

Kamila Witerska

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

 <https://orcid.org/0000-0003-2451-0016>

e-mail: kamilawiterska@gmail.com

Zuzanna Woźniak

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

e-mail: wzuzanna28@interia.pl

Edukacja i terapia w asyście psa

https://doi.org/10.25312/kiw.27_kwi

Streszczenie: Artykuł jest próbą odpowiedzi na pytanie, jakie są możliwości wykorzystania dogoterapii w edukacji. Zadania tego podjęła się Zuzanna Woźniak w ramach pracy dyplomowej w Akademii Humanistycznej w Łodzi pod kierunkiem dr Kamili Witerskiej. Pytania badawcze oscylowały wokół zastosowania dogoterapii w edukacji. Badania przeprowadzono metodą indywidualnego przypadku z wykorzystaniem wywiadu post-akcyjnego oraz obserwacji.

Słowa kluczowe: dogoterapia, edukacja w asyście psa

Nota autorska

Kamila Witerska – doktor, adiunkt Wydziału Pedagogiki i Psychologii Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Stopień doktora nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki uzyskała na Wydziale Pedagogicznym Uniwersytetu Warszawskiego. Interesuje się dramą, stymulowaniem motywacji i kreatywnego myślenia oraz wspieraniem rozwoju. Autorka koncepcji edukacji performatywnej. Posiada 20-letnie doświadczenie w pracy dramą z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi. Autorka licznych publikacji dotyczących dramy i innych metod mieszczących się w modelu edukacji performatywnej. Najnowsza publikacja to *Drama procesualna w pracy z dziećmi w przedszkolu i klasach I–III* (2020).

Zuzanna Woźniak – licencjat pedagogiki uzyskany w Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi.

Wprowadzenie

Docent zamieszkiwał portiernię budynku Uniwersytetu Łódzkiego, Wydziału Nauk o Wychowaniu w Łodzi na ulicy Kopernika. Był najprawdopodobniej jedynym docentem mieszkającym w budynku uniwersytetu. Był psem, mieszkańcem, pomiędzy labradorem a owczarkiem, ciemnego umaszczenia. Stanowił nieodłączny element wydziału, latem witał studentów i wykładowców już na zewnątrz, a zimą biegał na parterze całego budynku. Docent, oprócz tego, że zajmował się typowo psimi sprawami, pomagał ludziom w pracy i w studiowaniu. Po pierwsze wszystkich serdecznie witał już na progu budynku, po drugie dodawał otuchy i tworzył przyjazną atmosferę. Był wyjątkowym uniwersyteckim asystentem.

Okazuje się, że nie był to jedyny taki przypadek. Wiele uczelni, instytucji i firm jest zamieszkiwanych przez psy, koty, a czasami także inne zwierzęta, które asystują ludziom w ich pracy. Niektóre z nich pracują na „całym etacie”, na przykład psy policyjne, asystenci osób niepełnosprawnych czy jastrzębie odstraszaające inne ptaki na lotniskach.

Niniejszy artykuł przybliży jeden z obszarów pracy zwierząt na rzecz człowieka, jakim jest obszar edukacji i terapii. Autorki starają się przybliżyć zagadnienie edukacji i terapii w asyście psa na podstawie wywiadu z dogoterapeutami oraz obserwacji zajęć z udziałem tych zwierząt.

Pies w kulturze i życiu człowieka

Pies, jedno z najwcześniej udomowionych zwierząt przez człowieka, od starożytności aż po dziś pełni wiele różnych ról, mając ogromny wpływ na życie ludzi. Jest towarzyszem, strażnikiem, pasterzem, a także przewodnikiem dla niewidomych – psy zawsze stanowiły nieodłączny element kultury.

W starożytności psy pełniły rolę strażnika i obrońcy. W starożytnej Grecji wykorzystywano je w celach wojskowych i do ochrony domów. Często przypisywano im także boskie atrybuty, jak w przypadku psa Cerbera strzegącego wejścia do Hadesu. W Rzymie były używane do polowania, pilnowania stad i jako towarzysze w domu. Ich rola z pewnością nie ograniczała się tylko do ochrony, ale również obejmowała nawiązywanie relacji z ludźmi.

W średniowieczu psy nadal pełniły funkcję strażników i towarzyszy, jednak wraz z rozwojem rolnictwa ich obowiązki uległy rozszerzeniu o pracę w polu i pilnowanie zwierząt. Psy pasterskie były niezwykle ważne dla rozwijającego się rolnictwa, ponieważ pomagały w pilnowaniu i napędzaniu zwierząt. Ich inteligencja oraz instynkt wyprowadzały stada z trudnych sytuacji i zabezpieczały przed drapieżnikami.

W XVIII wieku psy zaczęto wykorzystywać również w roli przewodników dla niewidomych. To wtedy powstały pierwsze organizacje szkolące takie rasy, które pomagały osobom z dysfunkcją wzroku w poruszaniu się i wykonywaniu codziennych czynności. Współpraca psów przewodników z człowiekiem była szczególnie imponu-

jąca, ponieważ wymagała zaufania, harmonii i wzajemnego zrozumienia. Dzięki temu zwierzęta te stały się nieocenioną pomocą dla osób niewidomych na całym świecie.

Wraz z rozwojem społeczeństwa przemysłowego w XIX i XX wieku znaczenie psów w życiu człowieka ewoluowało. Stały się one popularnymi towarzyszami domowymi i członkami rodziny. Wprowadzenie rasowych psów nastąpiło w XIX wieku, kiedy ludzie zaczęli selekcjonować je pod kątem wyglądu i cech charakterystycznych dla danej rasy. Te rasowe często służyły jako statusowy symbol i wyraz prestiżu, a ich hodowla była dostępna tylko dla wybranych¹.

Pies znalazł swoje miejsce również w literaturze, gdzie często ukazywano go w dobrym świetle. Symbolizował lojalność, przez co stał się towarzyszem, na którym można było polegać bardziej niż na ludziach. W *Odysei* Homera tylko wierny Argos rozpoznał swojego pana, Odyseusza, który powrócił do domu po dwudziestu latach jako żebrak. Podobny motyw pojawia się w legendzie o Tristanie i Izoldzie. Tytułowy młodzieniec, ogarnięty miłością, wraca do domu zmieniony nie do poznania i zostaje rozpoznany jedynie przez swojego psa. Literatura przedstawia te zwierzęta jako najlepszych przyjaciół ludzi, jak w wierszu Henryka Heinego *Mopsik Heinego*, gdzie poeta chwali wdzięczność i przywiązanie swojego czworonoga. Niekiedy pies pojawia się w literaturze jako bestia. Mefisto zbliża się do Fausta w postaci czarnego psa i dopiero wtedy ujawnia swoją prawdziwą tożsamość, stwierdzając: „to właśnie istota pudła”. Wiele lat później Sir Arthur Conan Doyle w *Psie Baskerville’ów* opisał psa w słowach związanych z piekłem, używając takich sformułowań jak: „demon z Baskerville”, „szatański pies”, „piekielna bestia”². Takie psie postacie przypominają o tym, że zwierzę to może być także groźne, agresywne i niebezpieczne.

Pamiętamy z polskiej literatury słynny spór o Kusego i Sokoła z *Pana Tadeusza*, a także powszechnie znane zdanie „Ogary poszły w las” z *Popiołów*. Pies był także częstym tematem literatury XIX-wiecznej. Prus ze wzruszeniem pisał o kundysach, a jego ulubionej postaci, staremu Rzeckiemu, towarzyszył modny pudel. Dygasiński też stworzył wiele opowiadań o swoim ulubionym piesku Asie. Przybyszewski w swoich książkach ukazywał psa jako wysłannika losu lub zwiastuna piekła, a Sienkiewicz nadał Sabie z *W pustyni i w puszczy* cechy prawie ludzkie.

