

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W ELBLĄGU

INSTYTUT PEDAGOGICZNO-JĘZYKOWY

STUDIA PODYPLOMOWE:

Kynoterapia w pracy z dziećmi, młodzieżą i osobami starszymi



Marzena Żachowska

Samoyed – pies północy, przyjaciel i terapeuta. Wykorzystanie wrodzonego potencjału psa rasy samoyed w pracy terapeutycznej z dziećmi i młodzieżą

Praca dyplomowa napisana pod kierunkiem **dr Joanny Nowak**

Elbląg 2015

Wprowadzenie

Canis familiaris to jedyny gatunek, który przystosował się do życia z ludźmi. *Paleontolodzy dawno temu dowiedli, że psy i ludzie wiodą wspólny żywot od co najmniej 140 stuleci*¹ i niepodważalne jest, że od wielu lat nazywamy ich swoimi przyjaciółmi, traktujemy jak członków rodziny. Psy odwdzięczają się nam przywiązaniem i lojalnością. Pracują z ludźmi i dla ludzi w policji, służbach granicznych, są przewodnikami i asystentami osób niepełnosprawnych. Każda z ras psów prezentuje inne zdolności, możliwości, temperament. Wśród ras psów najczęściej pracujących w kynoterapii wymienić można psy z rodziny Retrieverów (Labrador, Golden, Flat), Alaskan Malamute, Nowofunland, Berneński Pies Pasterski, Cavalier King Charles Spaniel i Samoyed. Psy terapeutyczne to psy spokojliwe, przewidywalne, społeczne, wyszkolone, prezentujące rozumne posłuszeństwo.

Zanim jednak podejmiemy decyzję o wyborze psa należy zastanowić się czego od psa oczekujemy, a co sami jesteśmy mu w stanie dać. *Powinniśmy zdawać sobie również sprawę z tego, że zwierzak (...) jest nie tylko udomowionym drapieżnikiem, ale że przez wieki przeszedł bardzo skomplikowany proces, by dostosować się do reguł panujących w świecie ludzkim*². A my tak bardzo przywykliśmy do ich obecności, że zapominamy lub nie chcemy pamiętać o ich potrzebach, często mamy zbyt wygórowane oczekiwania wobec swego psiaka i nie pozwalamy mu na bycie zwyczajnym domowym towarzyszem, lub pozwalamy by, to on ustalał reguły w naszym domu.

Ja wybrałam samoyeda

Nazwa „samoyed” (inne to: bielka) pochodzi od nazwy plemienia Samojedów nazywanych także Nieńcami, zamieszkujących północną Rosję i Syberię. Nieńcy (Juraci) to jedno z łagodniejszych plemion żyjących i utrzymujących się przeważnie z darów natury. W południowych partiach zamieszkanych przez siebie ziem, używali oni białych, czarnych i brązowych, czasami łaciatych psów do pilnowania stad reniferów; w partiach północnych psy były czysto białe, miały łagodny temperament i używano ich w charakterze psów myśliwskich i zaprzęgowych. Samoyedy żyły blisko swoich właścicieli, sypiały wewnątrz ich szałasów i pełniły rolę „grzejników”. Te piękne i inteligentne psy odnajdywały zastosowanie praktycznie w każdej z dziedzin ich życia. Doskonale sprawdzały się zarówno, jako psy pasterskie, jak i psy do polowań. Były one także dobrymi opiekunami siedlisk ludzkich i wesołymi kompanami

¹ Coren S., Tajemnice psiego umysłu, Galaktyka, Łódź 2014, s. 9.

² Harmata K., Radość na czterech łapach. Jak wychować szczęśliwego psa, Wydawnictwo Dragon, Bielsko – Biała 2013, s. 13.

do zabaw z dziećmi. Jest to bez wątpienia jedna z ras, której ukształtowanie charakteru pochodzi od tego pierwotnego ludu. Swą wszechstronność zawdzięczają wychowaniu w specyficznych, trudnych warunkach i temu, że jest to rasa niekrzyżowana z żadną inną, dzięki temu zachowała ona czystość swej krwi.

