



## MÓDSZER

„A kutyát kimondottan a gyermekek számára teremtették. Nincs párja a csintalankodásban.”

*Henry Ward Beecher*

### Állatassisztált terápia

Az állatassisztált terápiát, mint módszert B. Levinson, amerikai pszichológus dolgozta ki az 1960-as években, először érzelmileg zavart, illetve árva gyerekek gyógyítására. A módszert később kiterjesztette súlyos, gyógyíthatatlan betegek segítésére (enyhítette a depressziót), illetve idősekre, akiknél az egyedüllét és magány miatti szellemi és fizikai leépülést tudta gátolni illetve lassítani az állatterápia segítségével.

Állatassisztált foglalkozásnak nevezzük azokat a programokat, melyek során egy vagy több állat társaságában látogatunk meg egészséges vagy beteg embereket (lehet egyéni vagy csoportos látogatás).

A foglalkozás elsődleges célja, hogy mindenki jól érezze magát, ennek érdekében a konkrét program és időtartam a pillanatnyi igényeknek megfelelően változtatható.

Jó példa az állatassisztált terápiára az idősoththonokban tett rendszeres látogatás, melyek során a legfőbb cél: kellemes, szórakoztató, vidám perceket szerezni a lakóknak.

*Az állatassisztált terápia a foglalkozások azon csoportját jelöli, amikor egy betegcsoporttal előre rögzített feltételekkel és időtartamig dolgozunk úgy, hogy az állattal való gyakorlatok szerves részét képezik az adott betegcsoport terapeutája által kidolgozott terápiás tervnek.*

Ilyen lehet például egy logopédus vezetésével zajló beszédfejlesztő program, ahol a kutya a gyakorlás és feladatmegoldás során jelenlétével motivál, illetve enyhíti a szorongást.

### Miért jó a kutya terápiás foglalkozásokhoz?

A kutyának jó az alkalmazkodó képessége, így szoros ember-kutya kapcsolat alakítható ki, könnyen taníthatóak, és igényük van a foglalkozásra. A kutya gyorsan megtanulja az emberi testbeszédet, képes felvenni a szemkontaktust.



Jó a nem-verbális kommunikációjuk, tudják olvasni a viselkedést.

Könnyen szocializálható, mivel igénye van a „valakihez tartozáshoz” és ezért alkalmazkodik a szociális szabályokhoz.

## A kutyás terápia típusai

### 1. AAA (animal assisted activity):

**Állat-asszisztált aktivitás**, melynek lényege a foglalkozásokon résztvevő személyek életminőségének növelése, melynek során **általános célokat** jelölnek ki és a fejlődést nem követik nyomon. A program általában spontán módon alakul.

Ez tulajdonképpen egy látogató program. Itt a kutya ugyan jelen van, de nem történik konkrét fejlesztés. Nincs konkrét fejlesztési cél, konkrét célcsoport. A kutya jelenlétének „csak” jótékony hatását használjuk ki. A kutya selymes szőrének simogatása, önzetlen szeretete, a rendszeresen járó állatok mind sokat jelentenek pl.: az idős embereknek. Mindamellet, hogy a felvezetővel beszélgethet, mely már magában is egy mentálhigiénés foglalkozás. A beszélgetés nem csak a kutyáról szólhat, de a kutyán keresztül indulhat el.



#### Általános célok:

- egyes résztvevők zárkózottságának, elszigetelődésének csökkentése,
- pozitív kapcsolat kialakítása kutya és a foglalkozásokon résztvevők között,
- a feladatokban való részvétel igényének erősítése a kutya részvételével,
- kapcsolatteremtés képességének fejlesztése a kutyával, emberekkel (társakkal és idegen személyekkel egyaránt) - szociális képességek fejlesztése,
- a kutyák viselkedésének megértése, emberi viselkedéssel való összehasonlítása,
- egyes résztvevők állattal kapcsolatos félelmeik és ellenérzéseik csökkentése,
- érzelmi beleérzőképesség, empátia, mások érzelmeinek változására való figyelés fejlesztése,
- kommunikációs képesség fejlesztése,
- az állat jelenlétében fellépő vagy más okokra visszavezethető stressz csökkentése.