Psy pojawiają się również jako postacie w komiksach, na przykład buldog w kreskówkach o Tomie i Jerry, zakochany kundel czy słynny Ideefix z komiksu o Asterixie oraz najbardziej znany, czyli Snoopy z komiksu o Fistaszkach³. Psy stały się też bohaterami filmowymi, co możemy zobaczyć w *101 dalmatyńczykach*, *Beethovenie* czy serialu o utalentowanym detektywie – komisarzu Rexie.

Współczesność to czas intensywnego rozwoju różnych dziedzin życia, a wraz z tym rola psów ulega dalszej zmianie. Stały się one nie tylko towarzyszami

¹ J. Żychlińska-Buczek, A. Wronowska, *Rola psa w życiu człowieka*, „Wiadomości Zootechniczne” 2008, r. 46, s. 79–81.

² Tamże.

³ Tamże.

i strażnikami, ale również wykorzystuje się je w działaniach ratowniczych, terapiach wspomagających leczenie, a także jako psy policyjne. Ich wrażliwy węch oraz zdolność do nauki i współpracy uczyniły z nich niezastąpionych pomocników w wielu dziedzinach działalności człowieka⁴.

Standardy i rodzaje działań w asyście zwierząt

Organizacją, która odegrała ważną rolę w ustanowieniu standardów, wytycznych i szkoleń dla osób pracujących ze zwierzętami i samych zwierząt, jak również odpowiadała za rozwijanie i ustanowienie programów dogoterapeutycznych na różnych obszarach, takich jak opieka zdrowotna, terapia zajęciowa i terapia w szkołach, była Delta Society, obecnie przekształcona w Pet Partners⁵. Jest to organizacja non-profit założona w 1977 roku w Stanach Zjednoczonych, której przyświeca promowanie i rozwijanie dogoterapii. Stworzyła metody oceny i sprawdzania zwierząt, aby zapewnić wysoką jakość i bezpieczeństwo terapii. Była pionierem w dążeniu do uzyskania akredytacji profesjonalnej dla dogoterapeutów. Przez lata wspierała i promowała badania naukowe dotyczące dogoterapii, mające na celu udowodnienie korzyści zdrowotnych, emocjonalnych i społecznych związanych z interakcją człowieka i zwierzęcia. Dzięki staraniom Delta Society/Pet Partners dogoterapia stawiała się coraz bardziej popularna i uznawana przez instytucje medyczne, terapeutyczne oraz społeczne na całym świecie. Inicjatywy organizacji pomogły wprowadzić tę metodę do standardowej praktyki w placówkach służby zdrowia, szkołach oraz innych instytucjach, gdzie interakcja z zwierzętami przynosi znaczne korzyści.

W ramach swojej działalności Pet Partners kontynuuje szkolenia i certyfikację zespołów terapeutycznych, składających się z ludzi i ich zwierząt. Program ten obejmuje nie tylko psy, ale również koty, konie, ptaki i inne małe zwierzęta, które mogą spełniać rolę terapeutów. Organizacja utrzymuje wysokie standardy poprzez regularne przeglądy i oceny, co ma zagwarantować, że każda wizyta terapeutyczna będzie bezpieczna i skuteczna⁶.

Pet Partners aktywnie angażuje się w kampanie edukacyjne, mające na celu zwiększenie świadomości na temat korzyści płynących z *animal-assisted therapy* (AAT). Poprzez warsztaty, seminaria i materiały dydaktyczne organizacja dąży do szkolenia nowych pokoleń dogoterapeutów oraz przekonania społeczności o znaczeniu tej formy terapii. Dzięki wieloletnim badaniom i gromadzeniu danych Pet Partners dostarcza solidnych dowodów naukowych potwierdzających, że dogoterapia może przynieść wymierne korzyści, takie jak zmniejszenie objawów stresu, obniżenie ciśnienia krwi, poprawa nastroju oraz zwiększenie zaangażowania społecznego. Pomaga to w zdo-

⁴ Tamże.

⁵ Pet Partners, <https://petpartners.org/> [dostęp: 25.06.2025].

⁶ Tamże.

byciu przychylności decydentów politycznych i finansowych oraz skłonieniu ich do wspierania programów dogoterapeutycznych⁷.

Organizacja współpracuje z różnymi instytucjami badawczymi oraz uniwersytetami przy projektach, które poszerzają wiedzę na temat interakcji między człowiekiem a zwierzęciem. Wprowadzenie naukowych metod badawczych do oceny skuteczności dogoterapii umożliwia organizacji ciągłe rozwijanie i doskonalenie swoich metod.

Z biegiem lat Pet Partners zbudowała sieć wsparcia, która umożliwia coraz szersze wdrażanie dogoterapii na całym świecie. Jej wkład w rozwój tej formy terapii jest nieoceniony i nadal odgrywa kluczową rolę w promocji korzyści płynących z relacji człowieka ze zwierzęciem. Dzięki temu dogoterapia mogła zaistnieć jako narzędzie terapeutyczne, które realnie wpływa na poprawę jakości życia ludzi na całym świecie.

Pet Partners do dziś kontynuuje swoją misję, promując dogoterapię jako skuteczne narzędzie w pomaganiu ludziom w różnych sytuacjach, takich jak rehabilitacja po urazach, wsparcie emocjonalne, a nawet terapia dla osób starszych. Organizacja nadal prowadzi badania naukowe i inicjatywy edukacyjne, aby popularyzować i rozwijać dogoterapię na całym świecie⁸.

W związku z prężnie rozwijającymi się działaniami z udziałem zwierząt Pet Partners opracowała rodzaje oraz główne założenia dotyczące terapii i edukacji z ich udziałem⁹:

1. Terapia z udziałem zwierząt (Animal-Assisted Therapy, AAT) – to strukturalny proces, który korzysta z interakcji człowieka i zwierzęcia pod nadzorem profesjonalisty z obszaru zdrowia lub innej odpowiednio wyszkolonej osoby w celu poprawy fizycznego, społecznego, emocjonalnego lub poznawczego funkcjonowania człowieka. Cały proces terapii jest zamierzony, a wszystko zostaje opisane w specjalistycznej dokumentacji¹⁰. Ta metoda może być prowadzona zarówno w formie grupowej, jak i indywidualnej. W ramach AAT mieści się dogoterapia.
2. Edukacja/Pedagogika z Udziałem Zwierząt (Animal-Assisted Education, AAE) – obejmuje programy zaprojektowane w celu promowania nauki, motywacji oraz społeczno-emocjonalnego rozwoju uczniów z udziałem zwierząt. Są one prowadzone przez wyszkolonych dydaktycznie nauczycieli lub pedagoga specjalnego we współpracy ze zwierzętami. Prowadzący muszą posiadać wiedzę o zwierzętach uczestniczących w zajęciach¹¹.

⁷ Tamże.

⁸ W. Bartkiewicz, M. Zawadka, *Pies tearapeuta i przyjaciel rodziny – rola psa w procesie rehabilitacji niepełnosprawnego dziecka*, Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Przyjaciel, Warszawa 2008, s. 56–57.

⁹ A. Potocka, *Terapia i edukacja z psem*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2019, s. 7.

¹⁰ Tamże.

¹¹ Tamże.