Samoiedskaia Sabaka zgodnie ze wzorcem FCI nr 212 /09. 01.1999 pochodzi z północnej Rosji i Syberii. Według klasyfikacji F. C. I. samoyed należy do Grupy 5 Szpice i psy ras pierwotnych, Sekcja 1 Nordyckie psy zaprzęgowe. Pierwszy wzorzec rasy powstał w 1909 roku w Anglii³. Użytkowość pierwotna rasy polegała na wykorzystaniu psa do zaprzęgów i do towarzystwa. Średniej wielkości, elegancki biały arktyczny szpic wizualnie sprawia wrażenie silnego, wytrzymałego, pełnego wdzięku, prężnego, dostojnego i pewnego siebie. Charakterystyczny wyraz pyska samoyeda, zwany „uśmiechem samoyeda” sprawia wrażenie, że pies nieustannie cieszy się na twój widok. Podwójna okrywa, biały lub kremowy, gęsty, polarny, obfity, gruby, elastyczny włos aż prosi by zatopić w nim ręce i się przytulić. Gruba kryza wokół głowy, głównie u samców sprawia, że głowa psa przypomina małego lwa.

Zgodnie z opisem rasy, informacjami uzyskanymi od hodowców oraz własnymi doświadczeniami, śmiało mogę stwierdzić, iż samoyed jest niezwykle inteligentny, towarzyski, przyjacielski, otwarty, czujny i aktywny, o bardzo słabym instynkcie łowieckim, zawsze chętny do pracy i zabawy. Tym pełnym oddania psom obca jest nieufność względem człowieka towarzysząca tak często innym psom pociągowym. Bardzo cenioną cechą tej rasy jest szybkość nawiązywania dobrych relacji nie tylko z człowiekiem, ale także innymi zwierzętami (psy, koty). Ten rodzinny pies ma wyjątkowo dużo cierpliwości i delikatności wobec dzieci, a rola puszystej maskotki do przytulania bardzo mu odpowiada. Samoyedy, to psy bardzo „rozmowne”, częsta chęć do komunikowania swoich potrzeb szczekaniem sprawia wrażenie nieustannej dyskusji z człowiekiem.

Samoyed wymaga dużej i regularnej dawki ruchu, uwielbia zabawy z właścicielem, swobodne bieganie w lesie, po łące. Jest odważny i niezwykle niezależny, co niesie ze sobą potrzebę konsekwentnego i stanowczego wychowania.

Wspaniały charakter samoyeda odnalazł swoje stałe miejsce w kynoterapii, obecnie jednej z popularniejszych form terapii z udziałem zwierząt.

³ <http://www.zkwp.pl/zg/wzorcel/212.pdf>, serwis z dnia 01.05.2015 r.

Kynoterapia

W Polsce prekursorem wykorzystywania psów w rehabilitacji osób niepełnosprawnych jest Maria Czerwińska - założycielka i prezes fundacji Przyjaźni Ludzi i Zwierząt "CZE-NE-KA". Duży wkład w propagowanie i ustandaryzowanie terapii z udziałem psa w Polsce ma także Polskie Towarzystwo Kynoterapeutyczne, które wprowadziło termin kynoterapia. Zgodnie z PTK *Kynoterapia jest to metoda wzmacniająca efektywność rozwoju osobowości, edukacji i rehabilitacji, w której motywatorem jest odpowiednio wyselekcjonowany i wyszkolony pies, prowadzona przez wykwalifikowanego kynoterapeutę*⁴.

*Wprowadzenie tak silnego motywatora psychicznego jakim jest pies uwalnia nieznane nawet dziecku możliwości i reakcje.*⁵ Efektem oddziaływań kynoterapeutycznych u dzieci, młodzieży jest między innymi: zwiększenie poczucia bezpieczeństwa, wyciszenie zachowań agresywnych, wyzwolenie potrzeby spontanicznej komunikacji, zmniejszenie nadwrażliwości na bodźce dotykowe, ułatwienie nawiązania kontaktu z obcą osobą, wydłużenie czasu koncentracji uwagi, zniwelowanie lęków przed zwierzętami, rozwijanie funkcji opiekuńczych, wzmacnianie poczucia odpowiedzialności, wzmocnienie równowagi, rozwijanie funkcji poznawczych, rozwijanie myślenia przyczynowo - skutkowego, działanie na receptory – wzrok, słuch, dotyk, zwiększanie poczucia własnej wartości i sprawczości, zwiększenie poczucia panowania nad emocjami, rozwijanie spostrzegawczości.

Bardzo ważne w kynoterapii jest nawiązanie więzi psychicznej z psem, co wpływa pozytywnie na samopoczucie dziecka, motywuje do podjęcia wysiłku. *Pies nie osądza, nie krytykuje, nie naśmiewa się. Towarzystwo psa, istoty niezwykle tolerancyjnej, sprawia, że dziecko czuje się bezpiecznie. W atmosferze całkowitej akceptacji jest w stanie zapomnieć o własnym strachu i własnych ograniczeniach*⁶. Pies nie zawsze musi czynnie uczestniczyć w zajęciach, często tylko jego obecność powoduje większą chęć do pracy u dziecka. Dziecko też chętnie wykona zadanie dla psa, który nie oceni jakości wykonanej przez dziecko pracy, a okaże zainteresowanie i nagrodzi podaniem łapy, szczeknięciem, spontaniczną zabawą, do której żywiołowy samoyed jest zawsze gotowy.

