

Terapeutyczny wpływ zwierząt na ludzi

**Marian Budzyński, Wanda Krupa,
Aleksandra Zamojska**

AR w Lublinie

Wzajemne oddziaływanie na płaszczyźnie człowiek – zwierzę istnieje od zarania dziejów. Jednakże relacje te w ciągu wieków ulegały istotnym zmianom. Ludzie pierwotni, wierząc we wspólnotę instynktu, nie rozgraniczali swojego i zwierzęcego świata. Zachowanie się zwierząt oraz ich pewne cechy były inspirujące, gdyż kontakty z nimi miały znaczenie praktyczne: zapewniały człowiekowi pożywienie i okrycie. Obserwując zwierzęta, ludzie uczyli się sztuki polowania, poszukiwania jadalnych roślin, obrony przed drapieżnikami, budowania bezpiecznych schronień, przewidywania zjawisk atmosferycznych. Wiązało się to także z przypisywaniem zwierzętom cech pozytywnych lub negatywnych, nie zawsze zgodnych z rzeczywistością.

Efektorem ciągłych kontaktów człowieka ze zwierzętami była domestykacja wielu gatunków, a także osvajanie osobników dziko żyjących. Większość zwierząt udomowiono ze względu na ich cechy użytkowe. Niektóre zaś uzyskały status zwierząt towarzyszących, odgrywając szereg istotnych ról w życiu człowieka. Relacje tego typu przetrwały do czasów współczesnych, mimo wielu zmian historyczno-kulturowych. Najprawdopodobniej leżą u podstaw przekonania, że bliski kontakt ze zwierzętami korzystnie wpływa na zdrowie fizyczne i psychiczne.

Określenie tego zjawiska jako terapii z udziałem zwierząt jest przypisywane amerykańskiemu psychologowi Borisowi Levisonowi, który w latach 60. dwudziestego wieku zwrócił uwagę na fakt, iż autystyczne dzieci, mające problemy w nawiązywaniu kontaktów z dorosłymi, łatwo zaprzyjaźniają się z ich psami. Jednakże już ponad dwa tysiące lat temu Hipokrates podkreślał korzyści płynące z jazdy konnej, obecnie najpopularniejszej zooterapii, traktując ją jako cenną formę gimnastyki.

Pozytywny wpływ wielu zwierząt na samopoczucie i zdrowie człowieka wydaje się być wynikiem ich instynktu, który sprawia, że zwierzęta mają bardzo silne poczucie więzi społecznych, bezpowrotnie utraconych przez ludzi. Nie bez znaczenia na terapeutyczny efekt pozostaje również fakt konieczności zajmowania się zwierzęciem i odpowiedzialności za nie; konieczność nakarmienia pupila czy wyprowadzenia go na spacer często jest jedyną motywacją wyjścia z domu dla samotnych, a zwłaszcza starszych osób.

W społeczeństwach wysoko rozwiniętych zwierzęta domowe traktowane są na prawach domowników, a ponad połowa właścicieli twierdzi, że ich ulubieńcy odgrywają ważną rolę nie tylko na co dzień, ale także w trakcie kryzysów rodzinnych (rozwód, choroba lub śmierć kogoś bliskiego). W USA, Kanadzie oraz wielu innych krajach terapia z udziałem zwierząt domowych jest realizowana jako program Visiting pets; rozwiązania legislacyjne pozwalają na częste odwiedziny cho-

rych w szpitalach, placówkach opieki terminalnej, a także w ośrodkach dla osób uzależnionych czy w więzieniach. Stwierdzono, że nawet okresowy kontakt ze zwierzęciem wspomaga konwencjonalne metody leczenia, pozytywnie wpływając na psychikę pacjenta, co pozwala zrezygnować w trakcie procesu terapeutycznego z niektórych leków.

Na początku lat siedemdziesiątych zapoczątkowane zostały również próby terapii z udziałem delfinów. Działalność taka, prowadzona w wielu miejscach na świecie, jest alternatywną metodą leczenia szczególnie dzieci z zespołem Downa, autyzmem, kłopotami z koncentracją, nerwicą oraz ubytkami neurologicznymi. Niezwykle istotny jest sam bezpośredni kontakt z tymi niezwykłymi zwierzętami, ale pozytywnie zdają się wpływać na małych pacjentów także ultradźwięki emitowane przez delfiny.