3. Interwencja z udziałem zwierząt (Animal-Assisted Intervention, AAI) – to szeroki termin odnoszący się do różnych działań z udziałem zwierząt, które mają na celu poprawę stanu zdrowia, samopoczucia i funkcjonowania emocjonalnego, społecznego i poznawczego uczestniczących w nich osób. Może obejmować zarówno terapię z udziałem zwierząt, jak i terapię przez nie wspomaganą. Warunkiem koniecznym tej formy interwencji jest posiadanie potrzebnej wiedzy dotyczącej ludzi i zwierząt¹².
4. Aktywności z udziałem zwierząt (Animal-Assisted Activity, AAA) – odnoszą się do szerokiej gamy działań, w których zwierzęta towarzyszą ludziom w celu dostarczenia towarzystwa, wsparcia emocjonalnego, motywacji i innych korzyści. Aktywności te mogą obejmować terapię, ale także inne interakcje, na przykład odwiedziny zwierząt w szpitalach czy domach opieki¹³. Głównym celem tych wizyt jest umożliwienie kontaktu i interakcji ze zwierzętami oraz zapewnienie ludziom możliwości zabawy i bliskiego poznania żywego stworzenia. Podczas spotkań, które są zorganizowane według określonego scenariusza, u dzieci dużą część czasu poświęca się na różnorodne zabawy, podczas gdy u dorosłych skupia się na czynnościach pielęgnacyjnych. Długość wizyt zależy jedynie od prowadzących, którzy dostosowują ją do potrzeb uczestników. AAA nie wymaga prowadzenia terapeutycznych notatek¹⁴.

W ramach tych definicji i założeń International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO) zaleca określone standardy praktyki oraz szkolenia i certyfikację dla profesjonalistów pracujących w dziedzinie terapii i edukacji z udziałem zwierząt, zwracając szczególną uwagę na dobrostan tych ostatnich oraz zakres, w jaki są angażowane, a także na cele i ogólne wymogi formalne¹⁵.

Organizacja ta troszczy się o dobro zwierząt terapeutów, dlatego nie można kontynuować zajęć w sytuacjach, kiedy:

- istnieje ryzyko, że zwierzę może zostać skrzywdzone poprzez brutalne traktowanie przez pacjentów lub przez inne psy,
- pies nie ma odpowiednich warunków pracy, takich jak regularne przerwy na aktywny odpoczynek i dostęp do wody,
- pies wyraźnie nie lubi odwiedzania określonego miejsca.

Ważne jest również, aby zapobiegać pojawieniu się sytuacji, które powinny być eliminowane. Podczas zajęć z psem należy unikać:

- powodowania rywalizacji i współzawodnictwa między pacjentami,

¹² Tamże.

¹³ Tamże.

¹⁴ B. Laskowska, *Rola psa terapeuty i jego przewodnika w procesie radzenia sobie z różnymi trudnościami życiowymi*, Proceedings of the 7th International Scientific Conference, 24 grudnia 2017 r., Bratislava 2017, s. 121–129.

¹⁵ International Association of Human-Animal Interaction Organizations, <https://iahaio.org/> [dostęp: 25.06.2025].

- sytuacji, w których pacjenci pragną stać się właścicielami zwierzęcia i źle znoszą separację od niego,
- zranień powstałych w wyniku niedostatecznej ostrożności lub nieodpowiedniego dobrania i przeszkolenia psa,
- prowokowania zwierzęcia przez pacjentów,
- rozwijania poczucia odrzucenia u pacjentów, zwłaszcza u osób o niskiej samoocenie,
- uczestnictwa pacjentów z alergią na sierść lub ślinę psa,
- uczestnictwa w zajęciach psów bez aktualnych badań weterynaryjnych,
- braku ostrożności podczas spotkań z pacjentami o obniżonej odporności na infekcje lub z ranami otwartymi¹⁶.

Dogoterapia

W Polsce dogoterapia traktowana jest jako stosunkowo nowa metoda wspomagająca proces rozwoju i rehabilitacji dzieci oraz młodzieży. Jest to jedna z wielu form animacji, która bazuje na udziale zwierząt w procesie leczenia. Dogoterapia, zwana również kynoterapią, zyskała w ostatnich latach dużą popularność jako pożądana metoda wspomagająca. Wykorzystuje ona odpowiednio dobranego psa do pracy z dziećmi z niepełnosprawnościami oraz mającymi problemy w zakresie rozwojowym. Charakter wspomagający dogoterapii wynika przede wszystkim z efektywnej współpracy zarówno dogoterapeuty, psa uczestniczącego, dziecka, rodziców, pedagogów, jak i innych zaangażowanych podmiotów w przedsięwzięcie¹⁷. Kynoterapia wykorzystuje interakcję człowieka z psem do poprawy zdrowia fizycznego, emocjonalnego i społecznego pacjenta. Jest to proces, w którym specjalnie przeszkolone psy odgrywają kluczową rolę jako członkowie zespołu terapeutycznego. Zajęcia z dogoterapii są prowadzone pod nadzorem specjalistów, opracowujących i wdrażających odpowiednie programy terapeutyczne dla różnych grup pacjentów.

Dogoterapia jest skuteczną formą terapii, która może być stosowana w różnych dziedzinach, takich jak terapia behawioralna, terapia dla osób starszych, dzieci z niepełnosprawnością czy rehabilitacja osób z zaburzeniami psychicznymi.

Terapia z wykorzystaniem psów przynosi widoczne rezultaty w różnych obszarach życia pacjentów. Dogoterapia może być wykorzystywana w celu zmniejszenia objawów lękowych u osób cierpiących na różnego rodzaju zaburzenia emocjonalne, na przykład na depresję czy nerwice. Jeszcze innym celem kynoterapii jest poprawa umiejętności społecznych osób z autyzmem, które często mają trudności w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych. Ponadto, terapia ta może być stosowana

¹⁶ Tamże.

¹⁷ S. Chrost, *Dogoterapia jako metoda wspomagania procesu rehabilitacji dzieci*, „Rozprawy Społeczne” 2018, nr 12(3).

w ramach rehabilitacji osób po operacjach czy wypadkach, aby pomóc im w powrocie do sprawności fizycznej.

Dogoterapia to metoda wykorzystująca psy różnych ras. Jest uważana za najbardziej naturalną formę zooterapii. W kynoterapii najczęściej spotykanymi rasami psów są¹⁸: syberian husky, samojed, nowofundland, alaskan malamut, golden retriever, labrador retriever. Rasy te muszą spełniać określone warunki, takie jak posłuszeństwo, łagodność, zdrowie (systematyczna kontrola weterynaryjna), czystość, tolerancyjność, akceptacja obcych, chęć współpracy z terapeutą i innymi osobami¹⁹.

Historia dogoterapii sięga starożytności, kiedy to psy były już wykorzystywane w leczeniu i rehabilitacji. Jednak metoda ta rozwijała się najprężniej w 1964 roku, gdy amerykański psychiatra dziecięcy Boris Levinson opublikował artykuł *Pies jako współterapeuta*, gdzie po raz pierwszy użył terminu „terapia z udziałem zwierząt”. Zauważył, że niektóre dzieci autystyczne, które miały trudności w nawiązywaniu kontaktu z innymi ludźmi, łatwo nawiązywały relacje z jego psem zwanym Jingles. Badacz zaczął stosować terapię z udziałem psa i zaobserwował jej pozytywne efekty.

W 1981 roku w Australii przeprowadzono kolejne badania, w których 58 starszych pacjentów cierpiących na choroby związane z wiekiem starczym, takie jak choroba zwyrodnieniowa układu ruchowego, choroba Parkinsona, otępienie starcze, niewydolność krążenia i choroba nowotworowa, zostało poddanych terapii z udziałem psa. Osoby te mieszkaly ze zwierzęciem przez 6 miesięcy, po czym zaobserwowano u nich pozytywne zmiany w zachowaniu. Były bardziej radosne, pełne energii, chętniejsze do życia i łatwiej nawiązywały kontakty społeczne. W grupie kontrolnej, która nie brała udziału w terapii z udziałem zwierząt, nie zaobserwowano żadnych istotnych zmian. Dogoterapia okazała się skuteczną formą terapii nie tylko dla osób z zaburzeniami psychicznymi i dzieci, ale także dla starszych²⁰.