⁴ Kanony kynoterapii, www.kynoterapia.eu/kynoterapia.html, serwis z dnia 01.05.2015 r.

⁵ Wojciechowska H., Masgutowa – Hawryluk S., Kynoterapia w integracji odruchów. Metody i techniki neurokinezyologiczne w pracy z deficytami rozwoju psychoruchowego., Międzynarodowy Instytut dr Swietłany Masgutowej Fundacja Kynoterapeutyczna „Właśnie Tak!”, Warszawa – Bydgoszcz 2006, s. 114.

⁶ Kulisiewicz B., Dogoterapia we wspomaganiu nauki i usprawniania techniki czytania., Impuls, Kraków 2014, s. 7.

Samoyed w kynoterapii

Wspomaganie rozwoju dziecka - dzieci, młodzież z zaburzeniami w sferze rozwoju kompetencji społecznych, emocjonalnych i umiejętności szkolnych

Jedno z założeń psychologii rozwojowej mówi o społecznym uwarunkowaniu rozwoju, o tym, że dzięki wchodzeniu w interakcje z innymi poznajemy świat, również ten, którego nie możemy fizycznie dotknąć, że rozwijamy się wśród ludzi i dzięki nim. Interakcje mają przez całe nasze życie różną dynamikę związaną z kolejnymi etapami życia, nabytymi kompetencjami w poprzednich okresach rozwoju, *zmianami wymagań stawianych przez otoczenie*⁷. Interakcje z psem, który z radością reaguje na nasz głos, komendy, czy propozycję zabawy, mogą być wstępem do pracy terapeutycznej. Sam dotyk psa uspokaja, relaksuje, daje poczucie bezpieczeństwa.

To, czego doświadczamy we wczesnych okresach naszego życia, zostawia w nas ślady na całe życie. To, co dzieje się w każdej z faz rozwoju, ma wpływ na jakość życia. Kompetencje zdobyte we wcześniejszych okresach życia wpływają, na to w jaki typ kontaktu dziecko, dorosły może wejść z otoczeniem. Zakłócenia w procesie rozwoju, co w dalszym procesie może stać się źródłem utrudnionego zaspokajania potrzeb, niespełnienia wymagań otoczenia, może przyczynić się do zaburzeń funkcjonowania. Ważnym warunkiem realnej, efektywnej pomocy, jest dostosowanie jej do rzeczywistych potrzeb i warunków życia osoby, do której jest kierowana. Wspomaganie rozwoju dziecka, młodzieży rozumiane jako forma pomocy jednych ludzi drugim, *przynosi korzyści wówczas, gdy bierze pod uwagę logikę, rytm i dynamikę dotychczasowego rozwoju osoby (grupy, społeczności), odwołuje się do wcześniej opanowanych zasobów i je wykorzystuje, wzbudza wewnętrzną motywację do zmiany u adresata pomocy*⁸.

Obecność psa na zajęciach wprowadza do prowadzonej terapii radość, spontaniczność, zachęca do zwiększonego wysiłku, bo to, czego dziecko nie chce zrobić dla dorosłego, z całą pewnością zrobi dla uśmiechniętego samoyeda.

Rozwój psychiczny dziecka, rozumiany jako stopniowe nabywanie zdolności i umiejętności w sferze samokontroli, relacji społecznych, emocji i nauki w szkole, bywa zakłócany⁹. Dziecko wtedy przeżywa trudności, prezentuje zachowania problemowe i

⁷ Brzezińska A. I. red., Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa., Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne., Gdańsk 2005, s. 11.

⁸ Tamże, s. 685.

⁹ Bloomquist M. L., Trening umiejętności dla dzieci z zachowaniami problemowymi. Podręcznik dla rodziców i terapeutów., Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011 r.

przystosowawcze, wymaga wsparcia w sferze rozwoju kompetencji społecznych, emocjonalnych i umiejętności szkolnych.

Dziecko z zaburzeniami w rozwoju kompetencji społecznych jest nieufne, nie współpracuje z innymi, często ma negatywne interakcje z nauczycielami i rówieśnikami, a tym samym wiąże się z dziećmi prezentującymi negatywne zachowania, nie liczy się z uczuciami innych. Dziecko przeżywające trudności w zakresie prawidłowego rozwoju kompetencji emocjonalnej, która polega na *stopniowym uczeniu się rozumienia i wyrażania uczuć, racjonalnego myślenia i ostatecznie ukształtowaniu pozytywnej samooceny*¹⁰ bywa kapryśne, drażliwe, lękliwe, przygnębione, gniewne, nie rozumie złożonych emocji.

