Graf 5: Vpliv živali na uporabnika terapije

Na to vprašanje je večina anketiranih odgovorila pozitivno, torej, da imajo živali na prejemnika dober vpliv. Podobno kot pri naslednjem vprašanju, je tudi tukaj dvanajst anketirancev obkrožilo drug odgovor in ga v vseh primerih utemeljilo na podoben način. Niso upoštevali samo gole terapije in vpliva le te na človeka, temveč so že tu poleg vključili navezanost na žival in ločitev od nje, kar naj bi po njihovem mnenju človeku povzročalo precej težav, pa tudi strah pred živalmi.

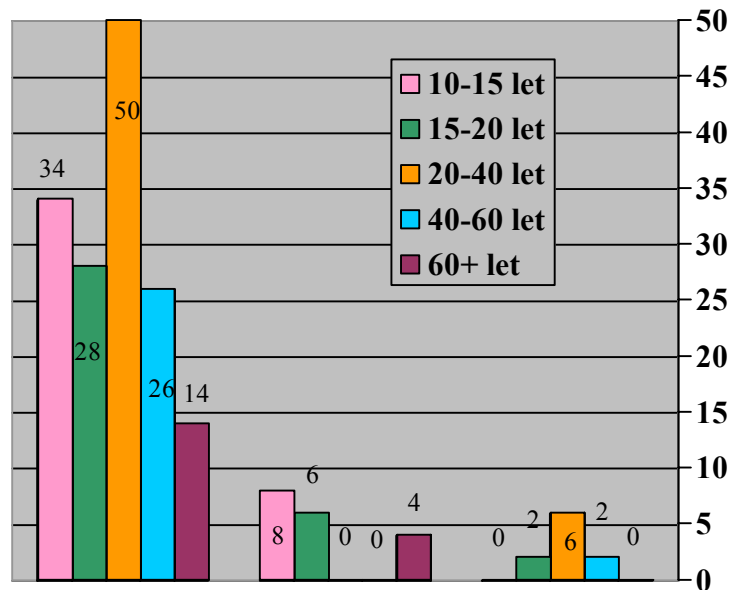
Z več raziskavami po celem svetu je bilo dokazano kako žival človeku pomaga pri premagovanju vsakodnevnih naporov, ga utegne celo spremeniti, na nanj vsekakor vpliva zelo ugodno in tega ne gre zanemariti.



Slika 15: Teeta pri igri, foto: Breda K

3.7 Navezanost človeka na terapevtsko žival

Kako na človeka vpliva navezanost na žival?



	Dober	Ne vem	Slab
10-15 let	34	8	0
15-20 let	28	6	2
20-40 let	50	0	6
40-60 let	26	0	2
60+ let	14	4	0

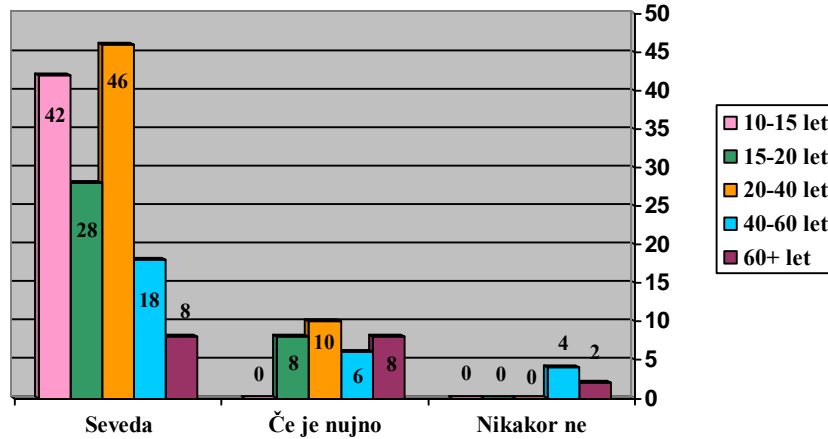
Graf 6: Navezanost človeka na terapevtsko žival

Cilj tega vprašanja je bil, izvedeti kaj si ljudje mislijo o navezanosti za žival, nekateri so to opcijo vključili že v prejšnje vprašanje. Velika večina, kar 84,4% je prepričana, da je dobro, če se uporabnik terapije naveže na žival, jo vzame za svojo in zanjo skrbi kot bi bila njegova.

10,0% anketirancev ne ve, ali je dobro ali slabo, če se človek naveže na žival, najbrž so to takšni, ki doma živali nimajo, niti ne poznajo živali, ki v različnih ustanovah opravljajo terapije. 5,5% vseh anketiranih je mnenja, da navezanost slabo vpliva na človeka, predvsem zaradi ločitve, ki pride, ko je delo končano.