Obecnie dogoterapia jest stosowana przy leczeniu różnych schorzeń i zaburzeń, takich jak depresja, stres, autyzm, ADHD, choroby psychiczne, traumy pourazowe i niepełnosprawność fizyczna. Interakcja z psem podczas terapii przyczynia się do poprawy samopoczucia emocjonalnego pacjenta, zmniejszenia poziomu stresu, zwiększenia poczucia bezpieczeństwa, poprawy komunikacji i więzi interpersonalnych, a także wzrostu motywacji i zaufania²¹.

¹⁸ J. Karbowiczek, J. Mielczarek, *Dogoterapia jako naturalna metoda wspomagania, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce. Kwartalnik dla Nauczycieli” 2007, nr 2, s. 39.

¹⁹ Tamże.

²⁰ M. Glińska, M. Mężyńska, *Rola psa w dogoterapii: przegląd badań*, „Psychogeriatrics” 2019.

²¹ Tamże.

Korzyści i potencjał dogoterapii w kontekście edukacyjnym

Pierwszą korzyścią wynikającą z dogoterapii jest poprawa emocjonalnego stanu uczestników. Obecność psa wpływa na człowieka niezwykle pozytywnie, ponieważ zwierzęta te są przyjazne, otwarte i bezwarunkowo kochające. Kontakt z nimi powoduje u ludzi zmniejszenie napięcia, stresu i lęku. Jest to szczególnie ważne w edukacji, ponieważ relaksacja i dobre samopoczucie uczniów przyczyniają się do poprawy koncentracji oraz efektywności nauki²².

Kolejny aspekt, który stanowi korzyść wynikającą z dogoterapii, to rozwijanie umiejętności społecznych. Współpraca z psem wymaga określonych umiejętności komunikacyjnych i empatii. Dzieci uczą się współdziałania, przez co rozwijają zdolność do rozumienia potrzeb i oczekiwań innych osób. Podczas sesji dogoterapii różne formy interakcji z psem, na przykład głaskanie, karmienie czy zabawa, promują uczenie się przez działanie i rozwijają zdolność do współpracy²³.

Dogoterapia sprzyja także rozwijaniu umiejętności poznawczych. Wraz z psem uczniowie mogą wykonywać różne zadania, które wymagają myślenia, rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji. Obejmują one między innymi naukę komend i sztuczek, rozpoznawanie różnych przedmiotów. Poprzez realizację tych aktywności dzieci rozwijają swoje umiejętności poznawcze, takie jak pamięć, logiczne myślenie oraz koncentracja²⁴.

Dogoterapia ma również duży potencjał terapeutyczny. Współpraca z psem może być wykorzystana w terapii prowadzonej przez psychologów, pedagogów czy terapeutów zajęciowych. Zarówno osoby z zaburzeniami rozwojowymi, jak i dzieci z trudnościami w nauce bądź problemami emocjonalnymi mogą skorzystać z dogoterapii. Obecność psa w procesie terapeutycznym pomaga uczestnikom zbudować więź, która jest często trudna do osiągnięcia w innych formach terapii. Wielu badaczy potwierdza, że terapia z psem może przyczynić się do poprawy samopoczucia, redukcji objawów lękowych czy zwiększenia poczucia własnej wartości w przypadku dzieci²⁵.

Warto też wspomnieć o potencjale dogoterapii w aspekcie motywacyjnym. Uczniowie często czują większą motywację do nauki i pracy, kiedy współpracują z psem. Przykładem może być sytuacja, gdy dzieci mają za zadanie czytać na głos przed tym zwierzęciem. Czują się wtedy mniej skrępowane i bardziej zmotywowane, ponieważ wiedzą, że pies nie ocenia ich umiejętności, a jedynie daje im poczucie akceptacji i wsparcia²⁶.

Ta metoda terapeutyczna posiada wiele korzyści i potencjał w kontekście edukacyjnym. Poprzez kontakt z psem uczniowie poprawiają swoje samopoczucie

²² S. Chrost, *Dogoterapia...*, dz. cyt.

²³ Tamże.

²⁴ Tamże.

²⁵ Tamże.

²⁶ Tamże.

emocjonalne, rozwijają umiejętności społeczne i poznawcze oraz zyskują możliwość terapii i motywacji. Dogoterapia jest skutecznym narzędziem, które może być wykorzystane w celu wspierania dzieci i ułatwiania im procesu nauki. Wpływ, jaki psy mają na ich rozwój, jest nieoceniony i powinien być coraz bardziej wykorzystywany w edukacji²⁷.

Zawód: dogoterapeuta

Rozwój praktyki włączania psów do terapii osób z niepełnosprawnością intelektualną zaowocował w 2004 roku powstaniem Polskiego Związku Dogoterapii (PZD). Działania podejmowane przez jego członków doprowadziły do uznania zawodu kynoterapeuty (dogoterapeuty). Niemniej jednak wciąż brakuje odpowiednich przepisów prawnych, które regulowałyby i precyzowałyby wymagania dotyczące terapeutów oraz psów terapeutycznych. Obecnie najczęściej terapią z udziałem psa zajmują się pedagodzy, którzy są jednocześnie pasjonatami tych zwierząt. W związku z tym optymalne przygotowanie dogoterapeuty powinno obejmować wiedzę i umiejętności z zakresu pedagogiki, behawioryzmu oraz szkolenia psów.

Głównym czynnikiem, który wpływa na decyzję o zostaniu dogoterapeutą, jest wyjątkowa miłość do psów. Tylko prawdziwi entuzjaści tych czworonogów są w stanie podjąć trudny proces wyboru, szkolenia, opieki i utrzymania psa terapeutycznego. Warto pamiętać, że pies współpracujący z terapeutą nie jest zabawką, przejawem chwilowego kaprysu czy mody. Zwierzę przeznaczone do dogoterapii musi być stale doskonałe i przystosowywane do nowych pomieszczeń, sytuacji oraz nieoczekiwanych zdarzeń. Nie można go wyłączyć na pół roku z prowadzonych sesji i nagle zaangażować w zajęcia z ludźmi bez wcześniejszych odpowiednich przygotowań²⁸.

Dogoterapeuta wraz ze swoim psem powinien ukończyć kurs dogoterapii pierwszego stopnia w renomowanym ośrodku szkoleniowym, aby otrzymać odpowiednie dokumenty. Następnie powinien odbyć kilkanaście darmowych sesji dogoterapii pod nadzorem specjalisty. Ważne jest również znalezienie odpowiedniego miejsca na zajęcia na świeżym powietrzu, które spełnia wszelkie wymogi bezpieczeństwa. Koniecznie należy dostosować pomieszczenia do wymagań bezpiecznej pracy z psem i uzyskać zgodę oraz regulamin od rodziców lub opiekunów dziecka. W celu opracowania programu dogoterapii trzeba współpracować z wychowawcą, psychologiem, pedagogiem i opiekunem prawnym, opierając się na diagnozie psychologicznej z poradni, a w niektórych przypadkach także na diagnozie lekarskiej. Dopiero po długim (minimum 2 lata) okresie przygotowania siebie i psa odpowiedzialny dogoterapeuta powinien rozpocząć działalność, mając na celu wspieranie dzieci i młodzieży z róż-

²⁷ Tamże.