Przy zaburzonym rozwoju umiejętności szkolnych dziecko między innymi boi się otoczenia, nie lubi szkoły, unika nowych sytuacji, nie uważa, nie kończy pracy. Rodzice wspierają lub hamują psychiczny rozwój dziecka. Rodzice przytłoczeni codziennymi problemami, obowiązkami, bez wsparcia z zewnątrz, zestresowani mają niepodważalny wpływ na funkcjonowanie dziecka. Stres rodzica przekłada się na zakłócenia występujące w procesie wychowania, na brak troski i zaangażowania w problemy dziecka. Wynikiem czego są zachowania buntownicze, agresja, zaburzenia lękowe i trudności w szkole u dzieci.

Niezmiernie ważna jest umiejętność i dostosowana do potrzeb rodziny pomoc specjalistyczna. Wśród wielu metod pomocy można wymienić: terapie relaksacyjne, terapię behawioralno – poznawczą, treningi kompetencji społecznych, treningi umiejętności dla rodzica i rodziny, ale warto sięgnąć również do kynoterapii. W różnych ćwiczeniach treningu umiejętności odwołujemy się do nagród, które motywują do uczenia się i wykorzystywania nowo nabytych umiejętności. Nagrody społeczne i w postaci przywilejów działają jako wzmocnienie, a jednocześnie rozwijają silniejsze więzi z rówieśnikami, rodzicami, czy w sytuacji pracy z psem – ze zwierzętami. Nagrody w formie materialnej często i dość szybko tracą swoją wzmacniającą wartość. Włączenie do terapii samoyeda podpowie dodatkowe sposoby motywacji dziecka, czasami wystarczy sama zabawa z psem, czy głaskanie go po zakończonej pracy dziecka.

Samoyed w terapii dziecięcych lęków

*Lęk jest elementem codziennego życia większości z nas. Pełni użyteczną funkcję podtrzymywania motywacji do przewyższania niebezpieczeństw*¹¹. Mechanizm lęku pozwala ludziom radzić sobie z niebezpieczeństwem i zagrożeniem. Jednak w lęku adaptacyjnym

¹⁰ Bloomquist M. L., Trening umiejętności dla dzieci z zachowaniami problemowymi. Podręcznik dla rodziców i terapeutów., Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011 r., s. 26.

¹¹ Lazarus A. A., Colman A. M., red., Psychopatologia, Wydawnictwo Zysk i S – ka , Poznań 2001 r., s. 24.

zagrożenie jest realne i oczywiste, a w lęku patologicznym zagrożenie jest irracjonalne, niewspółmierne lub nieokreślone. Objawy lęku są nieprzyjemne i różnorodne, najczęściej: uderzenia gorąca, ucisk w krtani, zawroty głowy, trudności w oddychaniu, pocenie się. Dziecko lękowe wymaga specjalnego traktowania i specjalnych metod pomocy specjalistycznej a celem pracy powinno być stopniowe złagodzenie dolegliwości, między innymi wykorzystując element terapii jakim jest „konfrontacja”. *Te (dzieci) które taki lęk wykazują, ma to zazwyczaj charakter przejściowy*¹². Jednym ze sposobów przezwyciężenia lęku przed psem jest zorganizowanie dziecku możliwie wielu doświadczeń ze zwierzęciem, tyle na ile dziecko jest się w stanie zgodzić się i zaakceptować. Lęk dziecka należy przede wszystkim uszanować. Bywa, że jest to lęk tylko przed dużymi psami, lęk który dotyczy tylko bezpośredniego kontaktu lub psami w konkretnym, np. czarnym kolorze. Lęk przed psami może być także wynikiem etapu w rozwoju, gdyż dzieci, które zwykle nie boją się psów, *około szóstego, siódmego roku życia przejawiają objawy takiego lęku*¹³.

Warto jednak wziąć pod uwagę, iż są dzieci, które nie tylko zupełnie nie czują lęku przed psami, wręcz nie mają żadnych barier przed kontaktem z nim i nie zachowują wskazanej ostrożności.

