

Towarzystwo Przyjaciół Nauk w Legnicy
Zespół Placówek Specjalnych w Legnicy



EDUKACJA SPECJALNA

potrzeby i możliwości



Legnica 2011

Dogoterapia

Dogoterapia (kynoterapia), czyli terapia z udziałem psa, jest jedną z form animaloterapii. Jest to naturalna forma wzmacniająca rehabilitację ruchową i psychoterapię. Cel i oddziaływanie dogoterapii są wieloprofilowe w zależności od rodzaju i charakteru placówki oraz specyfiki wybranych zajęć. Głównym motywatorem jest prawidłowo ułożony i odpowiednio przygotowany pies prowadzony przez wyszkolonego przewodnika. Zajęcia dogoterapii dzielą się na indywidualne, gdzie przewodnik z psem terapeutą ściśle współpracuje ze specjalistą i grupowe, w których wykorzystuje się elementy arteterapii, muzykoterapii, czy terapii zajęciowej, a cele zajęć mają charakter ogólnorozwojowy lub/i edukacyjny.

Historia dogoterapii

Pracę badawczą dotyczącą terapii z użyciem zwierząt domowych zapoczątkował w 1964 roku dr Boris Levinson, amerykański psychiatra, który leczył autystyczne dzieci. Jako pierwszy pisał o użyciu psa jako narzędzia wspomagającego pracę z młodymi pacjentami. Dr Levinson odkrył, że obecność psa pomaga w budowaniu przyjaznej relacji z pacjentem i inicjuje terapię. Kontakt ze zwierzęciem zapewnia i pomaga zaspokajać ludzkie, instynktowne potrzeby dotyku, przyjemności, ciepła.

Od tego czasu w wielu krajach zaczęły powstawać organizacje, których głównym celem jest propagowanie terapii przy udziale zwierząt. Takim przykładem jest amerykańska organizacja Delta Society, która powstała w 1977 roku w Portland, pod przewodnictwem M. McCulloch'a, a jej pierwszymi członkami byli studenci lub absolwenci nauk medycznych i weterynaryjnych. Obecnie jest ona wiodącą, międzynarodową organizacją zajmującą się badaniem więzi pomiędzy ludźmi a zwierzętami. Głównymi celami tej organizacji są: szerzenie świadomości na temat pozytywnego wpływu kontaktu ze zwierzętami na ludzkie zdrowie, rozszerzenie możliwości wykorzystania zwierząt w działaniach medycznych i edukacyjnych. W 1996 roku Delta Society ustanowiła Standardy Praktyczne określające, wyznaczające i definiujące rolę zwierząt w programach terapeutycznych.

Istota dogoterapii

Istotą dogoterapii jest nawiązanie łączności przy pomocy bliskiego, dotykowego kontaktu między osobą chorą, niepełnosprawną a psem-terapeutą. Ta forma terapii kontaktowej pozwala na wieloprofilowe usprawnianie rozwoju ruchowego, intelektualnego, emocjonalnego i społecznego.

Zwierzęta oddziałują na zmysł wzroku, słuchu, dotyku i węchu.

Cele terapii:

- kształtowanie pozytywnych emocji w kontakcie z psem,
- wyzwalamie spontanicznej aktywności,
- poprawa sprawności ruchowej,

- normalizacja czucia powierzchniowego i proprioceptywnego,
- rozwijanie sprawności lokomotorycznych,
- normalizacja napięcia mięśniowego,
- wielopłaszczyznowe oddziaływanie na zmysły,
- poprawa koncentracji uwagi,
- wzbogacenie zasobu słownictwa biernego i czynnego,
- poczucie sprawstwa (wydawanie samodzielne komend psu),
- obniżenie progu bólu,
- obniżenie ciśnienia tętniczego krwi,
- relaksacja, wyciszenie emocji.

Efekty terapeutyczne:

- pokonanie lęku przed psami,
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa,
- zwiększenie motywacji do ćwiczeń,
- poprawa sprawności ruchowej i motorycznej,
- poprawa funkcji manipulacyjnych.

Dogoterapia najczęściej wykorzystywana jest w:

- jednostkach bądź zespołach neurologicznych,
- urazach ortopedycznych narządu ruchu,
- amputacjach w okresie poszpitalnym,
- gimnastyce korekcyjnej,
- chorobach kardiologicznych,
- zespole Downa,
- zespole Aspergera,
- autyzmie,
- upośledzeniach umysłowych,
- wadach wzroku,
- wadach słuchu,
- zaburzeniach mowy,
- zaburzeniach koordynacji ruchowej,
- dysfunkcjach społecznych,
- chorobach geriatrycznych.

Podstawowe techniki dogoterapii

Od września 2008 roku pracuję wg programu autorskiego „Integracja schematów odruchów niemowlęcych u dzieci i młodzieży upośledzonych umysłowo technikami dogoterapii”.