²⁸ W.B. Boruta, *Dogoterapia jako metoda wsparcia rozwoju osoby niepełnosprawnej intelektualnie – wybrane aspekty*, „Student Niepełnosprawny” 2017, nr 17(10).

nymi niepełnosprawnościami intelektualnymi, takimi jak zespół Downa, spektrum autyzmu i inne zaburzenia²⁹.

Podczas zajęć priorytetem jest bezpieczeństwo uczestnika dogoterapii. Dogoterapeuta ma obowiązek stworzyć jak najbezpieczniejsze warunki dla siebie, uczestników i psa. Jeśli brakuje mu pewności co do tych warunków, ma prawo i obowiązek odmówić przeprowadzenia sesji. W celu zapewnienia bezpieczeństwa psa to dogoterapeuta odpowiada za dobór odpowiedniej rasy, szkolenie i przygotowanie zwierzęcia do pracy w trudnych warunkach. Czasami musi także pilnować bezpieczeństwa psa ze względu na działania uczestników zajęć. Taka sytuacja często ma miejsce zarówno w grupach, jak i w sesjach indywidualnych z osobami ze spektrum autyzmu³⁰.

Możliwości wykorzystania dogoterapii w edukacji – raport z badań

Dogoterpia jest dziedziną nową, jednak zdobywa coraz większy rozgłos i popularność. Stąd rodzi się pytanie: Jakie są możliwości jej wykorzystania w edukacji?

Próbę odpowiedzi na tak sformułowany problem podjęła Zuzanna Woźniak w ramach pracy dyplomowej w Akademii Humanistycznej w Łodzi pod kierunkiem dr Kamili Witek.

Pytania badawcze, na które starano się znaleźć odpowiedzi, oscylują wokół wiedzy i zastosowania dogoterapii w edukacji, a uszczegółowione brzmią następująco: Jakie korzyści emocjonalne wynikają z uczestnictwa dzieci w sesjach dogoterapii? W jaki sposób dogoterapia wpływa na rozwój umiejętności społecznych u dzieci? Jakie efekty daje dogoterapia w rozwijaniu umiejętności poznawczych dzieci, w tym zdolności do koncentracji, pamięci oraz logicznego myślenia?

W celu zbadania możliwości wykorzystania dogoterapii w edukacji zastosowano metodę indywidualnych przypadków oraz technikę wywiadu i obserwacji.

Próba badawcza objęła dwie grupy dzieci w wieku od 9 do 10 lat, które uczestniczyły w sesji dogoterapii (w sumie około 30 dzieci), oraz dwóch dogoterapeutów odpowiedzialnych za przeprowadzenie zajęć. Uczestniczące w zajęciach dzieci oraz ich rodzice wyrazili zgodę na udział w sesji z psem terapeutycznym.

Zajęcia zostały przeprowadzone w Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Badanie rozpoczęło się od obserwacji spotkań, bezpośrednio po których przeprowadzono wywiad z dogoterapeutami. Tego typu wywiad jest określany w literaturze metodologicznej jako postakcyjny (*post-actional interview*)³¹. Przeprowadzenie

²⁹ Tamże.

³⁰ Tamże.

³¹ H.D. Dann, *Subjective Theories: A New Approach to Psychological Research and Educational Practice*, [w:] G.R. Semin, K.J. Gergen (red.), *Everyday Understanding: Social and Scientific Implications*, Sage Publication, London–Newbury Park–New Delhi 1990.

badania w odpowiedniej kolejności – obserwacja zajęć, a następnie wywiad z nauczycielem (w tym przypadku dogoterapeutą) – pozwala na odwoływanie się w trakcie wywiadu do konkretnych epizodów sytuacyjnych³².



Fot. 1. Whisper – jeden z „prowadzących” zajęcia

Źródło: materiały własne.

Pierwsze pytanie, jakie zadano dogoterapeutom, brzmiało: Jakie są główne aktywności i ćwiczenia, które przeprowadza Pani z dziećmi podczas sesji dogoterapii?

Na początek tworzenie kącika dla psa, z wodą, jego kocykiem. Potem jest rundka zapoznawcza między psem a dziećmi poprzez dawanie psu smaczka, na koniec pies robi jakąś sztuczkę, na przykład ukłon. Dzięki włączeniu dzieci do takich małych aktywności każde dziecko czuje się docenione, cieszy się, że może pomóc przy tworzeniu miejsca dla psa. Ważne jest, aby każde dziecko miało jakiś wkład w takie czynności, nikt nie może poczuć się wykluczony, szczególnie jeśli w grupie dzieci jest jakieś dziecko ze szczególnymi potrzebami.

Obserwowane zajęcia potwierdzają wypowiedź dogoterapeutów. Sesje rozpoczęły się od przedstawienia psa, który miał w nich uczestniczyć, następnie dogoterapeutka wyjaśniła zachowanie psa w nowym miejscu i zachęciła dzieci do włączenia się do zajęć. Każde dziecko dostało jakieś zadanie. Na początku było to podanie psu przysma-

³² K. Witerska, *Obserwacja i wywiady – jakościowe badania dramy kreatywnej*, [w:] K.J. Szmidt (red.), *Metody pedagogicznych badań nad twórczością. Teoria i empiria*, Wydawnictwo AHE, Łódź 2009.

ków, do czego został włączony każdy z uczestników spotkania – była to tak zwana rundka zapoznawcza. Następnie dzieci małymi grupkami podchodziły i wspólnie tworzyły kącik dla psa.



Fot. 2. „Rundka zapoznawcza”

Źródło: materiały własne.

Ważne jest także przygotowanie dzieci przed rozpoczęciem zajęć. W jednej z obserwowanych grup przed przyjściem dogoterapeuty z psem została przeprowadzona z dziećmi rozmowa na temat tego, w jaki sposób trzeba zachowywać się w obecności zwierzęcia, poruszono kwestię psiej wrażliwości i szacunku dla psa. W efekcie po wejściu do sali czworonoga dzieci siedziały spokojnie na swoich miejscach, nie krzyczały, nie podbiegały do psa, który poczuł się w takim środowisku bardzo komfortowo, eksplorował otoczenie, po czym spokojnie położył się w wybranym przez siebie miejscu.

Wydaje się, że zajęcia dogoterapeutyczne uczą szacunku do zwierzęcia, a jednocześnie respektowania jego przestrzeni i granic. Na tej podstawie można rozmawiać z dziećmi i uczyć je szacunku do innych ludzi oraz ich granic, co jest bardzo istotne w budowaniu ich kompetencji społecznych.

Kontakt z psem terapeutycznym a poziom stresu, lęku oraz ogólne samopoczucie emocjonalne dzieci

Kolejne pytania brzmiało: Jakie korzyści emocjonalne obserwuje Pani u dzieci uczestniczących w dogoterapii?

Obecność psa działa kojąco na dzieci, sprawiają, że czują się dużo bardziej komfortowo. To bardzo ważne w pracy z dziećmi, które doświadczyły stresu lub traumy. Regularne interakcje z psem uczą dzieci empatii, dzieci zaczynają lepiej rozpoznawać i reagować na sygnały emocjonalne, uczymy dzieci, jakie sygnały daje pies, kiedy jest

zadowolony, a kiedy daje jakieś sygnały ostrzegawcze, co wpływa pozytywnie na ich relacje społeczne. Dzieci uczą się też współpracy poprzez wspólne opiekowanie się psem i jego komfortem, uczestnicy takich zajęć muszą wykazać się też cierpliwością, kiedy czekają na swoją kolej, na przykład w daniu psu smaczka.

