

# Pozitivni vplivi terapije s pomočjo živali na življenje posameznika

## Positive effects of animal assisted therapy on individual's quality of life

Sara Rupnik Mihelčič<sup>1</sup>, dipl. del. ter., Tonja Robida<sup>1</sup>, dipl. del. ter.

<sup>1</sup> Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – Soča, Ljubljana

### Izvleček

**Izhodišče:** V okviru celovite delovno terapevtske obravnave na oddelku za rehabilitacijo pacientov po amputaciji na URI – Soča se izvaja terapija s pomočjo psa in predstavlja nadgradnjo dopoldanske delovne terapije. Terapija s pomočjo psa je v naprej načrtovan proces, ki sledi določenim ciljem v rehabilitaciji. Namen raziskave je predstavitev pozitivnih vplivov terapije s pomočjo psa na življenje posameznika.

**Metoda dela:** Raziskava je bila izvedena z prilagojenim Delta testom. Vzorec zajema 122 oseb po amputaciji, povprečne starosti 67,33 let. 83 pacientov smo testirali dvakrat (v dopoldanski delovni terapiji in po končani terapiji s pomočjo psa), 39 pa še po vsaki nadaljnji terapiji s pomočjo psa.

**Rezultati:** Izsledki raziskave so pokazali izboljšanje povprečne ocene s prilagojenim Delta testom, in sicer: povprečno oceno v delovni terapiji 51,84, po končani terapiji s pomočjo psa pa 64,11. Ocena po dvakratni ali večkratni udeležbi pa je 70,15.

**Sklep:** Terapija s pomočjo psa predstavlja učinkovito metodo v rehabilitacijskem programu in pozitivno vpliva na kakovost posameznikovega življenja.

**Ključne besede:** delovno terapevtska obravnava, terapija s pomočjo psa, prilagojen Delta test, amputacija

### Abstract

**Introduction:** Animal assisted therapy (AAT) is an additional therapy for patients at amputation ward in URI – Soča. AAT is planned process, which follows particular rehabilitation goals. The aim of this research was to introduce positive effects of AAT on individual's life.

**Methods:** Adapted Delta test was used for the purpose of this research. This research included 122 patients after amputation, average age of patients was 67,33 years. Eighty-three (83) patients were tested twice – firstly after morning occupational therapy session and secondly after AAT, thirty-nine (39) patients were additionally tested after each AAT.

**Results:** The results of adapted Delta test show improvement of the average score. The score of adapted Delta test after morning occupational therapy session was 51,84; the score after one AAT session was 64,11 and after two or more AAT sessions 70,15.

**Conclusion:** AAT is shown to be an effective therapy in our rehabilitation program and has positive affect on individual's quality of life.

**Key words:** occupational therapy session, animal assisted therapy, adapted Delta test, amputation

## 1 Izhodišče

V današnji družbi živali zavzemajo pomembnejšo vlogo v človekovem življenju. Posledično prisotnost hišnega ljubljencega vpliva na vse člane družine ali skupnosti vse do te mere, da nekateri poročajo o lastni živali kot o članu družine (Holley in sod., 2011).

Nobena druga žival pa ni človeku tako blizu kot pes in to ne le v praktičnem, temveč tudi duševnem in čustvenem pogledu (Falappi, 2002). Pes je človekov spremljevalec ter družabnik, vodnik slepih, pomočnik invalidom. Vključujemo ga v izvajanje različnih aktivnosti, v različnih ustanovah, pri osebah z različnimi diagnozami (Altschiller, 2011; Marinšek, 2012; Wells, 2007).

Terapija s pomočjo živali je v tujini uveljavljena in stalna praksa. Mnogi terapevti si dela brez pomoči živali ne predstavljajo več. Živali imajo očitno nekaj, kar daje človeku občutek varnosti, ugodja in veselja.

Zaradi tega je bistvenega pomena jasno definirati, kaj terapija s pomočjo živali (angl. animal – assisted therapy, v nad. AAT) je. Terapijo s pomočjo živali definiramo kot ciljno usmerjeno dejavnost, kjer je žival, ki ustreza določenim kriterijem, enakovreden udeleženec procesa zdravljenja (Marinšek in Tušak, 2007). Terapijo vodi usposobljen strokovni delavec v okviru svoje stroke in usposobljen vodnik psa. Terapija se izvaja v različnih okoljih, individualno ali skupinsko, v vnaprej dogovorjenih terminih. Terapevtski program je predhodno definiran in se ga je potrebno držati, da dosežemo zastavljene cilje. Ob zaključeni terapiji se celoten proces dokumentira in evalvira (Morrison, 2007, Urichuk in Anderson 2003, Kruger in Serpell, 2006; Ogrin Jurjevič, 2010; Walsh, 2009).