W warunkach polskich ciągle najpopularniejszą formą terapii z udziałem zwierząt jest hipoterapia, będąca wielokierunkową metodą rehabilitacji zarówno dzieci, jak i osób dorosłych. W tym złożonym procesie wykorzystuje się kompleksowy wpływ konia na człowieka, nie tylko w celu usprawnienia ruchowego poprzez zmniejszanie spastyczności i poprawę funkcjonowania mięśni, lecz także socjalizacji w wyniku rozwijania samodzielności, podnoszenia samooceny czy motywacji do wykonywania ćwiczeń. W ramach działań prowadzonych z udziałem konia można wyróżnić co najmniej trzy podstawowe formy terapii, jednakże należy pamiętać, iż uzupełniają się one nawzajem, decydując o efekcie leczniczym.

Fizjoterapia na koniu jest nastawiona przede wszystkim na poprawę sprawności fizycznej, ograniczonej w wyniku dziecięcego porażenia mózgowego, stwardnienia rozsianego, zaburzeniach równowagi, koordynacji ruchów i wielu innych chorób. Proces usprawniania prowadzony jest na koniu poruszającym się stępem, a na efekt terapeutyczny składa się zarówno specyficzny ruch konia, jak i temperatura jego ciała, rozgrzewająca mięśnie pacjenta. Ruch konia powoduje konieczność dostosowania się do jego rytmu, a także do utrzymania względnej równowagi ciała, natomiast wyższa temperatura ciała zwierzęcia wpływa stymulująco na pracę mięśni i pomaga w usuwaniu spastyczności.

Psychopedagogiczna jazda konna ma na celu kompleksowe usprawnienie intelektualne, fizyczne, socjalne oraz emocjonalne. Podstawą działania jest występowanie interakcji pomiędzy dzieckiem, koniem i terapeutą. Ta forma hipoterapii zalecana jest dla dzieci z zaburzeniami rozwojowymi w sferze emocjonalnej, niedostosowanymi społecznie, z zaburzeniami koncentracji i uczenia się, ale także dla dorosłych z dysfunkcjami wywołanymi stresem, problemami emocjonalnymi czy schizofrenią. W działaniach tego typu istotną rolę odgrywają elementy psychoterapii i terapii zajęciowej.

Sportowa i rekreacyjna jazda konna dla osób niepełnosprawnych jest nie tylko formą aktywnego spędzania wolnego czasu, lecz także pomaga utrzymywać optymalny stan zdrowia oraz istotnie wpływa na psychiczną kondycję poprzez swój aspekt terapeutyczny. Ponadto regularne treningi oraz udział w zawodach sportowych uczą odpowiedzialności, podnoszą samoocenę oraz poprawiają jakość życia niepełnosprawnych.

Reasumując należy stwierdzić, iż zalety hipoterapii pozwalają na wspomaganie konwencjonalnego leczenia osób z ograniczeniami lokomotorycznymi, z ubytkami w funkcjonowaniu

analizatorów, upośledzonych umysłowo, z zaburzeniami emocjonalnymi i psychospołecznymi. Kontakt z koniem jest związany także z wyzwaniem różnorodnych emocji, co pozytywnie może wpływać na prawidłowe kształtowanie relacji interpersonalnych z otoczeniem; uczy wrażliwości, odpowiedzialności oraz motywuje do działania.

W ostatnich latach coraz częściej podejmowane są próby, na wzór prowadzonych w innych krajach, zajęć terapeutycznych z udziałem psów. Zajęcia, określane jako dogoterapia, prowadzone są zarówno przez ośrodki specjalizujące się w szkoleniu psów do pracy z pacjentem, jak i przez schroniska dla bezdomnych zwierząt. Działania tego typu wspomagają z powodzeniem leczenie różnych schorzeń, a także powodują pozytywne zmiany w zachowaniu dzieci, osób starszych, samotnych, a także potencjalnie zagrożonych patologiami społecznymi.

Stwierdzono, iż dogoterapia znakomicie sprawdza się w odniesieniu do dzieci z zaburzeniami koncentracji uwagi, nadpobudliwością ruchową, autyzmem, problemami psycho-

społecznymi, upośledzonymi w stopniu umiarkowanym i lekkim, zespołem Downa oraz wieloma innymi schorzeniami. Kontakt z psem stymuluje rozwój w sferze poznawczej, wpływa na socjalizację poprzez naukę pokonywania lęku i nawiązywania więzi psychicznej, pomaga kształtować prawidłowe wzorce zachowania w stosunku do zwierząt, ale również wspomaga leczenie logopedyczne. Pozytywny wpływ dogoterapii w odniesieniu do osób starszych jest powszechnie znany. Pomaga pokonać depresję spowodowaną samotnością czy chorobą, skłania do aktywności fizycznej, często nadaje sens życiu.