3.8 Obiskovanje zdravstvenih ustanov

Se vam zdi primerno, da živali obiskujejo zdravstvene ustanove?

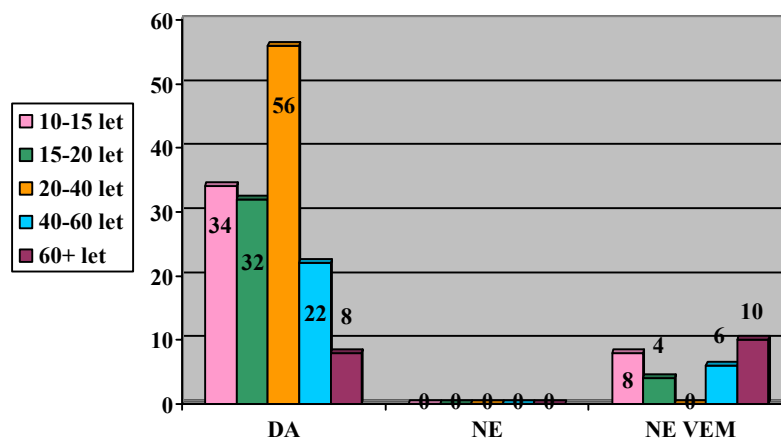


Graf 7: Živali v zdravstvenih ustanovah

Večina anketirancev je na to vprašanje odgovorila s 'seveda', kar je pozitivno, glede na to, da velikokrat pride glede dvomov o higieni. Seveda tu ne gre za velike živali, temveč so to večinoma psi, ki obiskujejo otroke v kliničnem centru ali pa sodelujejo z otroci s posebnimi potrebami. Pomembno bi bilo opozarjati javnost, da so živali, ki prihajajo v stik s človekom v notranjih prostorih, sploh bolnišnicah, kjer so ljudje še bolj dovzetni za kakršnakoli obolenja, v odličnem zdravstvenem stanju in da je za higieno dobro poskrbljeno.

3.9 Uspešnost terapij z živalmi

Mislite, da so terapije z živalmi uspešne?



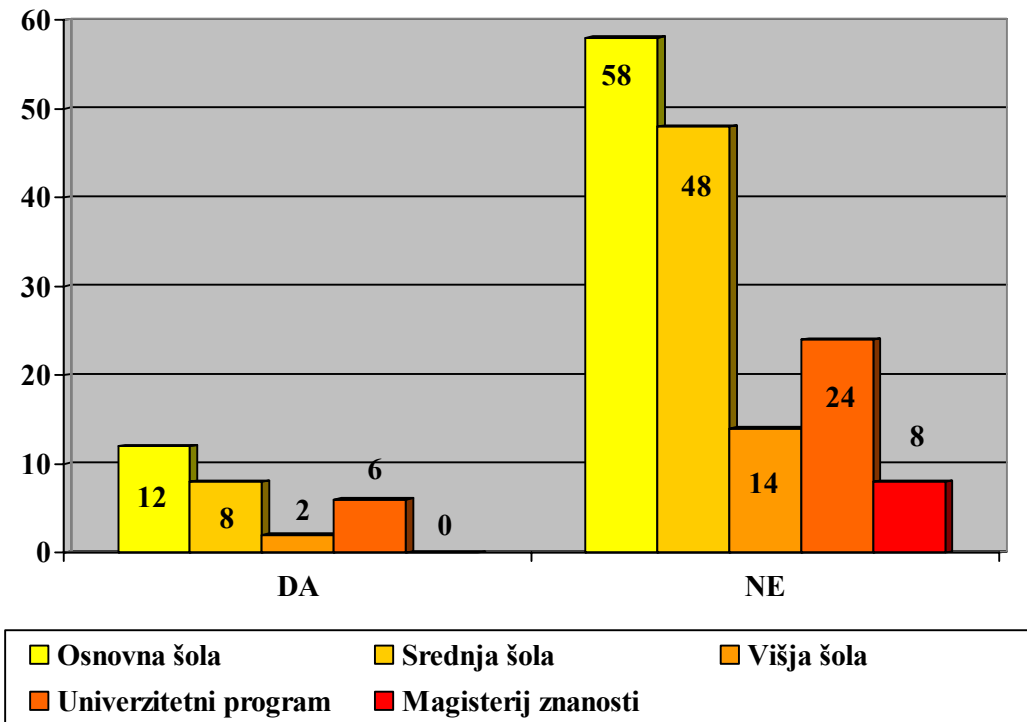
Graf 8: Uspešnost terapij z živalmi

84,4% anketirancev je na deveto vprašanje odgovorilo pritrdilno, torej, mislijo, da so terapije z živalmi lahko zelo uspešne in dejansko so dober način dopolnilnega zdravljenja, ki bo, upam, čez nekaj časa, omogočen čim več uporabnikom. Kar 15,5% anketirancev pa je na to

vprašanje odgovorilo z 'ne vem', kar pa je jasno, glede na to, da nekateri izmed njih za tovrstne terapije sploh še niso slišali.