Na zajęciach można było zaobserwować zaangażowanie i szczęście dzieci już od pierwszych chwil, jak tylko pojawił się pies. Dzieci bardzo angażowały się w każde ćwiczenie, uważnie słuchały, jak postępować z czworonogiem, aby czuł się w ich towarzystwie komfortowo. Przy ćwiczeniach, które wymagały więcej osób, dzieci były chętne do współpracy, a jednocześnie potrafiły poczekać na swoją kolej, rozumiejąc, że nie wszyscy naraz mogą nakarmić psa.

Następnie padło pytanie: Jak psy terapeutyczne wpływają na poziom lęku u dzieci?

Kontakt z psem terapeutycznym znacząco zmniejsza lęki dzieci. Pies daje poczucie bezpieczeństwa i komfortu, co jest szczególnie istotne dla dzieci zmagających się z różnymi formami lęków. Dzieci są zdecydowanie bardziej radosne i pełne energii po sesjach dogoterapii. Kontakt z psem powoduje wydzielanie endorfin, co wpływa na poprawę nastroju. Obserwujemy mniej objawów przygnębienia i depresji u dzieci, które regularnie uczestniczą w dogoterapii. Dzieci wracają do swoich klas z uśmiechem i energią do nauki.

Tak, dzieci stają się bardziej otwarte i mniej wycofane. Zauważamy, że w obecności psa chętniej angażują się w aktywności i są bardziej spontaniczne. Nawet te dzieci, które na początku sesji były nieśmiałe i wycofane, po jakimś czasie z psem zaczynają się uśmiechać, rozmawiać i wyrażać swoje emocje bardziej swobodnie.

Nieśmiałość jest pewnym aspektem lęku społecznego lub też jedną z jego konsekwencji³³. Philip G. Zimbardo³⁴ stwierdza, że strach przed ludźmi stanowi przyczynę nieśmiałości, chociaż reakcje na ten strach – zachowania danej osoby – mogą być zróżnicowane. Strach przed ludźmi związany jest z lękiem przed oceną społeczną, a zwierzęta nie oceniają. Dogoterapia może być więc również dobrym startem dla terapii dzieci nieśmiałych, wycofanych społecznie.

Zdolności do nawiązywania i utrzymania relacji interpersonalnych, empatii oraz komunikacji

Interesujące są odpowiedzi na kolejne pytanie: Czy zauważyła Pani, że dzieci uczestniczące w sesjach dogoterapii wykazują zmianę w zakresie umiejętności społecznych?

Interakcje z psem wymagają wydawania komend i obserwacji reakcji zwierzęcia, co stymuluje rozwój umiejętności komunikacyjnych. Dzieci uczą się współpracy, dziele-

³³ P. Smółka, *Konieczność bycia aktywnym i przebojowym, a lęk społeczny i nieśmiałość. Metody redukcji lęków społecznych i zahamowań behawioralnych*, Psychologia.net.pl, portal psychologiczny, <http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=143> [dostęp: 25.06.2025].

³⁴ P.G. Zimbardo, *Nieśmiałość. Co to jest? Jak sobie z nią radzić?*, PWN, Warszawa 2012.

nia się i wspólnego działania, co jest kluczowe w relacjach społecznych. Nie ma czegoś takiego jak rywalizacja na zajęciach, dzieci są jedną grupą i razem muszą współpracować, czy to przy nalaniu do psiej miski wody, czy na przykład przy rozłożeniu koca dla psa. Tak jak mówiłam wcześniej, bardzo ważne jest zaangażowanie każdego dziecka. To pozwala uniknąć konfliktów i dzieci z zajęć wynoszą nowe wartości, że współpraca płaci w życiu.



Fot. 3. Współpraca dzieci przy tworzeniu kącika dla psa

Źródło: materiały własne.

Dogoterapeuci, którzy specjalizują się w terapii z udziałem psów, zaobserwowali istotne zmiany w zachowaniu dzieci uczestniczących w tego rodzaju zajęciach. Stają się one bardziej otwarte i komunikatywne w interakcjach zarówno z rówieśnikami, jak i dorosłymi. Zauważono, że obecność psa podczas terapeutycznej interwencji znacznie ułatwia dzieciom nawiązywanie kontaktów interpersonalnych oraz zachęca je do angażowania się w różnego rodzaju zabawy grupowe i aktywności społeczne. Tego rodzaju obserwacje sugerują, że zwierzęta mogą odgrywać istotną rolę w procesie wspierania rozwoju społecznego i emocjonalnego dzieci.

Dzieci, które wcześniej były bardziej wycofane i miały trudności w nawiązywaniu kontaktów, zaczynają aktywnie uczestniczyć w zabawach i rozmowach, kiedy pies jest w pobliżu.

Tutaj ponownie pojawia się aspekt nieśmiałości. Wydaje się, że kontakt z czworonogiem powoduje przełamanie tej bariery.

Po kilku sesjach z psami, dzieci zaczynają pytać, co pies może czuć i jak można mu pomóc. To rozwija ich zdolności empatyczne, które przenoszą na relacje z rówieśnikami.

Dogoterapeuci wskazują, że dzieci stają się bardziej empatyczne poprzez regularne kontakty ze zwierzęciem. Uczą się rozpoznawania i reagowania na jego potrzeby, co przekłada się na ich zdolności do współodczuwania z innymi ludźmi.

Dzieci często mówią, że czują się mniej samotne, kiedy mają wsparcie psa. To znacząco wpływa na ich zdolność do integracji z grupą.

Dzieci, które regularnie biorą udział w sesjach dogoterapii, często doświadczają znaczącego obniżenia uczucia samotności i izolacji. Obecność psa terapeutycznego podczas tych zajęć dostarcza im nie tylko towarzystwa, ale również poczucia wsparcia emocjonalnego. Tego rodzaju interakcje mają szczególne znaczenie dla dzieci, które zmagają się z trudnościami w integracji społecznej. Dzięki kontaktowi z psem terapeutycznym mogą zyskać nieocenione wsparcie, sprzyjające poprawie ich samopoczucia i zdolności do budowania relacji z innymi.

Dogoterapia w rozwijaniu kompetencji poznawczych dzieci, w tym zdolności do koncentracji, pamięci oraz logicznego myślenia

Kynoterapia jest nie tylko skuteczną formą wsparcia emocjonalnego i społecznego, ale ma również znaczenie dla rozwoju poznawczego dzieci.

Następne pytanie badawcze brzmiało: Jakie zmiany w zdolności do koncentracji zauważyła Pani u dzieci uczestniczących w dogoterapii?

Dzieci, które wcześniej miały trudności z utrzymaniem uwagi przez dłuższy czas, zaczynają wykazywać znacznie lepszą koncentrację. Podczas sesji, kiedy wykonują zadania polegające na współpracy z psem, ich uwaga jest wyraźnie skupiona. Pies motywuje je do pozostania skoncentrowanym na zadaniu.

Podczas obserwowanych zajęć dzieci utrzymywały uwagę przez cały czas sesji. Nie rozpraszały się, uważnie obserwowały psa i rówieśników, bez zniecierpliwienia czekały na swoją kolej. Wydaje się, że pies pełni funkcję istotnego motywatora dla dzieci, znacznie ułatwiając im koncentrację na zadaniu oraz minimalizując rozproszenia. Obecność zwierzęcia terapeutycznego stymuluje dzieci do skupienia uwagi, co jest szczególnie korzystne dla tych, które zmagają się z trudnościami w utrzymaniu koncentracji. Dzięki interakcjom z czworonogiem, które są naturalnie angażujące i emocjonalnie satysfakcjonujące, dzieci znajdują większą motywację do podejmowania aktywności oraz utrzymania uwagi na jednej czynności przez dłuższy czas. Pies terapeutyczny działa jako zewnętrzny bodziec, który nie tylko przyciąga uwagę dzieci, ale także ją utrzymuje, co w konsekwencji prowadzi do bardziej efektywnego wykonywania zadań i rozwijania zdolności poznawczych.