Tworząc warunki do najefektywniejszej pomocy dziecku należy wziąć pod uwagę: empatię, autentyczność i akceptację. Terapeuta pragnąc stworzyć atmosferę sprzyjającą rozwojowi, pomocy (często w sytuacji kryzysowej) powinien wyczuć stan duchowy i przekazać, iż rozumie jego sytuację. Autentyczność oznacza, że nic nie ukrywamy, *nie tworzymy żadnych fasad ani profesjonalnych barier*¹⁴ Akceptacja oznacza pozytywny stosunek do dziecka potrzebującego pomocy, nie oznacza to, że dziecko powinno nam się odwzajemnić. Jeśli zapewnimy te trzy warunki, zwiększymy prawdopodobieństwo doświadczenia przez dziecko w sytuacji trudnej pozytywnych zmian emocji. A pies nie ocenia wyglądu, nie wyznacza norm - akceptuje nas takimi jacy jesteśmy. Biały, przytulny pies nie jest skomplikowany uczuciowo, wyraz jego pyska nie kryje innych emocji niż radość, smutek czy strach. Pies, który stanowi nie tylko idealny motywator, ale przez swą posturę także rolę „obrońcy” może znacznie poprawić funkcjonowanie dziecka w obliczu sytuacji stresujących czy lękowych.

¹² Ilg F. L., Ames L. B. Ames, Baker S. M., *Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat. Poradnik dla rodziców, psychologów i lekarzy*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1994 r., s. 175.

¹³ Tamże, s. 175.

¹⁴ James R. K., Gilliland B. E., *Teoria i praktyka interwencji kryzysowej*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, Warszawa 2008 r., s. 65.

Samoyed w interwencji kryzysowej

Urazy doznawane w dzieciństwie mogą być przenoszone w dorosłość. *Brak w pełni rozwiniętego aparatu poznawczego i moralnego u dzieci, sprawia, iż dzieci reagują na traumatyzujące przeżycia odmiennie niż dorośli*¹⁵. Zaburzenia koncentracji uwagi, charakteru, lękowe, psychotyczne myślenie, dysocjacje, zaburzenia odżywiania, myśli i próby samobójcze, samookaleczenia, nadużywanie substancji psychoaktywnych, wszystko to może być wynikiem urazów traumatycznych doznanych w dzieciństwie (porwanie, śmierć, wypadek, przemoc fizyczna, przemoc seksualna...). Dzieci często tłumią swój afekt, a rodzice szukają pomocy dla nich dopiero wówczas, gdy zachowanie dziecka nabiera cech kryzysowych, utrudniających normalne funkcjonowanie w rodzinie czy szkole.

Warto zaznaczyć, iż błędne przekonanie o tym, iż doświadczenia takie hartują, a dzieci z nich „wyrastają” jest krzywdzące i opóźnia właściwą pomoc. Wybierając skuteczną metodę pomocy należy kierować się wrażliwością na stan dziecka, stworzyć warunki bezpieczne, dać dziecku poczucie panowania i kontroli, *dostateczną ilość czasu przeznaczyć na przetwarzanie, odreagowanie i katamnezę. Techniki relaksacyjne, uodparniania na stres, kontrolowania gniewu i wszelkie inne techniki behawioralne i poznawcze powinny być aplikowane dziecku w jego własnym tempie*¹⁶. Obecność psa, na przykład podczas interwencji kryzysowej, wywiadu czy prowadzonej już terapii może przysłużyć się zwiększeniu poczucia bezpieczeństwa, zmniejszeniu zagrożenia urazem i prowadzić do wygaszenia. Może być pomocą w ustanowieniu wzajemnego zaufania na linii dziecko – terapeuta lub inne osoby zaangażowane w pomoc dziecku w kryzysie (policja, pracownicy sądu, lekarze). Jest to wyjątkowo ważne w sytuacji, gdy zaufanie do dorosłych jest ograniczone, na przykład przez fakt wystąpienia nadużyć seksualnych, które powodują trwałe szkody w życiu dziecka. Lęk, wstyd i upokorzenie mogą cechować nie tylko dziecko nie tylko w kontakcie ze sprawcą, lecz każdym dorosłym naruszającym integralność dziecka doznającego napaści seksualnej. Dodatkowo ocena własnego udziału w zdarzeniu, kwestia poczucia winy oraz zmuszanie do zachowania tajemnicy nie sprzyjają poradzeniu sobie z konsekwencjami zdarzenia, lecz pozwalają przewidzieć *wystąpienie przewlekłego PTSD, wczesnych zaburzeń psychicznych, niskiej samooceny, trwałego poczucia pustki i ucieczki oraz wczesnych zaburzeń emocjonalnych, takich jak agorafobia i stany depresyjne*¹⁷. Dzieci takie mają problemy somatyczne, problemy z koncentracją, bywają agresywne i złe lub depresyjne i wycofujące się z kontaktów

¹⁵ Tamże, s.153.