3.10 Osveščenost o terapevtskih živalih

Mislite, da ste dovolj osveščeni o terapevtskih živalih?



Graf 9: Osveščenost o terapevtskih živalih

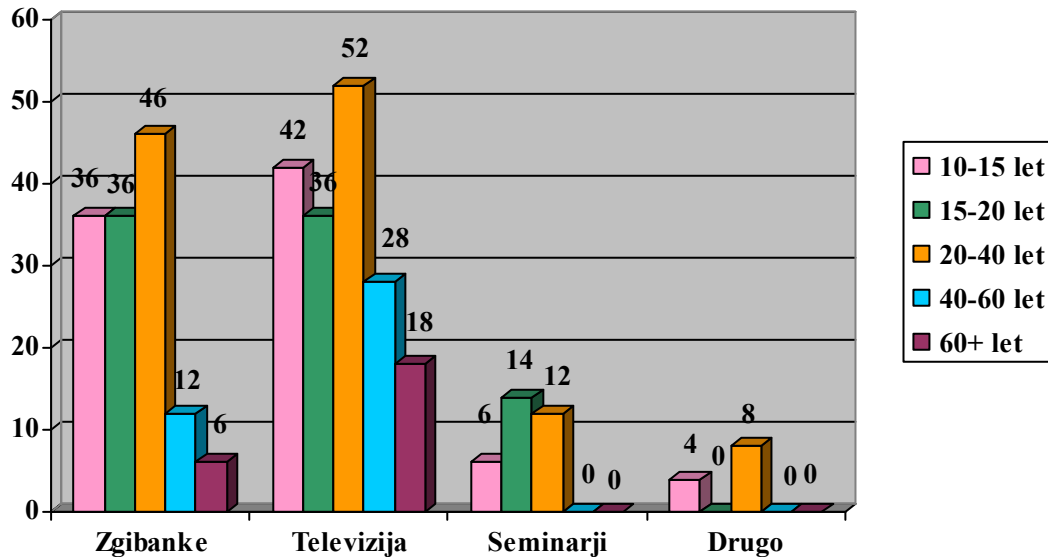
V zgornjem grafu je prikazana osveščenost anketirancev o terapevtskih živalih in glede na to, da jih je velika večina na to vprašanje odgovorila nikalno, nam postane takoj jasno, da bo potrebno, za večjo osveščenost, storiti še marsikaj.

15,5% anketiranih je prepričanih, da o terapevtskih živalih vedo dovolj, so o njih osveščeni in poznajo njihovo delo, toda še vedno mislim, da bi se našle določene stvari, ki jih pozna redko kdo. 84,4% anketirancev je mnenja, da o delu živalskih terapevtov vedo premalo, nekateri celo nič.

Predvidevala sem, da bodo o svoji dobri osveščenosti najbolj prepričani ravno tisti z višjo izobrazbo, toda o enakomernem naraščanju izobraženosti glede na izobrazbo, glede na rezultate, ne morem govoriti. 20% anketirancev z narejenim univerzitetnim programom je sicer prepričanih, da dovolj poznajo terapevtske živali

3.11 Oblike osveščanja

Katere oblike osveščevanja se vam zdijo najprimernejše in najučinkovitejše?



Graf 10: Najprimernejši načini osveščanja po mnenje anketirancev

Ta graf prikazuje oblike osveščanja, ki se anketirancem zdijo najprimernejše oziroma najučinkovitejše. Kot sem predvidevala, se bo večina osredotočila na televizijo, dokumentarne oddaje, ki bi lahko o živalskih terapevtskih poročale več in na tak način osveščale ljudi.

Takoj za televizijo so uvrščene zgibanke, kar 75,5% anketirancev je mnenja, da bi bile informacije v zgibankah in plakatih več kot dobrodošle, in ravno zaradi tega sem tudi sama naredila manjši letak, ki sem ga vključila med predloge. 17,7% vseh anketirancev je upoštevalo tudi idejo o organiziranih seminarjih, nekaj jih je sicer že organiziranih, vendar o tem redkokdaj obvestijo širšo množico.

Dana je bila tudi možnost 'drugo', ki pa jo je izpolnilo 6,6% anketirancev. Največkrat so se pojavljale naslednje ideje:

- okrogle mize v šoli, čim več pogovarjanja o tem;
- več informacij na spletu
- delavnice v šoli, kjer bi spoznavali terapevte

4 PREDLOGI ZA OSVEŠČANJE PREBIVALCEV

Ker sem skozi anketne odgovore ugotovila, da so ljudje glede osveščanja podobnega mnenja, torej, da je tega v današnjem času še vedno premalo, sem se odločila tudi za to, da sama raziščem koliko se je o dotični stvari že govorilo ter tudi sama k temu dodam svoj prispevek.