Vedno več raziskav podpira idejo o pozitivnih učinkih terapije s pomočjo živali (Nime in Lundahl, 2007; Wells, 2007), ki vpliva na različna področja človekovega delovanja in zdravja (Holley in sod., 2011; Halm, 2008; Walsh, 2009; Wells, 2007).

Raziskovalci ugotavljajo, da so pacienti ob prisotnosti psov bolj veseli, dejavni, komunikativni ter se bolje odzivajo (Kovačič, 2008). Ob prisotnosti živali je torej več socialne interakcije (Wells, 2007). V procesu terapije s pomočjo živali se jim izboljša samopodoba, zniža se stres, stimulirajo se nezavestni bolniki, izboljša se čustvovanje, zniža se depresivno stanje, pacienti in njihovi svojci se počutijo bolj udobno in bolniško okolje postane bolj domače (Wells, 2007; Kovačič, 2008). Miller in Ingram (2000) ugotavljata, da je terapija s pomočjo živali pomembna tudi za zdravstveno osebje, ker se ob prisotnosti živali zniža stres.

Ob prisotnosti živali je tudi boljše sprejetost družbe zagotovljena, kar je koristno za pacienta, saj se zmanjšuje stigma do bolezni (Walsh, 2009), s tem se izboljša posameznikova samopodoba (Altschiller 2011).

M. Marinšek in Tušak (2007) zapišeta, da je terapija s pomočjo živali uspešna, ker žival služi kot medij za terapevtski kontakt. Menita, da žival pomaga ustvariti skladen in harmoničen, zaprt sočuten odnos. Tak odnos naj bi terapevtu in pacientu nudil medsebojno zaupanje in naklonjenost, kar je temelj za uspešno terapijo. Prisotnost živali predstavlja dober začetek pogovora (Fine 2010).

**Namen** raziskave je predstavitev pozitivnih vplivov terapije s pomočjo psa na življenje posameznika.

## **2 Metode**

### **Preiskovanci**

Vzorec zajema 122 oseb po amputaciji, ki so bili sprejeti na rehabilitacijo na oddelek za rehabilitacijo pacientov po amputaciji Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Republike Slovenije (URI – Soča) v obdobju od aprila 2014 do junija 2017. Vsi pacienti so obiskovali dopoldanski delovno terapevtski program in se enkrat ali večkrat udeležili terapije s pomočjo psa. Vključitveni kriteriji: izrazijo željo po udeležbi, imajo radi živali, potrebujejo dodatno aktivnost, potrebujejo pozitivno čustveno in socialno spodbudo, so potrjeni, depresivni, anksiozni, napeti. Izključitveni kriteriji: dodatni zdravstveni zapleti in bolnišnična okužba.

### **Merilna metoda**

Za spremljanje učinkovitosti terapije se uporablja interni test, povzet po Delta testu (Ogrin Jurjevič, 2012) S testom smo ocenjevali kognitivne sposobnosti in socialno - čustveno področje. Spretnosti, sposobnosti in uspešnost posameznega področja ocenjujemo z oceno od 1 (zelo slabo) do 5 (zelo dobro). Najvišja možna skupna ocena prilagojenega Delta testa (Priloga 1) je 85 (kognitivne sposobnosti 35 in socialno – čustveno področje 50).

### **Terapevtski postopki**

Terapevtski program je bil prehodno definiran in sledi točno določenemu cilju v rehabilitaciji. Program je potekal v prostorih delovne terapije na oddelku ali v parku URI – Soča, enkrat tedensko, posamezno srečanje je trajalo eno uro. Delo je največkrat potekalo v skupinah, sestava skupin se je tedensko spreminjala. Psi in njihovi vodniki so po navodilih terapevta skupaj s pacienti izvajali različne naloge in aktivnosti. Testiranje s prilagojenim Delta testom je bilo izvedeno najprej po obravnavi v delovni terapiji in nato še po vsaki končani terapiji s pomočjo psa.

### **Statistična metoda**

Za analizo podatkov smo uporabili statistično metodo standardnega odstotka.

Raziskavo je odobrila Etična komisija Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Republike Slovenije – Soča ( URI –Soča).

## **3 Rezultati**

V raziskavo je bilo vključenih 80 moških in 42 žensk, starih med 35 in 90 let, s povprečno starostjo 67,33let (SD 11,74 let). 121 pacientov je imelo amputacijo spodnjega uda, en pacient amputacijo zgornjega uda.