Mimo niewątpliwych zalet stosowania zooterapii, jako formy wspomagania konwencjonalnych terapii wielu chorób, znaczący wpływ zwierząt na zdrowie i komfort psychiczny człowieka jest ciągle niedoceniany. Pozytywnym zjawiskiem jednakże wydaje się być fakt, iż w ostatnich latach interakcjami człowiek – zwierzę zajmuje się wielu naukowców, nie tylko teoretyków, lecz także specjalistów klinicznych.

Charakterystyka wybranych ośrodków jeździeckich i rekreacyjnych na terenie województwa podkarpackiego

Jadwiga Gancarz¹, Maria Ruda¹,
Magdalena Kuźmik¹, Marian Budzyński²,
Aleksandra Zamojska²

¹Uniwersytet Rzeszowski, ²AR w Lublinie

Koń miał przez wiele stuleci wielkie znaczenie gospodarcze i militarne, przyczynił się do sławy i potęgi różnych ludów. Siła uderzeniowa armii, rozwój gospodarczy państw i transport lądowy były związane z szybkością poruszania się koni. Wraz z mechanizacją cywilnych i wojskowych środków transportu jako zwierzę pociągowe stracił na znaczeniu. Obecnie tylko w niektórych krajach jest jeszcze istotnym uzupełnieniem mechanicznych środków transportowych. Głównym kierunkiem wykorzystania koni, zarówno w Europie jak i w Ameryce Północnej, jest sport jeździecki i rekreacja konna. Na skutek postępu mechanizacji ten rodzaj użytkowania koni będzie się nadal rozwijał.

Nowoczesna hodowla zmierza ku temu, by konie nadawały się do sportu wyczynowego i rekreacji. Rok 1989 był ostatnim, w którym żywa siła pociągowa w naszym kraju stanowiła

10% całej siły pociągowej w rolnictwie. Dla gospodarstw prywatnych ostatnim rokiem o takim wskaźniku był rok 1992. Obecnie wykorzystanie robocze koni jest niewielkie, wykazuje tendencję malejącą. Trzeba jednak pamiętać, że w hodowli chłopskiej, zwłaszcza na terenach o rozdrobnionej strukturze agrarnej wciąż utrzymuje się zapotrzebowanie na konie robocze, choć najczęściej użytkuje się je okresowo.

Marginalizacji wykorzystywania koni do prac rolniczych towarzyszył rozwój różnych form jeździectwa, na co wpłynęło zwiększone zapotrzebowanie społeczeństwa na usługi związane z uprawianiem jazdy konnej. Przemiany te oddają tendencję znaną z krajów zachodnich, w których skracaniu czasu pracy i polepszaniu sytuacji ekonomicznej społeczeństwa towarzyszył wzrost zainteresowania czynnym wypoczynkiem, w tym jeździectwem jako formą rekreacji i to wybitnie „ekologicznej”. Perspektywy masowej hodowli koni w Polsce należy wiązać z uniwersalną, choć jeszcze dość drogą, jak na możliwości naszego społeczeństwa, formą spędzania wolnego czasu, jaką jest rekreacja konna i sport jeździecki.

Współczesny człowiek, zmęczony cywilizacją, coraz częściej w kontaktach z przyrodą szuka ucieczki od stresów. Jeździ konno, pielęgnuje i dogląda koni dla przyjemności oraz odprężenia. Jeździectwo spacerowo-rekreacyjne to rodzaj wypoczynku z dużą przyszłością, z którego można korzystać przez cały rok. Zwłaszcza ludność miejska chętnie obcuje z końmi, traktując je jako jeden z elementów przychylnego człowiekowi środowiska naturalnego. Na obrzeżach miast powstają i funkcjonują kluby jeździeckie, ośrodki wypoczynkowe i gospodarstwa agroturystyczne oferujące jazdę konną. Polskie społeczeństwo nie jest jeszcze na tyle zamożne, aby uprawiać ten rodzaj rekreacji na taką skalę, jaką obserwuje się w krajach Europy Zachodniej. Niemniej jednak w minionej dekadzie można zaobserwować znaczny rozwój jeździectwa. Dowodem na to jest żywiotowa rozbudowa prywatnej bazy sportu i rekreacji konnej. Jak podaje Łojek [5], w PZJ w roku 1993 zarejestrowanych było 79 klubów, w 1996 już 192, natomiast w 1999 roku aż 275.