Velik delež k boljšemu poznavanju terapevtskih živalih predstavlja predvsem splet, marsikomu je pač najlažje v iskalnik napisati par besed in si o tem kaj prebrati, toda to ni vse kar lahko storimo. Čeprav je to zaenkrat še precej nepoznana oblika terapije in zaenkrat še nekoliko slabše zastopana, je na to temo v Sloveniji nastalo že ogromno diplomskih in raziskovalnih nalog, ki so lahko prvi korak k malo boljši izobrazbi o tovrstni aktivnosti.

Vsakdo, ki ga zanima sožitje med človekom in živaljo in je tudi sam lastnik kakšne, ima na voljo ogromno člankov v tiskanih medijih, seminarjev, ki se jih lahko udeleži, predstavitev na televiziji pa nam zaenkrat še primanjkuje. Pa naj slike govorijo same zase.



Slika 16: Delavnica Ambasadorjev nasmeha v Ljubljani, 2006
(vir: <http://www.ambasadorji.org>)



ako je torej stekla prva, povsem naključna ura Petrine kinološke delavnice, ko sta se z Galom povsem prepustila otrokom in njihovim željam.
Slika 17: Kinološka delavnica z Galom in Petro Štrus
(vir: <http://www.ambasadorji.org>)



Slika 18: Terapija na Pediatrični kliniki
(vir: Delo)

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali



Terapevtski pes na Pediatrični kliniki Foto: Luka Cjuha

Slika 19: Terapevtski pes na Pediatrični kliniki
(vir: Dnevnik)

Pri nas je precej dobro poznano tudi Slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali oziroma Ambasadorji nasmeha, ki so s svojim delom začeli jeseni, leta 2004. Že večkrat so s svojim plemenitim delom uresničili cilje in poklonili nasmeh, namreč nasmeh polepša dan.

Njihovo delo je bilo večkrat opaženo in zabeleženo s strani medijev in vsekakor bi bilo dobro, če bi se v tem smislu tudi nadaljevalo. Televizijski prispevki, članki in dokumentarci so namreč dober način za osveščanje množice o dobrem, ugodnem vplivu živali, ne samo na ljudi s posebnimi potrebami, temveč za vse, ki pridejo v stik z njimi.



Terapija s pomočjo živali

V tujini je že dolgo priznana in priljubljena terapija z živalmi za različne ogrožene, občutljive ali kakorkoli prizadete skupine ljudi. Na podlagi dobrih izkušenj na tujem so tudi pri nas Rdeči noski – klovni zdravniki pred tremi leti ustanovili prvo slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali Ambasadorji nasmeha. Odzivi so odlični, motivacija čedalje večja, potrebe po novih »ambasadorjih« pa naraščajo, pravijo.

Terapija s pomočjo živali za ljudi, ki zaradi svojega zdravstvenega stanja ne morejo priti v stik z njimi, si pa to želijo, dokazano pomaga. Zato si društvo želi vzpostaviti mrežo društev, ki bodo delovala po vsej Sloveniji. Želijo organizirati tudi tečaje, s katerimi bodo povečali število izšolanih vodnikov in psov. Le strokovno usposobljeni terapevtski pari bodo namreč lahko pomagali ljudem, tudi tistim, ki ne živijo v glavnem mestu in okolici.

Slika 20: Terapija s pomočjo živali (vir: Jana, 2008)

Razmišljala sem na kak način bi lahko povečali delež ljudi, ki bi se boljše zavedali pomembnosti živali pri vplivu na kvaliteto življenja. Napisala sem nekaj predlogov, pri čemer so mi bili v pomoč tudi predlogi anketirancev in ostala literatura:

- otroci bi morali že v vrtcih prihajati v stik z živalmi, na tak način namreč razvijejo čut za sočloveka, postanejo odgovornejši, skrbnejši ter nežnejši;
- različne oblike izobraževanja za ljudi različnih starostnih skupin (predstavitve terapij, slikovno gradivo, doseženi rezultati)
- z različnimi plakati, letaki, zloženkami
- še večja količina časopisnih člankov
- radijska in televizijska sporočila (prispevki v oddajah namenjenih živalim, jutranjih programih, ...)