Törekszünk arra, hogy a közösen eltöltött idő minden esetben hasznos és kellemes legyen mindenki számára. A feladatok megoldásán keresztül minél több sikerélményben legyen részük, örömük a játékban. Fontos, hogy a kutyával való kapcsolat során ismereteket szerezzenek a kutya viselkedéséről, életmódjáról, gondozásáról de figyelmet fordítunk arra is, hogy eközben a résztvevőnek reális képe alakuljon ki önmagáról, személyisége fejlődjön.

### 2. AAT (animal assisted therapy):

**Állat-asszisztált terápia**, mely során már **kitűzött célok** szerint szervezik a foglalkozásokat és a fejlődést nyomon követik.

Konkrét terápia, rehabilitáció, fejlesztés. Meghatározott a fejlesztendő terület. Van fejlesztési cél, konkrét a célcsoport. Meghatározottak a terápiás keretek. Itt a kutya, mint motivációs társ van jelen. A fő hangsúly a kutya munkáján van. A kutya kellő képzettséggel és rutinnal képes arra, hogy

bizonyos szituációkat a felvezető segítségével is oldjon meg. Ez egy igen nehéz területe ennek a munkának.

Feladatok:

- A megelőzés (prevenció), a gyógyítás (korrekció), a képességfejlesztés, a nevelés, valamint az életminőség javítása.
- A fogyatékból eredő hátrányok csökkentése, kompenzációja.
- Pszichés funkciók / érzékelés, észlelés, emlékezet, figyelem, gondolkodás/ fejlesztése.
- Motoros funkciók fejlesztése: nagy mozgások, finommozgások koordinációja, helytelen mozgások korrekciója, adekvát mozgások kialakítása, tartási hibák csökkentése, egyensúlyérzék, ütem-ritmusérzék fejlesztése.
- Az érzelmi-, akarati élet, a viselkedés, a magatartás, a cselekvés pozitív irányú befolyásolása.
- Önállóságra való nevelés.
- A célcsoport életkorának megfelelő fegyelem, kitartás céltudatosság, felelősségérzet, a kötelességtudat kialakítása.



### 3. **AAE** (animal assisted education):

Az **állat asszisztált pedagógiában** is túlnyomórészt kutyát alkalmaznak motivációs társként, mert az állatnak óvodában, iskolában kell dolgoznia és nem „csak” simogatás céljából viszik be az intézetbe. A kutyát a legkönnyebb megtanítani különböző feladatokra, hiszen mind az óvodai-, mind az iskolai foglalkozásokba, órákba bevonható a négylábú, ezzel is megkedveltetve a különböző órákat, foglalkozásokat a gyermekekkel. Magyarországon is már több alapítványnak vannak iskola, illetve óvoda programjai.

#### **A kutyás foglalkozások fő ereje**

*„A játékot, amely fontos az emberi természetben, a művelődés érdekében kell mozgósítani. Az oktatásnak szoros kapcsolatban kell lennie azzal, amit a gyermek szeret csinálni, amire kíváncsi.” (Hall, 1881)*

#### **A kutyás terápia motiváló ereje:**

- *kutya*: a gyermekek többsége vonzódik az állatokhoz. Szeretnék őket megfogni, irányítani, megismerni. A kíváncsiságuk megfelelő és tudatos irányításával a kutya segítséget ad a kitűzött feladatok végrehajtásába.
- *játék*: a kutyás foglalkozások játékos keretek között zajlanak és a játék örömforrás
- *mozgás*: az ingerszükséglet része a mozgásszükséglet

- *ismeretek*: a gyermekeknek van előzetes ismeretük a kutyáról, ezért könnyen

összekapcsolják belső értelmezéseikkel, valamint az ismert részbe beépíthetünk

egyre több új elemet.