Fot. 4. Dzieci wspólnie musiały schować smakołyki w „polu marchewkowym”

Źródło: materiały własne.

Ważne są odpowiedzi także na następne pytanie: Czy zajęcia z dogoterapii mogą poprawić możliwości pamięciowe dzieci?

Zdecydowanie. Zadania polegające na uczeniu psa nowych komend i pamiętaniu zasad postępowania z psem wyraźnie poprawiają zdolność dzieci do zapamiętywania. Dzieci angażują się emocjonalnie w te zadania, co dodatkowo wspomaga proces pamięciowy.

Obserwacja zajęć potwierdza słowa dogoterapeutki. Dzieci zapamiętują komendy poprzez wielokrotne ich powtarzanie przez każde kolejne dziecko. Uczą się także zasad postępowania z psem.

Kolejne pytanie dotyczyło innych zdolności: Czy dogoterapia wpływa na rozwój umiejętności logicznego myślenia u dzieci?

Tak, zadania związane z dogoterapią często wymagają od dzieci logicznego myślenia i planowania. Na przykład, kiedy dzieci uczą psy różnych trików, muszą myśleć krok po kroku i zrozumieć, jak działa cała nauka psa. Te doświadczenia są niezwykle cenne dla rozwijania umiejętności myślenia analitycznego i logicznego.

Nasze zainteresowanie wzbudziła także inna kwestia: Jakie wyzwania napotyka Pani podczas rozwijania zdolności poznawczych u dzieci poprzez dogoterapię?

Jednym z wyzwań jest dostosowanie poziomu trudności zadań do indywidualnych potrzeb i możliwości każdego dziecka. Każde dziecko jest inne i ma różne tempo przyswajania wiedzy. Czasem potrzeba więcej czasu, aby dostosować zadania w sposób, który będzie zarówno angażujący, jak i odpowiedni do indywidualnych zdolności dziecka.

Obserwacja zajęć potwierdza, że dzieci w różny sposób radzą sobie z zadaniami, jak również z kontaktem ze zwierzęciem. Wydaje się, że dogoterapia to proces, który szczególnie w przypadku dzieci nieśmiałych daje najlepsze rezultaty, jeśli jest procesem ciągłym, rozłożonym w czasie, składającym się z co najmniej kilku spotkań.



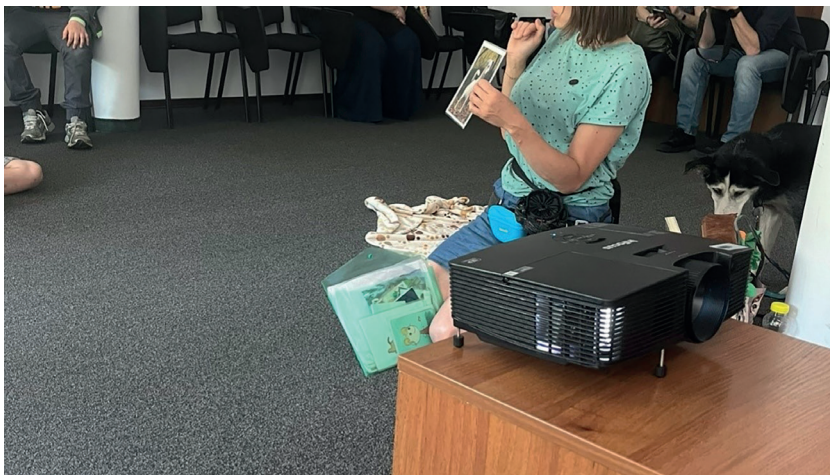
Fot. 5. Dzieci podchodzą i mogą wykonać sztuczkę z psem

Źródło: materiały własne.

Przeprowadzone wywiady z dogoterapeutami jednoznacznie wskazują, że kynoterapia wywiera znacząco pozytywny wpływ na zdolności poznawcze dzieci. Analiza odpowiedzi specjalistów ukazuje, że poprawa w zakresie koncentracji, pamięci oraz zdolności logicznego myślenia to jedne z najważniejszych korzyści, które można zaobserwować u dzieci regularnie uczestniczących w sesjach dogoterapii. Dogoterapeuci podkreślają, że psy terapeutyczne stymulują dzieci do większego skupienia uwagi, co jest szczególnie istotne w przypadku uczniów z trudnościami w koncentracji. Dzięki zajęciom z czworonogiem dzieci uczą się lepiej organizować swoje myśli i działania, co prowadzi do udoskonalenia zdolności planowania oraz rozwiązywania problemów.

Dodatkowym atutem kynoterapii jest wspieranie procesów pamięciowych. Interakcje z psami, które często obejmują naukę komend i sekwencyjnych działań, angażują różnorodne mechanizmy pamięci zarówno krótkoterminowej, jak i długotermino-

wej. Dzieci zapamiętują zasady interakcji ze zwierzęciem oraz efektywnie je stosują, co rozwija ich zdolności kognitywne w bardziej kompleksowy sposób.



Fot. 6. Rozpoznawanie przez dzieci nastroju psa ze zdjęcia

Źródło: materiały własne.

Z wywiadu również wynika, jak ważna jest współpraca dogoterapeutów z nauczycielami, pedagogami oraz psychologami. Dzięki rozmowie z osobami, które są najbliższe dzieci, można je poznać i czegoś się o nich dowiedzieć, tak aby czas sesji przebiegł jak najbardziej efektywnie.

Wsparcie nauczycieli i psychologów jest bardzo ważne. Dzięki ich poradom i obserwacjom możemy lepiej dostosować nasze techniki, co znacząco poprawia efektywność komunikacyjną dzieci.

Wnioski

Dogoterapia jako nowoczesna i skuteczna metoda wspomagająca procesy edukacyjne, terapeutyczne i rehabilitacyjne zdobywa coraz większe uznanie w środowiskach naukowych i praktycznych. W kontekście przeprowadzonych badań, które obejmowały analizę literatury przedmiotu, wywiady z dogoterapeutami oraz obserwacje sesji dogoterapii, wyłania się obraz korzyści płynących z interakcji dzieci z psami terapeutycznymi.

Badania wykazują, że sesje dogoterapii przyczyniają się do znaczącej poprawy samopoczucia emocjonalnego dzieci. Obecność zwierzęcia działa kojąco, redukując poziom stresu i lęków, co jest szczególnie istotne w kontekście dzieci zmagających się z traumatycznymi doświadczeniami lub zaburzeniami emocjonalnymi. Mali uczestnicy takich zajęć wykazywali poprawę nastroju, większą radość z codziennych

aktywności oraz wzrost poczucia własnej wartości. Dogoterapia poprzez budowanie relacji opartej na zaufaniu stwarza bezpieczne i wspierające środowisko, które jest nieocenione w procesie terapeutycznym i edukacyjnym.

Interakcja z psem terapeutycznym sprzyja rozwijaniu umiejętności społecznych dzieci. Uczą się one współpracy, komunikacji werbalnej i niewerbalnej oraz empatii. Zauważono, że po kilku sesjach dogoterapii stają się bardziej otwarte na kontakty z rówieśnikami i dorosłymi, co znacząco poprawia ich zdolność do nawiązywania i utrzymywania relacji interpersonalnych. Uczestnicy dogoterapii uczą się również rozpoznawania i reagowania na potrzeby psa, co przenosi się na ich zdolności do współodczuwania i empatycznego myślenia wobec innych ludzi.