Kaj lahko storimo zase doma/v šoli:

- če nam je omogočeno, smo čim večkrat v stiku z živalmi
- če o terapijskem zdravljenju z živalmi določene stvari že vemo, lahko poskrbimo, da svoje znanje prenašamo naprej – se o tem pogovarjamo tudi s sorodniki, prijatelji in znanci
- v šoli (v razredu) organiziramo okroglo mizo in se čim več pogovarjamo o živalih, izmenjujemo mnenja o njihovem vplivu na človeka



Slika 21: Primer plakata oziroma letaka za boljšo informiranost o terapijskih živalih

Ker sem s pomočjo ankete ugotovila, da sicer veliko ljudi pozna terapijske živali, so pa mnenja, da o njih vseeno vedo premalo, sem se odločila, da bom v šoli predstavila svojo raziskovalno nalogo in na ta način vsaj svoje vrstnike opozorila na dober vpliv živali na počutje, življenjski ritem in posledično na zdravje.

5 ZAKLJUČEK IN RAZPRAVA

Živali imajo iskrenost, ki smo jo ljudje že zdavnaj izgubili in ravno zaradi tega so lahko dobri terapevti. Ne morejo delati čudežev, toda lahko so v izjemno veliko pomoč, ko gre za izboljšanje motorike, govornih sposobnosti, zmožnosti hitrejšega razmišljanja, večje domišljije in ustvarjalnosti. In ravno v tak namen se uporabljajo terapevtske živali. Vsakdo, ki je lastnik živali, je o vplivu le te na človeka, že izoblikoval svoje mnenje, mnogi se zaradi tega počutijo bolje, so samozavestnejši in podobno čutijo tudi živali, ki to pokažejo na svoj, prav poseben način. Lahko bi rekli, da je na tak način pakt sklenjen – žival osrečuje človeka, mu nudi nesebično prijateljstvo, človek pa mu to vrača.

Žival je več kot odličen pomočnik, ki delovnim terapevtom olajša komunikacijo z ljudmi, mnogi ljudje so se po stiku z živaljo neverjetno odprli in sodelovanje z njimi je bilo po tem mnogo lažje, enostavnejše kot prej. Čeprav sem bila sama že pred začetkom raziskovanja prepričana o dobrem vplivu živali na človeka, sem želela ugotoviti kakšno je mnenje drugih o tem. Se sploh zavedajo, kako lahko žival marsikomu polepša dan, mu priključe nasmeš na obraz? Kako lahko razveseljujejo otroke, ki na tak način pridejo z živaljo prvič v stik?

Delo se mi je skozi vse izdelovanje raziskovalne naloge lepo porazdelilo, k mojemu delu je veliko pripomoglo že prejšnje poznavanje te teme, namreč že v preteklih letih sem s svojim in prijateljičinim psom večkrat obiskala starostnike v domu za ostarele in tako sem si o delu terapevtskih živali že vnaprej lahko ustvarila določeno mnenje. Poleg tega sem se, na enem izmed uvodnih treningov, sestala tudi z Ambasadorji nasmeha, kjer sem spoznala prvi strokovno izšolani slovenski terapevtski par in nekaj bodočih kužkov, ki bodo kaj kmalu lahko pričeli s svojim delom. Skratka, poskušala sem vzpostaviti stike z več vodniki, ki skupaj s svojimi živalmi obiskujejo razne ustanove, na ta način sem spoznala nekaj laikov, ki aktivnosti izvajajo na lastno pest, toda tudi to je vredno omembe. Pravijo, da je potrebno začeti z malim in biti s tem tudi zadovoljen, poleg tega pa je še vedno čas, da se tovrstne terapije tudi pri nas bolje razvijajo.

Ker mi žal ni bilo omogočeno, da bi naredila raziskavo o vplivu živali na otroke s kombiniranimi motnjami in njihovem napredku (prisotnost kogarkoli drugega bi otroke z avtizmom in Downovim sindromom zelo motila), sem se tega lotila iz drugega vidika. Vzpostavitev stika z behavioristko Bredo Kralj, ki se že dolgo ukvarja s terapijami, je bilo tisto kar mi je omogočilo, da je moja raziskovalna naloga še nekoliko bolj zanimiva, vsaj zaradi tega, ker je dodan način izvajanja terapij, napredek otrok, s katerimi se ukvarja s svojo psičko in hkrati tudi njun delavnik. .

Izvedla sem tudi krajšo anketo, ker se je sprva marsikdo temu izogibal, sem tudi tu ubrala drugačno taktiko. Nekaj rešenih anket sem pridobila po tem, ko sem svoj prispevek z anketo oddala na kakšnem izmed spletnih forumov, v pomoč so mi bili tudi osnovnošolci z Rečice ob Savinji in nekaj dijakov I. gimnazije v Celju.