¹⁶ Tamże, s.157.

¹⁷ Tamże, s.217.

społecznych, nadmiernie podporządkowane, nadaktywne. Pojawiają się też problemy z wydalaniem i objawy somatyczne i fizyczne związane z aktywnością seksualną.

Człowiek, który w dzieciństwie doświadczył molestowania, gwałtu, *doświadcza w dorosłym życiu poważnych problemów, takich jak zespół stresu pourazowego i inne zaburzenia natury psychicznej i psychologicznej, jak depresja, alienacja, zahamowanie, introwersja społeczna i nadwrażliwość interpersonalna. Stwierdzono również u tych osób występowanie długotrwałych problemów ze zdrowiem fizycznym*¹⁸.

Działania podejmowane w sytuacji napaści seksualnej na dziecko wymagają specjalistycznej wiedzy, strategii terapeutycznych, ale przede wszystkim ogromnej wrażliwości i świadomości, że to dorośli je skrzywdzili, a droga do odzyskania poczucia kontroli nad własnym życiem, ciałem jest bardzo długa, przepelniona gniewem i żalem. Włączanie psa do terapii prowadzonej z dzieckiem sprzyja nawiązaniu dobrej relacji z terapeutą, może również zwiększyć efektywność technik relaksacyjnych, treningów asertywności i innych, gdzie pierwszym krokiem dziecka musi być przełamanie lęku przed kontaktem z osobą dorosłą i obcą. Radosny temperament samoyeda, o którym znawcy rasy mówią, iż „na pysku cały rok nosi radość Bożego Narodzenia”, stała chęć do psot i zabaw, białe i mięciutkie futro, w które można się wtulić lub za którym można się schować, powodują, iż na twarzy dziecka nieśmiało pojawia się uśmiech i chęć współpracy.

Samoyed w socjoterapii

Socjoterapia, traktowana początkowo jako forma pomocy dzieciom z rodzin z problemem alkoholowym, później w pracy z dziećmi zaniedbanymi, czerpie inspiracje z grupowej psychoterapii dzieci i młodzieży, treningu interpersonalnego i warsztatów psychologicznych. *W swych założeniach grupowe spotkania socjoterapeutyczne służą korygowaniu doświadczeń urazowych, sprzyjają budowaniu własnego „ja”*¹⁹. Zajęcia prowadzone w ramach socjoterapii powinny być więc dostosowane do potrzeb i faz rozwojowych uczestników, a celem głównym powinna być korekta urazowych doświadczeń dzieci i młodzieży.

Wśród doświadczeń urazowych, sytuacji trudnych w których znajduje się dziecko wyróżnić możemy doświadczanie przemocy fizycznej, która niesie ze sobą silne negatywne emocje, sytuacje wiążące się z trudnymi relacjami w rodzinie (ze stosunkiem emocjonalnym do dziecka

¹⁸ Tamże, s. 213 - 214.

¹⁹ Dąbrowska – Jabłońska I., red., *Terapia dzieci i młodzieży. Metody i techniki pomocy psychopedagogicznej*, Impuls, Kraków 2010 r., s. 51.

i toksycznymi rodzicami, między innymi odrzuceniem emocjonalnym, lekceważeniem, nie uwzględnianiem przez rodziców potrzeby miłości, uwagi, więzi) oraz funkcjonowanie rodziny jako systemu społecznego (pomieszanie ról związane na przykład z problemem alkoholowym). Wśród dzieci, młodzieży wymagającej socjoterapii są dzieci zranione, nieśmiałe, bierne społecznie, cierpiące na poczucie odrzucenia, żyjące z przeświadczeniem poczucia wstydu, agresywne, napastliwe i pełne wrogości.