- **Podstawowa pozycja relaksacyjna** – dziecko leży na plecach opierając głowę na tułowie psa, jak na poduszce. W swym pierwotnym przeznaczeniu pozycja ta służy wyciszeniu i relaksacji, dzięki odczuwaniu przez dziecko ciepła psa, rytmicznych, spokojnych ruchów i dźwięków oddechu psa. Można w niej wykonywać szereg ćwiczeń dotyczących kończyn, unoszenia tułowia, pobudzania odruchu szukania itd.

- **Pajacyki** – dziecko leży w podstawowej pozycji relaksacyjnej. Kynoterapeuta podtrzymuje kończyny dziecka i ćwiczy ruchy kończyn. Możliwe są różne sekwencje i kombinacje ruchów w zależności od celu terapii.
- **Spacer z psem** – prowadzenie psa na smyczy jest doskonałym pretekstem i bazą do ćwiczeń nóg, postawy, prawidłowego chodu i kontroli równowagi. Wyrabia również odruchy społeczne. Pies jest nie tylko doskonałym motywatorem, ale – jeżeli reaguje na komendy optyczne – „zastępuje” kynoterapeutę. Wówczas to pies reaguje np. zatrzymaniem się czy siadem, podczas nieprawidłowego sposobu wykonywania ćwiczenia przez dziecko. Terapeuta wówczas tłumaczy dziecku, że pies chce, aby np. iść w taki, a nie inny sposób.
- **Aport** – przynoszenie przez psa rzuconego przedmiotu to pretekst dla różnorodnych ćwiczeń. Odpowiednio przygotowana zabawa z tą techniką może ćwiczyć przywodzenie i odwodzenie rąk, chwytność, koordynację i celowość ruchów. Na jej bazie można budować skomplikowane sekwencje ruchów.
- **Salon piękności** – czesanie i ozdabianie psa spinkami i gumkami pozwala na stworzenie różnorodnych ćwiczeń rozwijających motorykę precyzyjną – umiejętność kontroli nad uchwytem wszystkimi palcami, chwytem pęsetowym oraz celowością i koordynacją ruchów rąk. W pozycji siedzącej wzbogacamy powyższe ćwiczenia o trening kontroli równowagi. A wszystko dzieje się w atmosferze dobrej zabawy. Nie obciążamy psychiki dziecka świadomością działania terapeutycznego.
- **Dotyk** – pies umożliwia dostarczenie dziecku różnorodnych bodźców dotykowych:
 - nos – wilgotny, delikatny;
 - język – mokry i śliski, ale w trakcie masażu szorstki;
 - sierść – zróżnicowana w zależności od rasy: długa, średnia, krótka, jedwabista, szorstka, z podszerstkiem i bez;
 - podeszwy łap – suche, mokre, szorstkie;
 - pazury – twarde.
 Końcówkę ogona możemy wykorzystać jak pędzelek i pobudzać nim receptory czucia dotykowego skóry. Dziecko może dotykać, głaskać psa, położyć się na nim itd. Gama bodźców i sposobów ich wykorzystania jest ogromna i ograniczona tylko potrzebami dziecka i fantazją kynoterapeuty.
- **Karmienie** – sucha karma w postaci granulek stwarza możliwość włączenia jej jako pomocy w kynoterapii. Jako nagroda dla psa dawana przez dziecko umożliwia nie tylko wytworzenie więzi z psem, ale pomaga również przełamywać strach przed dotknięciem przez psa. Sam proces pobierania karmy i podsuwania jej psu jest ciągiem różnorodnych ruchów dłoni i reki, którą możemy rozszerzyć proponując np. wyciąganie karmy z woreczka lub odsuwając pojemnik z karmą tak, aby dziecko musiało wykonać dodatkowy ruch całym tułowiem. Zakres ruchów określają potrzeby terapeutyczne dziecka. Poszukiwanie karmy schowanej w odpowiednie miejsca ubrania dziecka jest pretekstem dla wspomagania przez psa ruchów kończyn – nos psa „odsuwa” np. rękę szukając ukrytej pod nią karmy. Ćwiczenia z użyciem karmy zwykle sprawiają dziecku dużo radości pobudzając je do aktywnego działania.

- **Naśladownictwo** – dziecko wykonuje spontaniczne, niewymuszone przez terapeutę gesty naśladowując naturalne ruchy psa. Ćwiczenie to pozwala obiektywnie poznać możliwości ruchowe oraz głębokość ograniczeń motorycznych dziecka. Klasyczne ćwiczenia poprzez blokadę psychiczną związaną z sytuacją mogłyby być przyczyną kłopotów ruchowych. Umiejętnie prowadzony pies wymusza na dziecku sesję ruchową. Przykładem może być „zabawa w pieski”, w której dziecko naśladowuje wszystkie ruchy, które wykonuje pies. Dogoterapeuta komendami pozawerbalnymi prowadzi psa do przodu, do tyłu, sygnalizuje siad, położ się, kulaj się, itp.