Preden sem začela z brskanjem med literaturo sem si postavila hipoteze in cilje, ki sem jih nameravala skozi delo doseči:

V prvi sem predvidevala, da **velika večina pozna terapevtske živali ter vpliv na človeka**. Že pri odgovoru na prvo vprašanje ankete je pokazal, da kar nekaj ljudi sicer pozna terapevtske živali, ali pa so za njih vsaj že slišali. Toda podatek, da je 14% anketirancev že na prvo vprašanje odgovorilo z 'ne' je kar malo žalosten. In če na to pogledamo s strani, da je bilo

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

anketiranih zgolj devetdeset prebivalcev, ki so sicer iz različnih območij Slovenije, toda še vedno to ni rezultat, ki bi si ga želeli vsi, ki se trudimo, za večjo prepoznavnost terapevtskih živali v Sloveniji. O vplivu na človeka sta spraševala dva vprašanja, peto in šesto. Peto je bilo postavljeno nekoliko bolj splošno in pri njem večina anketirancev ni oklevala z odgovorom. 6,6% anketiranih je sicer odgovorila z 'ne' in svoj odgovor utemeljila s tem, da se lahko včasih človek preveč naveže na žival in so ob ločitvi vidne posledice, toda to naj bi spraševalo naslednje vprašanje. 4,5% je na šesto vprašanje odgovorilo z 'ne vem', torej, da ne vedo dobro ali ima navezanost na žival dobre ali slabe učinke na uporabnika terapije, 69,3% pa se jih je odločilo za možnost, da navezanost človeka na žival samo še olajša terapijo in ima na človeka vsekakor dober vpliv.

Druga hipoteza je bila, da bo **večina ljudi mnenja, da so za terapevtske živali najprimernejši psi in mačke**. Takoj jo lahko potrdim, to je lahko razbrati iz grafa. Četudi je lahko vsakdo pri tem vprašanju obkrožil več rezultatov, je precej dobro razvidno katere živali se anketirancem zdijo najprimernejše. 76,6% se jih je odločilo za pse, kar je definitivno razumljivo. Zdravilna moč psov in njihovi vplivi so največkrat predstavljeni v tiskanih medijih, pojavljajo se v različnih oddajah, zato se mi je dozdevalo, da bo to prva možnost. 47,7% anketirancev pa se je odločilo za mačke, to se sicer ne sklada s tem, kar o živalih, ki bi naj bile primerne za terapije, piše v literaturi, toda dejansko je mogoče vse. Kot terapevtske živali se mačke ne uporabljajo, vsekakor pa imajo tudi te živali veliko vlogo pri vplivu na počutje vsakega posameznika.

Tretja hipoteza je bila, da so **ljudje z višjo izobrazbo tudi glede te vrste terapije bolj osveščeni kot ostali**. 17,1% anketirancev z osnovnošolsko izobrazbo, 14,2% s srednješolsko, 12,5% z višjo šolo in 20,0% z univerzitetno izobrazbo je prepričanih, da so o terapevtskih živalih dovolj dobro izobraženi. Nihče izmed anketiranih ljudi z magisterijem znanosti pa ni bil mnenja, da o dotični temi ve dovolj – tako lahko ovržem tretjo hipotezo.

Zadnjo, četrto hipotezo, da je **vpliv živali na emocionalne, motorične in verbalne sposobnosti človeka, neverjetno dober in učinkovit**, lahko potrdim s pomočjo prebrane literature. S pomočjo dolgoletnih raziskav je bilo odkrito, da se izboljšajo reakcijske sposobnosti, koordinacija, prejemnik terapije je vedno bolj sproščen, obenem pa vedno lažje vzpostavlja kontrolo nad samim seboj. Poviša se koncentracija, izboljša se motivacija, lažje premagujejo strahove, zvišujejo samozavest, občutijo vedno večje zadovoljstvo ob svojih uspehih, ki jih dosežejo s pomočjo živali. S pomočjo terapij se učijo pravih reakcij, spoznavajo živa bitja in gradijo odnose z njimi, na tak način izgradijo tudi občutek odgovornosti do živali, učijo se sprejemati kompromise in nadzorovati jezo ter agresijo. Vsekakor je to dovolj dober dokaz, da imajo živali resnično dober vpliv na človeka, nanj namreč deluje v dveh pogledih. Ko je potrebno, ga vzpodbudi k aktivnostim in aktivnemu delovanju možganov, spet drugič ga upočasni, umiri in pripravi do treznejšega razmišljanja.