- *feladatok*: a gyermekek képességeihez igazodó közepes szintű feladatok adása, melyen keresztül a feladat is sikerélményt okoz a gyermeknek

### **A kutyával való foglalkozás spontán hatásai**

#### **A. Ismeretek bővítése**

- Ismereteket nyújt az állatról, az állattartásról, a kutya viselkedéséről és állatgondozásról.
- A gyermek kutyával való kapcsolata során fokozatosan ismeri meg az állattal kapcsolatos jellemzőket.
- Valós kép alakul ki benne az állatról és nem a TV, képek és szülők reakciójának és elmondásának hatásai befolyásolják a gyermekben a kutyáról kialakult képet.
- Idegen állattal való helyes viselkedés elsajátítása.
- Az állattal való folyamatos kontaktus során
- a gyermekek megtanulnak megfelelően bánni az állattal.
- Kialakítanak egy olyan magatartásformát, mely lehetővé teszi, hogy a kapcsolat során mind a két fél jól érezze magát.

#### **B. A stressz enyhítése**

- A kutyák társaságában nyugodtabbá válnak a gyermekek, melynek hatására a problémamegoldó képesség javul.
- A vérnyomást normalizálja.
- A gyerekek sokkal felszabadultabban oldanak meg nehéz feladatokat is kutya társaságában, hiszen a kutya jelenléte leveszi róluk a terhet, azt hogy a teljesítés a fő cél.
- A cél a kutyával való játék.
- Ezen kívül a feszült gyermek is könnyebben feloldódik egy kutya közelében.

#### **C. Társra találás**

- Ragaszkodó és kitartó társat találhatnak benne, ha jól bánnak velük, hiszen kutyáink feltétel nélkül elfogadnak bennünket.
- Ha a gyermek szeretettel közeledik az állat felé, minden találkozás után egyre jobban tapasztalhatja a kutya barátságát.
- A kutya egyre többet kezdeményez kapcsolatot a gyermekkel, egyre többet csóválja farkát és utasításaira is figyelni kezd.

#### **D. Empátiás készségek fejlesztése**

- Az állatokkal leginkább testbeszéddel tudjuk a kapcsolatot felvenni, ezáltal az emberek nonverbális kifejezésére is érzékenyebbé válunk.

## **E. Biztonság érzete**

- Biztonságot nyújt a gyermek számára, hiszen a kutyának nincsen fontos elfoglaltsága és nem labilis a hangulata.
- A terápiás kutya kiszámítható és mindig lehet rá számítani, ha az ember megfelelő odafigyeléssel és örömmel foglalkozik vele.
- A terápiás kutya a gyermek kezdeményezéseit mindig örömmel fogadja, kivéve, ha az a kutyának fájdalmat okoz. A fájdalom okozójával szembeni reakciója a félrevonulás és nem a támadás.

## **H. Irányító szerep gyakorlása**

- A gyermek viselkedésére folyamatos visszajelzést kap a kutyától.
- Kiemelkedhet alárendelt szerepéből a kutyával való kapcsolata során.
- Végre egy élőlény, melynek ő is parancsolhat és utasításokat adhat. A hatalmi pozíció gyakorlása viszont nem marad válasz nélkül. Ha a gyermek túllépi a határt, a kutya félrevonul és kerüli a társaságát. Tehát ha a gyermek újra „jóban szeretne lenni” a kutyával, meg kell találnia a megfelelő bánásmódot.