*Spotkania socjoterapeutyczne powinny stwarzać warunki do pozytywnych przeżyć, do uwolnienia się od licznych napięć, swobodnego wyrażania emocji destrukcyjnych i pozytywnych*²⁰. Tylko doświadczanie pozytywnych emocji, dobry nastrój podczas spotkania sprzyjać będzie tworzeniu płaszczyzny do psychokorekcji, współpracy a zarazem rozwoju osobistego i społecznego uczestników. W atmosferze zaufania, zrozumienia i akceptacji łatwiej odkrywać swoje możliwości, zdolności, zainteresowania, zdobywać nowe doświadczenia, budować sytuacje korekcyjne. Osoby w dobrym nastroju nie koncentrują się tylko na sobie i sprawach trudnych, częściej wyrażają pozytywne opinie, mają obniżoną potrzebę do prezentowania zachowań agresywnych. Zabawa jest jedną z najważniejszych form aktywności grupy socjoterapeutycznej, udział w niej psa zapewni dodatkową radość i rozładowanie trudnej, napiętej atmosfery spotkania. Zabawa z psem, a samoyed zabawy nigdy nie odmawia, dostarczy dzieciom wielu pozytywnych przeżyć, sprzyjać będzie odprężeniu. Zabawa z psem może również pozwolić na odtworzenie pewnych elementów rzeczywistości, ważnych dla dziecka wydarzeń, które po modyfikacji pozwolą na poczucie odzyskania kontroli, czy wpływu na rzeczywistość. W pracy socjoterapeutycznej nie do przecenienia jest rola terapeuty, który swoją postawą, zachowaniem modeluje relacje dorosły – dziecko. Terapeuta nieustannie poddawany jest uważnym obserwacjom, testom, krytyce. Więź, która istnieje między psem a kynoterapeutą, może być bazą do budowania zaufania w grupie, gdyż relacje terapeuty z psem są szczerze, nie wymuszone i oparte na szacunku.

Wspomaganie rozwoju dziecka (dzieci, młodzież z zaburzeniami w sferze rozwoju kompetencji społecznych, emocjonalnych i umiejętności szkolnych), terapia dziecięcych lęków, interwencja kryzysowa oraz socjoterapia – może to tam mój pies sprawdzi się najlepiej?

²⁰ Tamże, s. 67.

Miejsce mojego samoyeda w kynoterapii

Założenia metodologiczne

Celem poznawczym prowadzonych przeze mnie badań było określenie „kariery terapeutycznej” mojego psa, tak, by zachować równowagę między realizacją potrzeb ludzi (kynoterapia), a wykonywaniem przez niego zadań możliwie najmniej stresujących, dających mu szansę czerpania radości z bycia niezależnym, czasami rozbrykanym, pełnym żywiołowości psem północy;

Celem praktycznym moich badań, było poznanie opinii specjalistów pracujących z dziećmi i młodzieżą na temat najefektywniejszego wykorzystania wrodzonego potencjału psa rasy samoyed w pracy terapeutycznej.

Przedmiotem moich badań stała się grupa psychologów, pedagogów i terapeutów elbląskich. Odpowiedzi na nurtujące mnie pytania udzielili mi: pedagog i socjoterapeuta Socjalizacyjnej Całodobowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej w Elblągu, specjalista terapii uzależnień NZOZ MOT KARAN, psycholog NZOZ MOT KARAN oraz psycholog Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Elblągu. Będąc właścicielką pięknego, mądrego psa i pragnąc, by był nie tylko terapeutą, moim wsparciem w pracy pedagoga specjalnego i socjoterapeuty, ale przede wszystkim szczęśliwym zwierzęciem postanowiłam poszukać odpowiedzi na pytanie: W pracy z jakimi dziećmi, młodzieżą (dysfunkcjami, problemami), w oparciu o wrodzony potencjał psa rasy samoyed (żywiołowość, towarzyskość, niezależność), kynoterapia przyniesie najwięcej efektów terapeutycznych? Pragnęłam też sprawdzić gdzie, oprócz pracy z dziećmi niepełnosprawnymi, może odnaleźć swe miejsce praca kynoterapeutyczna z samoyedem?

Z przedstawicielkami wyżej wymienionych instytucji przeprowadzony został wywiad jawny.

Analiza wyników badań

Specjalistki na co dzień zmagające się z problemami dziecka i rodziny, opierając się na bogatym doświadczeniu w bezpośredniej pracy z dziećmi i młodzieżą, zachciały krótko odnieść się do zadanych im pytań.

Pedagog i socjoterapeuta Socjalizacyjnej Całodobowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej w Elblągu, nie uwzględniając żadnej konkretnej rasy psa, zwróciła szczególną uwagę na potrzeby dziecka przeżywającego odrzucenie i możliwości zmiany postaw dziecka pod wpływem kontaktu z psem: *Pracuję z dziećmi, które doznały odrzucenia ze strony*

najbliższych; czasem poprzez opuszczenie fizyczne, ale zawsze emocjonalne, psychiczne. Niektóre z nich zamknęły się na świat zewnętrzny, odgrodziły murem obojętności, złości, wrogości. Otaczających ludzi postrzegają jako zagrażających ich bezpieczeństwu, krzywdzicieli i oprawców – nie umieją zaufać, bo doznali silnego zawiedzenia. Bardzo trudno pokonać ten mur rozpaczy, strachu, agresji czy wycofania i wtedy z pomocą może przyjść kynoterapia. Przyjazny, ciepły, pełen uczucia kontakt ze zwierzęciem przynosi ulgę w osamotnieniu, pozwala na doświadczenie kontaktu cielesnego, który nie budzi w dziecku lęku, ale daje poczucie odwzajemnionej przyjaźni, fizycznego ciepła. Takie doświadczenia stopniowo prowadzą do zmian w postawie na bardziej otwartą, pozwalają podjąć ryzyko wejścia w nowe relacje, dają poczucie więzi. – Monika Józefowicz, pedagog i socjoterapeuta Socjalizacyjnej Całodobowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej w Elblągu.