6 VIRI IN LITERATURA

- Seminar Sožitje človek – žival (16.04.2005), Univerza v Ljubljani, Biotehniška fakulteta, oddelek za zootehniko
- Ali lahko živali koristijo razvoju otrok? – Ivan Štuhec (april, 1998), december, 2008
- Ona, 6 (2004), strani 17-19
- Vzajemnost (2001), 2, strani 32-33
- Astro novice, leto XIV, št. 45 (november 2006)
- Veterinarske novice (1996), strani 212-216
- 7D (4. julij, 2001), leto XXIX, št. 27, strani 8-11
- Voelker, R. (december 1996), Tudi ljubezen do psov lahko zdravi. Jama, (6), str. 8
- Vreg, F. (september 1996), Pomen hišnih živali za zdravje in rehabilitacijo, Za srce, 5 (4), str. 9
- Vreg, F. (1996), Etiologija socialnega vedenja, Moj pes, IV (9), strani 16-17
- Vreg, F. (1996), Moč dotika, Moj pes, V (1), 16-17
- Vreg, F. (1996), Pes Črt skrbi za moje zdravje in rehabilitacijo, Moj pes, V (7), 18-19
- Delta Society (2001). About Animal-Assisted Activities and Animal-Assisted Therapy. <http://www.deltasociety.org>, februar, 2009
- Dog-play (1996). What is Animal Assisted Therapy? What makes a good Therapy dog? <http://www.dog-play.com/therapy.html>, februar 2009
- Lubej, Otroci s kombiniranimi motnjami in terapija s psi, Univerza v Mariboru, pedagoška fakulteta, oddelek za razredni pouk
- KVAS, T. 2006. Dotik smrčka dela čudeže, leto XIV, št. 45, str. 13.
- Suhadolnik, 2002, str. 86; povzeto po Tof, 1998, Rot, 2001
- Vetrin Katarina, Ambasadorji nasmeha, ustno sporočilo, 04. 03. 2007
- <http://www.mf.uni-lj.si/jama/jama96-6/html/psi.html>, 01.03.2009
- <http://www.ambasadorji.org/>, 01.03.2009
- <http://www.biol.pmf.hr/e-skola/odgovori112.htm>, 09.10.2008
- <http://www.viva.si/clanek.asp?id=1945>, 12.11.2008
- <http://www.youshi.si/youshi/TP/index.html>, 14.11.2008
- http://en.wikipedia.org/wiki/Therapy_dog, 19.12.2008
- <http://www.mojpes.net/modules/news/index.php?storytopic=139&storynum=5>, 19.12.2008

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

- <http://www.tierealstherapie.org>, 01.03.2009
- <http://www.deltasociety.org/AnimalsResourcesEducation.htm>, 19.01.2009
- http://en.wikipedia.org/wiki/Grief_therapy_dog, 19.01.2009
- <http://www.zdrav-podjetnik.net>, 19.01.2009
- <http://www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=183>, 19.01.2009
- <http://www.dogtrainingraleighnc.net/therapydog.htm>, 05.02.2009
- <http://www.nakonju.si/?id=3>, 19.12.2008, 05.02.2009
- http://www.associatedcontent.com/article/385777/history_of_animalassisted_therapy.html, 05.02.2009
- http://www.medscape.com/viewarticle/545439_3, 12.02.2009
- <http://www2.arnes.si/~osljled17/dogodki/gal/index.htm>, 12.02.2009

7 KAZALO SLIK

Slika 1: Že v antični Grčiji je bil izoblikovan odnos med človekom in živaljo	- 8 -
Slika 2: Sigmund Freud v pisarni na Dunaju, 1937,.....	- 9 -
Slika 3: Nesebičen prijatelj, ki priključuje nasmeh na obraz in solze v oči,	- 10 -
Slika 4: Psiček v domu starejših občanov,	- 11 -
Slika 5: Gal na oddelku za otroško onkologijo in	- 12 -
Slika 6: Prvi stik med delfinom in otrokom, uporabnikom terapije	- 14 -
Slika 7: Terapija, ki uporabnikom pomaga na poti do fizičnih in psihičnih sprememb	- 15 -
Slika 8: Utrinek iz izobraževanja o terapevtskem jahanju	- 17 -
Slika 9: Terapevtsko jahanje v Starošincih – fundacija Nazaj na konja	- 18 -
Slika 10: Ambasadorji nasmeha v OŠ Jela Janežiča	- 19 -
Slika 11: Psička Teeta s prejemniki terapije, foto: Breda Kralj	- 21 -
Slika 12: Teeta na taboru v Zgornji Kungoti, foto: Breda Kralj.....	- 22 -
Slika 13: Psička Teeta z otrokoma, foto: Breda Kralj	- 22 -
Slika 14: Breda Kralj in Teeta	- 23 -
Slika 15: Teeta pri igri, foto: Breda K.....	- 28 -
Slika 16: Delavnica Ambasadorjev nasmeha v Ljubljani, 2006.....	- 33 -
Slika 17: Kinološka delavnica z Galom in Petro Štrus	- 33 -
Slika 18: Terapija na Pediatrični kliniki	- 33 -
Slika 19: Terapevtski pes na Pediatrični kliniki	- 34 -
Slika 20: Terapija s pomočjo živali	- 34 -
Slika 21: Primer plakata oziroma letaka za boljšo informiranost o terapevtskih živalih	- 35 -