## **A kutya részvétele a foglalkozásokon**

- A kutya a legnagyobb szerepet a motiválásban kapja, vagyis a kutya jelenlétével próbáljuk a gyermekeket ösztönözni a feladatmegoldásra.
- A kutya és a gyermek együtt vagy külön-külön végrehajtható feladatokat megoldva vesznek részt a foglalkozásokon.
- A kutyával a gyermek csak játszik és annak ellenére, hogy a tanórákon kiadott feladatokhoz hasonló feladatokat old meg, ez nem jelent számára olyan mértékű feladathelyzetet, mint az iskolai foglalkozások.
- A kutyával tehát nem csak motiválni igyekszünk, hanem kizárni a gyermekben kialakuló szorongást, amely már önmagába is nehezítheti a jó teljesítményt.
- A kutyás foglalkozásnak nincsenek vesztesei. A foglalkozások alatt a kutyával foglalkozunk, aki még annak is leül vagy lefekszik és azt is szereti, aki az adott feladatban nem nyertesként került ki.
- A kutya részvétele történhet passzívan és aktívan.

## **A feladatok típusai**

### **Gondozással kapcsolatos feladatok:**

A foglalkozások során lehetőséget adunk arra, hogy a gyermekek gondozzák is a kutyát (fésülés, víz és étel adása...stb.)

### **Képességfejlesztő feladatok:**

A gyermek szükségleteinek megfelelően kiválasztott feladatokkal különböző területeket fejlesztünk (vizuális észlelés, emlékezet, figyelem... stb.)

### **Nagymozgás fejlesztése**

1. Alapmozgások kialakítása
2. Tartás javítása
3. Egyensúlyfejlesztés
4. Testséma fejlesztés
5. Térérzékelés fejlesztése

### **Finommotorika fejlesztése**

1. A kéz és az ujjak ügyesítése, mozgékonyáguk fokozása
2. Kézmozgások célirányos kialakítás
3. Az ujjak tapintásérzékelés fokozása
4. Szem-kéz koordináció kialakítása
5. Látás-tapintás-mozgásérzet együttes szabályozása
6. Dominancia kialakításának segítése

### **Kommunikációs feladatok:**

1. Hallási figyelem fejlesztése
2. Szókincs bővítés
3. A beszéd megértés fejlesztése és a beszédre készítés
4. A beszéd alaki és tartalmi fejlesztése
5. A beszéd érthetőségének, ritmusának, hangjelzésének fejlesztése
6. Nonverbális jelrendszerek elsajátítása, kommunikációra alkalmas funkciók elsajátítása egyéni segédeszközök alkalmazása



### **Viselkedési normákat fejlesztő feladatok:**

- 1.Tolerancia, empátia
- 2.Egymás és a környezet, állatvilág tisztelete
- 3.A másság kezelése
- 4.Etikus magatartás, viselkedési normák, modellek
- 5.Jó és rossz, helyes és helytelen, értékes és értéktelen, igaz és hamis közötti különbség észlelése
- 6.Türelem a társakhoz

#### **Önismeretet adó feladatok:**

1. Önfegyelem kialakítása
2. Siker utáni vágy, de a kudarc elviselése is
- 3.Társadalomba való beilleszkedés, harmónia önmagukkal és másokkal

**A fenti feladatokra nem alkalmas bármilyen kutya.** Az állat legyen kiegyensúlyozott, gazdájával harmonikus kapcsolata, emberbarát, ne legyen ijedős, és a zajokra ne legyen érzékeny. Ezek az állatok megfelelő kiképzést kapnak és speciális oltási programban vesznek részt.

#### **Magyarországon törvény szabályozza a terápiás kutyák alkalmazását.**

(27/2009. XII. 3. SZMM rendelet) Ahhoz, hogy a különböző intézetekbe bemehessenek a kutya-felvezető párosok, vizsgát kell tenniük. Ennek a vizsgának 2 része van. Az első egy ún. alkalmassági vizsga, a másik pedig a terápiás vizsga, melyen terápiás körülmények között is megvizsgálják, hogyan dolgozik a kutya a felvezetőjével. Ezt 2 évente felülvizsgálják.