122 bolnikov je imelo skupaj 185 ur AAT, 83 pacientov se je udeležilo terapije enkrat, 39 dvakrat in več.

Tabela 1: Rezultati prilagojenega Delta testa po obravnavi v delovni terapiji in po prvi končani AAT

|                              | Povprečna vrednost | Standardna deviacija | mini | max |
|------------------------------|--------------------|----------------------|------|-----|
| Obravnava v delovni terapiji | <b>51,84</b>       | 10,18                | 29   | 77  |
| AAT prva                     | <b>64,11</b>       | 9,42                 | 38   | 82  |

Tabela 2: Rezultati prilagojenega Delta testa po prvi in končni AAT

|            | Povprečna vrednost | Standardna deviacija | mini | max |
|------------|--------------------|----------------------|------|-----|
| AAT prva   | <b>64,11</b>       | 9,42                 | 38   | 82  |
| AAT zadnja | <b>70,15</b>       | 7,40                 | 53   | 85  |

Pacienti so bili tekom AAT aktivni in motivirani za izvajanje nalog in aktivnosti ter pokazali veliko zanimanje za psa. Njihovo razpoloženje je bilo opazno višje kot pri obravnavi v delovni terapiji. Ocena prilagojenega Delta testa po končani AAT je za 14,43% boljše kot po obravnavi v delovni terapiji. Po zadnji AAT pa za kar 21,53%.

Tabela 3: Rezultati prilagojenega Delta testa za kognitivno in socialno čustveno področje po obravnavi v delovni terapiji ter po prvi in končni obravnavi v AAT

|                              | Prilagojen Delta test – področja | Povprečna vrednost | %     | Standardna deviacija | mini | max |
|------------------------------|----------------------------------|--------------------|-------|----------------------|------|-----|
| Obravnava v delovni terapiji | Kognitivno                       | <b>22,59</b>       | 64,54 | 4,72                 | 13   | 35  |
|                              | Socialno / čustveno              | <b>29,25</b>       | 29,25 | 6,34                 | 16   | 45  |
| AAT prva                     | Kognitivno                       | <b>26,61</b>       | 76,03 | 4,88                 | 16   | 35  |
|                              | Socialno / čustveno              | <b>37,5</b>        | 37,5  | 5,56                 | 20   | 49  |
| AAT zadnja                   | Kognitivno                       | <b>28,54</b>       | 81,54 | 4,04                 | 21   | 35  |
|                              | Socialno / čustveno              | <b>41,62</b>       | 41,62 | 4,11                 | 31   | 50  |

Največja razlika se je pokazal pri oceni socialno čustvenega področja in sicer 24,74% med obravnavo v delovni terapiji in zadnjo udeležbo AAT. Najmanjša pa pri oceni kognitivnega področja med prvo in zadnjo udeležbo AAT, ocena je bila le 5,51% boljše. Na splošno so bile razlike ocen za kognitivno področje manjše, kot ocene za socialno čustvenega področja.

#### 4 Razprava

V celoti je bil učinek ATP na paciente v našem programu zelo dober, kar lahko potrdimo tudi s pridobljenimi rezultati prilagojenega Delta testa (Tabela 1 in Tabela 2).

Zavedamo se, da z obiskom psa in izvajanjem terapije s pomočjo živali lahko prinesemo v institucionalno okolje stik z naravo, ki je za ljudi še kako pomemben. Pes deluje kot

motivacijski dejavnik, da pacient raje sodeluje pri rehabilitaciji, izboljša se psihofizično in zdravstveno stanje. Kot Kovačič (2008) smo prišli do podobnih ugotovitev, da so pacienti reagirali čustveno pozitivno, s povečano pozornostjo, se spontano gibali, se dotikali psov, jih negovali, uporabljali ukaze in izvajali razne naloge in aktivnosti ter pri tem izražali zadovoljstvo, dogajanja pa so se še dolgo spominjali. Raziskava nudi dodaten dokaz o prednostih tovrstne terapije ter vpliv na boljšo motivacijo, notranji mir, manjše zaznavanje bolečine in stresa ter večje veselje, zadovoljstvo, večjo sproščenost (Halm, 2008).

Pregled strokovne in znanstvene literature, iz katere je podprta naša raziskava kaže, da je AAT kot dodatna obravnava pozitiven del rehabilitacijskega programa. Seveda pa je napredek odvisen od celotne rehabilitacije.