Kynoterapia ma również znaczenie dla rozwoju poznawczego dzieci. Zadania wykonywane w trakcie sesji, takie jak nauka komend, ćwiczenia pamięciowe i logiczne, przyczyniają się do poprawy koncentracji, pamięci oraz zdolności analitycznego myślenia. Regularne sesje z psem motywują dzieci do nauki poprzez zabawę i angażują je emocjonalnie, co sprzyja skuteczniejszemu przyswajaniu nowych informacji. W ten sposób dogoterapia staje się nie tylko wsparciem emocjonalnym, ale także narzędziem wspomagającym rozwój intelektualny.

Dogoterapia okazuje się szczególnie efektywna w pracy z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Interakcja z psem pomaga dzieciom z autyzmem, ADHD, nieśmiałością i innymi zaburzeniami w rozwijaniu umiejętności społecznych, redukcji lęków oraz poprawie funkcjonowania poznawczego. Terapia z udziałem zwierzęcia wspiera procesy integracji sensorycznej, poprawia koordynację ruchową i sprzyja ogólnemu rozwojowi psychofizycznemu dzieci z niepełnosprawnościami.

Efektywność dogoterapii zależy w dużej mierze od współpracy dogoterapeutów z nauczycielami, psychologami i innymi specjalistami. Tworzenie zintegrowanych programów terapeutycznych, które uwzględniają indywidualne potrzeby i możliwości każdego dziecka, jest kluczowe dla osiągnięcia najlepszych rezultatów. Współpraca ta pozwala na bieżące monitorowanie postępów, dostosowanie metod terapeutycznych oraz zapewnienie kompleksowego wsparcia dzieciom uczestniczącym w sesjach.

Pomimo licznych korzyści dogoterapia stawia również przed terapeutami i instytucjami pewne wyzwania. Należy do nich odpowiednie przygotowanie i szkolenie zarówno terapeutów, jak i psów terapeutycznych, zapewnienie bezpieczeństwa podczas sesji oraz dostosowanie programów terapeutycznych do indywidualnych potrzeb dzieci. Zaleca się także rozwijanie i promowanie programów szkoleniowych dla dogoterapeutów oraz podnoszenie świadomości na temat korzyści płynących z dogoterapii wśród nauczycieli, rodziców i decydentów edukacyjnych.

W dalszej perspektywie konieczne jest kontynuowanie badań nad dogoterapią, rozwijanie programów szkoleniowych dla terapeutów oraz promowanie tej metody jako skutecznego narzędzia w edukacji i terapii dzieci. Włączenie jej do szerokiej gamy metod pedagogicznych i terapeutycznych może przynieść znaczące korzyści zarówno dzieciom, jak i całemu systemowi edukacyjnemu.

Interakcja z psem w ramach zajęć dogoterapii oferuje dzieciom szeroki wachlarz możliwości rozwojowych w różnych obszarach ich życia. Umiejętności i doświadczenia zdobyte podczas sesji mogą być przenoszone i wykorzystywane w kontekście szkolnym. Dzieci rozwijają zarówno specyficzne umiejętności, na przykład koncentrację, pamięć czy rozwiązywanie problemów, jak i bardziej ogólne kompetencje społeczne, między innymi empatię, współpracę i komunikację. Te zdolności, kształtowane we wspierającym środowisku terapeutycznym, mogą znacząco wzbogacić ich codzienne funkcjonowanie w szkole, poprawiając wyniki edukacyjne, zwiększając zaangażowanie w naukę, motywację do uczestnictwa w zajęciach oraz wzmacniając relacje z rówieśnikami i nauczycielami. Być może wspierające środowisko edukacyjne to takie, w którym mieszka pies lub kot.

Bibliografia

- Bartkiewicz W., Zawadka M., *Pies terapeuta i przyjaciel rodziny – rola psa w procesie rehabilitacji niepełnosprawnego dziecka*, Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Przyjaciół, Warszawa 2008.
- Boruta W.B., *Dogoterapia jako metoda wsparcia rozwoju osoby niepełnosprawnej intelektualnie – wybrane aspekty*, „Student Niepełnosprawny” 2017, nr 17(10), s. 173–185.
- Chrost S., *Dogoterapia jako metoda wspomaganie procesu rehabilitacji dzieci*, „Rozprawy Społeczne” 2018, nr 12(3), s. 64–72.
- Dann H.D., *Subjective Theories: A New Approach to Psychological Research and Educational Practice*, [w:] G.R. Semin, K.J. Gergen (red.), *Everyday Understanding: Social and Scientific Implications*, Sage Publication, London–Newbury Park–New Delhi 1990.
- Drwięga G., Pietruczuk Z., *Dogoterapia jako forma wspomaganie rozwoju dziecka niepełnosprawnego*, Fundacja Psi Uśmiech.
- Glińska M., Mężynańska M., *Rola psa w dogoterapii: przegląd badań*, „Psychogeriatrics” 2019.
- International Association of Human-Animal Interaction Organizations, <https://iaha-io.org/> [dostęp: 25.06.2025].
- Jagielski D., Jagielska A., Pyszora A., *Dogoterapia – historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej*, Katedra i Zakład Opieki Paliatywnej Collegium Medicum im. L. Rydygiera w Bydgoszczy, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Toruń 2014.
- Karbowniczek J., Mielczarek J., *Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce: Kwartalnik dla Nauczycieli” 2007, nr 2, s. 37–45.

- Laskowska B., *Rola psa terapeuty i jego przewodnika w procesie radzenia sobie z różnymi trudnościami życiowymi*, Proceedings of the 7th International Scientific Conference, 24 grudnia 2017 r., Bratislava 2017, s. 121–129.
- Pet Partners, <https://petpartners.org/> [dostęp: 25.06.2025].
- Potocka A., *Terapia i edukacja z psem*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2019.
- Smółka P., *Konieczność bycia aktywnym i przebojowym, a lęk społeczny i nieśmiałość. Metody redukcji lęków społecznych i zahamowań behawioralnych*, Psychologia.net.pl, portal psychologiczny, <http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=143> [dostęp: 26.06.2025].
- Witerska K., *Obserwacja i wywiady – jakościowe badania dramy kreatywnej*, [w:] K.J. Szmidt (red.), *Metody pedagogicznych badań nad twórczością. Teoria i empiria*, Wydawnictwo AHE, Łódź 2009.
- Zimbardo P.G., *Nieśmiałość. Co to jest? Jak sobie z nią radzić?*, PWN, Warszawa 2012.
- Żychlińska-Buczek J., Wronowska A., *Rola psa w życiu człowieka*, „Wiadomości Zooteczniczne” 2008, r. 46, s. 79–81.

Dog assisted education and therapy

Summary: This article is an attempt to answer the question of the possibilities of using dog therapy in education. Zuzanna Woźniak attempted to answer the above question as part of her diploma thesis at the Academy of Humanities and Economics in Łódź, under the supervision of Dr. Kamila Witerska. The research revolved around the use of dog therapy in education. The research was conducted using the individual case method and included a post-action interview and observation.

Keywords: dog therapy, Animal-Assisted Education (AAE)

About the Authors

Kamila Witerska – PhD, assistant professor at the Faculty of Pedagogy and Psychology at the University of Humanities and Economics in Łódź. She obtained her PhD in humanities in the field of pedagogy at the Faculty of Pedagogy at the University of Warsaw. She is interested in drama, stimulating motivation and creative thinking, and supporting development. She is the author of the concept of performative education. She has 20 years of experience in working with drama with children, youth, and adults and has written numerous publications on drama and other methods that fit into the performative education model. Her latest publication is *Processual Drama in Working with Children in Kindergarten and Grades I–III* (2020).

Zuzanna Woźniak – Bachelor of Pedagogy from the University of Humanities and Economics in Łódź.