

Terapia z udziałem zwierząt

Kreatywność w radzeniu sobie z samotnością (Ćwiczenie 3/12)

OPIS

Terapia z udziałem zwierząt jest formą leczenia terapeutycznego, w której jedno lub więcej zwierząt, spełniających określone kryteria, odgrywa zasadniczą rolę w procesie. Sesje są prowadzone przez pracownika służby zdrowia, który wyznacza konkretne cele i wytyczne dla każdej interwencji. Aby przeprowadzić terapię z udziałem zwierząt dla osób starszych i osiągnąć większą skuteczność, konieczne jest przeprowadzenie 1 lub 2 sesji tygodniowo na grupę lub użytkownika. Każda sesja trwa około 50 minut. W sesjach musi uczestniczyć jeden lub dwóch techników terapii z udziałem zwierząt, wraz z jednym lub dwoma psami terapeutycznymi, oraz profesjonalista z ośrodka lub domu opieki. Sesje mogą być indywidualne lub grupowe. W przypadku sesji grupowych ważne jest, aby grupy były jak najbardziej jednorodne.

CELE

1. Poprawa nastroju: kontakt ze zwierzętami powoduje uwalnianie endorfin u osób starszych, co generuje stan dobrego samopoczucia psychicznego.
2. Poprawa poczucia własnej wartości i autonomii: opieka nad zwierzętami zapewnia mieszkańcom poprawę poczucia własnej wartości, ponieważ przechodzą od bycia zależnymi do bycia opiekunami.
3. Promowanie poprawy sprawności fizycznej: opieka i interakcja ze zwierzętami wymaga umiarkowanej aktywności fizycznej, co poprawia zdolności funkcjonalne.
4. Unikanie izolacji społecznej i samotności poprzez kontakt z towarzyszami i innymi żywymi istotami.

POTRZEBNE MATERIAŁY

- Karma dla psów.
- Zabawki dla psów.
- Grzebienie do pielęgnacji psów.
- Smycze spacerowe dla psów.



<https://creatingwellbeing.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Disclaimer: Wsparcie finansowe Komisji Europejskiej związane z opracowaniem niniejszej publikacji nie jest jednoznaczne z popieraniem treści w niej zawartych, które odzwierciedlają jedynie poglądy ich autorów. Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za wykorzystywanie treści zawartych w niniejszej publikacji.

REALIZACJA - INSTRUKCJA

Aby przeprowadzić terapię z udziałem zwierząt, konieczne jest odbycie kilku sesji z uczestnikami. Pierwsza sesja pełni rolę wprowadzenia. W tym przypadku posłużymy się przykładem prowadzenia terapii z udziałem psów.

Pierwszym krokiem jest wejście psa do pokoju w momencie, gdy uczestnicy są spokojni i w swoich pozycjach. Pies stopniowo podchodzi do każdej osoby, próbując zostać pogłaskany, lecz nie zmuszając nikogo do tego. Podczas tego momentu uczestnicy mogą reagować różnie, np. zdenerwowaniem, radością, odrzuceniem czy strachem. W większości przypadków terapia z udziałem zwierząt jest stymulująca i wywołuje pozytywne odczucia, ale nie można oczekiwać, że wszyscy uczestnicy zaakceptują psa od razu.

W kolejnych sesjach terapeutycznych można wykonywać różne aktywności kontaktowe, takie jak szczotkowanie psa, oferowanie mu jedzenia czy rzucanie mu ciastek. W każdym przypadku należy zawsze brać pod uwagę nastrój grupy i wybierać najlepszą aktywność, odpowiednio dostosowaną do potrzeb i reakcji uczestników.

KONKRETNE PRZYKŁADY AKTYWNOŚCI:

- indywidualnie, pacjent (senior) jest proszony o podniesienie ciastka w określonym kolorze, a następnie podanie go psu.
- w przypadku kolorowych piłek, pacjent jest proszony o podniesienie określonej piłki i rzucenie jej psu do aportowania.

MOŻLIWE MODYFIKACJE

Według Delta Society interwencje z udziałem zwierząt można podzielić na trzy bloki, w zależności od badanych celów i zadań:

- Terapie z udziałem zwierząt (AAT): Charakteryzują się tym, że prowadzone są przez wyszkolonych pracowników służby zdrowia, którzy kierują terapią mając ustalone cele, a cały proces jest odpowiednio dokumentowany za pomocą terminowych ocen. Te terapie są tworzone w celu uzyskania poprawy w sferze społecznej, poznawczej, fizycznej i emocjonalnej danej osoby.

- Interwencje z udziałem zwierząt (AAI): W przeciwieństwie do AAT, nie są podporządkowane konkretnym, wcześniej ustalonym celom i mogą być bardziej spontaniczne lub nieformalne. Mogą być stosowane wobec osób w każdym wieku i mogą mieć charakter zarówno grupowy, jak i indywidualny.
- Animal Assisted Activities (AAA): Te interwencje nie mają określonych celów ani oczekiwanych rezultatów. Specjaliści lub opiekunowie zwierząt zaangażowani w AAA powinni jednak posiadać odpowiednie przeszkolenie.

Zaleca się, aby terapie z udziałem zwierząt były stosowane w celu osiągnięcia większych, holistycznych korzyści dla osób starszych. Jeśli nie ma możliwości skorzystania z pomocy specjalisty w zakresie animaloterapii, interwencje z udziałem zwierząt mogą być alternatywną opcją, przynajmniej w celu złagodzenia uczucia samotności i smutku u dorosłych.

OCZEKIWANE EFEKTY

Oczekuje się, że uczestnicy terapii z udziałem zwierząt poprawią się pod względem poznawczym, emocjonalnym i fizycznym. Zwierzęta oferują bezwarunkową miłość, dzięki czemu uczestnicy czują się bezpieczni i akceptowani, co może zmniejszyć poczucie samotności i smutku, z którymi osoby starsze mogą się borykać. Dodatkowo, dla osób z demencją kontakt ze zwierzęciem zapewnia wielozmysłowe doświadczenie. Dlatego oczekuje się, że osoby te będą w stanie nawiązać kontakt z rzeczywistością oraz być może przypomnieć sobie swoje dzieciństwo i powiązać zwierzę z innymi wspomnieniami z przeszłości.

Na poziomie emocjonalnym kontakt ze zwierzętami sprawia, że środowisko osób starszych staje się przyjemniejsze i bardziej dostępne. Sprzyja to pozytywnym emocjom i uczuciom, które zwiększają poczucie własnej wartości. Dodatkowo, kontakt z zwierzętami wpływa pozytywnie na poprawę poczucia humoru, ponieważ zwierzęta mogą tworzyć komiczne sytuacje, co sprzyja śmiechowi i wspólnej radości.

Na poziomie poznawczym zaangażowanie zwierzęcia jest elementem pomagającym skupić uwagę, aktywować pamięć, zwiększyć wysiłek i zapewnić dodatkową motywację.

Wreszcie, na poziomie fizycznym, oczekuje się, że ten rodzaj interwencji będzie miał wpływ na stan zdrowia i samopoczucie uczestników.

Pamiętaj o tym, że adekwatność, użyteczność oraz efektywność poszczególnych ćwiczeń zależy od kondycji psychofizycznej seniorów i senierek, konkretnej sytuacji, kontekstu społeczno-kulturowego, a także doświadczenia i kompetencji opiekunów