V nadaljevanju razvoja programa AAT na oddelku po amputacijah smo prišli do ugotovitev, da je smiselno dati večji poudarek individualni terapiji, ki nam omogoča specifično definiranje posameznikovih ciljev in nadgradnjo dopoldanske delovno terapevtske obravnave. Na področju ocenjevanja pa bo potreben razvoj še ustrežnejšega testa.

Predstavljena raziskava ima kar nekaj metodoloških pomanjkljivosti in ne zadovoljuje zahtevam kvantitativne študije, kar pri svojih raziskavah ugotavljajo tudi ostali raziskovalci, ki zagovarjajo in verjamejo v pozitiven doprinos kakovostne interakcije z živalmi (Nimer in Lundahl 2007; Marino, 2012).

## **5 Sklep**

Podobno kot druge študije smo ugotovil, da terapija s pomočjo psa predstavlja učinkovito metodo v rehabilitacijskem programu, pomaga izboljšati kakovost uporabnikovega dne in pozitivno vpliva na posameznikovo življenje.

## **Literatura:**

Animal-Assisted Activities. [http:// www.petpartners.org/](http://www.petpartners.org/). <12.12.2018>

Altschiller D. (2011). Animal-assisted therapy. Santa Barbara, Denver, Oxford: Greenwood.

Falappi. R (2002). Psi. Ljubljana. Mladinska knjiga.

Fine A. (2006) Handbook on animal-assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice- San Diego, Calif: Academic Press.

Fine, A. H. (2010). Incorporating animal-assisted therapy into psychotherapy: guidelines and suggestions for therapists. V: Fine A.H. (ur.). Handbook on Animal – Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. San Diego: Elsevier: 169–92.

Fine, A. H. in Beck, A. (2010). Understanding our kinship with animals: input for health care professionals interested in the human/animal bond. V: Fine A.H. (ur.). Handbook on Animal – Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. San Diego: Elsevier: 3–16.

Halm, M.A. (2008). The healing power of the human – animal connection. American Journal of Critical Care, 17 (4), 373 – 76.

Holley, L.C, Kodeine, S., Risley – Curtiss, C. (2011). ‘They're here for you’’: Men's relationship with companion animals. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 92 (4), 412 –18.

Horvat K.V., Debevc M., Mitrič N., Ogrini J. N. (2016). Posredovanje s pomočjo psa. *Izobraževanje za strokovne delavce (skripta)* Ljubljana.

Kovačič, D. (2008). Poskusni program rehabilitacije s pomočjo psov. *Rehabilitacija*, 7 (2); 23 – 9.

Kruger, K.A., Serpell, J.A. (2006). Animal – Assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. *Handbook on animal – ssisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice* San Diego: Academic Press.deine, Risley – Curtiss, 2011: 21 – 28.

Marino , L. (2012). Construct validity of Animal-assisted therapy and activities: How important is the animal in AAT? *Anthrozoos: A multidisciplinary journa of the interactions of people & animal*, 25 (Suplement 1): 139-51.

Marinšek, M. (2012). Uporabnost psa. *Živali in psihologija. Zbornik strokovnih prispevkov. Poletna Psihošola 2012*: 7 – 14.

Marinšek, M. in Tušak, M. (2007). *Človek-žival: zdrava naveza*. Maribor: Založba Pivec.

Miller, J. & Ingram, L. (2000). Perioperative nursing and animal-assisted therapy. *Association of Operating Room Nurses Journal*, 72: 477–83

Morrison, M.L. (2007). Health benefits of animal – assisted interventions. *Complementary Health Practice Review*, 12 (1): 51-62.

Nimer, J., Lundahl, B. (2007). Animal – assisted therapy: a meta - analysis. *Anthrozoös*, 20 (3): 225 – 38.

Ogrin Jurjevič N. (2012). Priprava, izvedba in ocenjevanje terapije s pomočjo psa. *Učna delavnica: Pridobivanje osnovnega znanja s terapevtskim parom. (skripta)*. Koper.

Urichuk, L.J. in Anderson, D. (2003). Improving mental health through animal-assisted therapy. [http://www.angelfire.com/mh/chimo/pdf/manual\\_in\\_single\\_doc-Nov03.pdf](http://www.angelfire.com/mh/chimo/pdf/manual_in_single_doc-Nov03.pdf). <5.5.2018>

Walsh, F. (2009). Human – animal bonds: the relational significance of companion animals. *Family Process*, 48 (4): 462–80.

Wells, D.L. (2007). Domestic dog and human health: an overview. *British Journal of Health Psychology*, 12: 145–56.