8 KAZALO TABEL

Tabela 1: Primerjava med lastniki živali in nelastniki (prirejeno po Podberscek in Gosling, 2000) -	13 -
Tabela 2: Zastavljeni cilji in aktivnosti za napredek uporabnikov z govornimi motnjami	- 20 -
Tabela 3: Zastavljeni cilji in aktivnosti za napredek uporabnikov z motnjami v motoriki	- 20 -
Tabela 4: Kje so anketiranci slišali za terapevtske živali	- 26 -

9 KAZALO GRAFOV

Graf 1: Anketiranci, razporejeni po starostnih skupinah	- 24 -
Graf 2: Anketiranci, razporejeni po stopnjah izobrazbe	- 25 -
Graf 3: Koliko anketirancev je že slišalo za terapevtske živali	- 25 -
Graf 4: Najprimernejše živali za terapije	- 27 -
Graf 5: Vpliv živali na uporabnika terapije	- 28 -
Graf 6: Navezanost človeka na terapevtsko žival	- 29 -
Graf 7: Živali v zdravstvenih ustanovah	- 30 -
Graf 8: Uspešnost terapij z živalmi	- 30 -
Graf 9: Osveščenost o terapevtskih živalih	- 31 -
Graf 10: Najprimernejši načini osveščanja po mnenje anketirancev	- 32 -

10 PRILOGE

VPLIV ŽIVALI NA ČLOVEKOVO POČUTJE Terapevtske živali

Pozdravljeni!

Sem Nastja Kovačec, dijakinja 2. letnika I. gimnazije v Celju. V šolskem letu 2008/2009 sem se odločila za izdelavo raziskovalne naloge na temo terapevtskih živali. Želim raziskati vpliv živali na človekovo počutje ter oceniti kako ljudje, glede na to, da pri nas še ni tako razširjeno, poznajo tovrstno zdravljenje.

Pri izdelavi raziskovalne naloge bi mi bila zelo v pomoč Vaša izpolnitev ankete, saj bi mi z njo posredovali pomembne podatke, na podlagi katerih bi lahko ocenila osveščenost ljudi glede terapij, ki se že kar nekaj časa izvajajo tudi v Sloveniji.

Anketa je popolnoma anonimna, podatke o starosti in izobrazbi morate podati zgolj zaradi lažje razdelitve rezultatov po starostnih in izobrazbenih skupinah.

Že vnaprej se Vam iskreno zahvaljujem za sodelovanje!

1. Vaša starost: _____

2. Vaša stopnja izobrazbe:

- | | |
|-----------------|--------------------------|
| a. osnovna šola | d. univerzitetni program |
| b. srednja šola | e. magisterij znanosti |
| c. višja šola | f. doktorat znanosti |

3. Ste že kdaj slišali za terapevtske živali? a. DA b. NE

a) Če ste odgovorili z **DA**, obkrožite, kje ste slišali za njih:

- a. v knjigi (naslov: _____)
- b. v filmu
- c. na spletu
- d. v dokumentarni oddaji
- e. v časopisu
- f. od znanca, prijatelja, sorodnika

4. Katere živali so po vašem mnenju najprimernejše za uspešno terapijo?

- | | |
|----------|-----------------|
| a. hrčki | e. lame |
| b. zajci | f. konji |
| c. mačke | g. delfini |
| d. psi | h. drugo: _____ |

Vpliv živali na človekovo počutje – terapevtske živali

5. Ali mislite, da terapevtske živali dobro vplivajo na počutje bolnika oziroma tistega, ki je deležen terapije?

- a. DA b. NE

Zakaj ne? _____

6. Jasno je, da se bolniki na terapevtske živali močno navežejo. Kakšen vpliv ima, po vašem mnenju, to na prejemnika terapij?

- a. dober - žival, človekov prijatelj, je odlična spodbuda za premagovanje naporov
b. ne vem
c. slab - ločitev bolnika od živali je lahko zelo boleča

7. Se vam zdi primerno, da živali obiskujejo tudi zdravstvene ustanove?

- a. seveda
b. če je nujno
c. nikakor ne

8. Menite, da je tovrsten način zdravljenja uspešen? a. DA b. NE

9. Ali se vam zdi, da ste dovolj osveščeni o dopolnilnem zdravljenju z živalmi?

- a. DA b. NE

10. Kakšne oblike osveščanja o terapevtskih živalih se vam zdijo najprimernejše in najučinkovitejše?

- a. zgibanke in zložanke
b. televizija – dokumentarne oddaje
c. organizirani seminarji
d. drugo: _____

Hvala za Vaš trud in izpolnitev ankete!