Specjalista terapii uzależnień, również bez wskazania konkretnej rasy czy predyspozycji psa, wykazywała na korzyści, jakie niesie ze sobą praca z psem: *Obcowanie ze zwierzętami jest ważne dla wszystkich ludzi, a tego rodzaju kontakt nabiera jeszcze większego znaczenia dla młodzieży dysfunkcyjnej takiej jak np. młodzież uzależniona lecząca się w NZOZ MOT KARAN. Pies jest łącznikiem między pacjentem a terapeutą. Empatia jaką pacjenci zaczynają czuć do psa, sprawia, że chętniej wykonują polecenia terapeuty, których bez psa nie chcieli by się im wykonać. Praca ze zwierzęciem przynosi takie korzyści pacjentom jak: rozwijanie empatii, otwarcie na świat, wzrost opiekuńczości, wzrost zaufania, wzrost akceptacji, dostarczenie rozrywki, umiejętności socjalizacji, pobudzenie umysłowe. Emocje stanowią niezbędny element psychiki każdego człowieka, służą przystosowaniu się do otoczenia, ukierunkowują jego działania, pełnią ważną rolę w procesie uczenia się. Gdy przy pomocy psa zatroszczymy się o to, aby pacjenci doświadczali jak najwięcej pozytywnych emocji, wszystkie te procesy będą funkcjonowały sprawniej. Kontakt z psem uczy kontaktu z ludźmi. Uczy, że pies ma więcej cierpliwości niż człowiek. Pies może być pretekstem do uspołecznienia pacjenta, u osób nieśmiałych często staje się pretekstem do podjęcia rozmowy. Terapię wzmacnia to, że pies szybko się zaprzyjaźnia, żywo reaguje, nie ocenia zachowań ani wyglądu pacjenta. Akceptuje człowieka takim jakim on jest. Daje poczucie bezpieczeństwa. Opieka nad psem uczy odpowiedzialności, systematyczności, konsekwencji.* - Agnieszka Joć, specjalista terapii uzależnień, NZOZ MOT KARAN.

Psycholog z bogatym doświadczeniem w pracy z młodzieżą, w tym również z młodzieżą doświadczającą przemocy, w swej wypowiedzi odniosła się między innymi do wykorzystania samoyeda w terapii lęków: *Od dłuższego czasu przy przesłuchiwanie dzieci i młodzieży wykorzystuje się psy, które pełnią nieocenioną rolę terapeutyczną w próbie przełamania lęku*

przed kontaktem z dorosłym, czy z nowym miejscem. Minimalizuje to kolejne traumatyczne przeżycia, czasami przynosi odrobinę radości, czy odprężenia w sytuacji wyjątkowo trudnej dla dziecka, szczególnie jeśli to ono jest ofiarą lub świadkiem przestępstwa. Oczywiście pies musi spełniać określone warunki, ale bezspornym pozostaje fakt, iż przytulanie, głaskanie, wtulanie się w mięciutkie futro przynosi ukojenie, spokój, zaspokaja na chwilę potrzebę bliskości, rozbudza na nowo zaufanie, zwiększa poczucie bezpieczeństwa. Myślę, że samoyed sprawdziłby się też w terapii lęków, mógłby być wsparciem małego pacjenta w ich przezwyciężaniu. – Agnieszka Zych, psycholog NZOZ MOT KARAN.

Psycholog Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej nr 1 w Elblągu, znając specyfikę psów rasy samoyed podkreśliła znaczenie psa w terapii lęku społecznego: *Praca z takim psem (samoyed) byłaby wskazana dla osoby z lękiem społecznym. Osoby te mają problem z nawiązywaniem i podtrzymywaniem kontaktów z rówieśnikami. Spontaniczny pies obdziela uwagą nie czekając na przyzwolenie. Osoba taka nie musi pokonywać swoich lęków, ale może otrzymać sympatię od kogoś bez wysiłku. W zaburzeniach depresyjnych (ale nie depresji głębokiej) – nie pozwala popaść w apatię, zmusza do aktywności. - Katarzyna Truszkowska, psycholog Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej nr 1.*

Wnioski

Analizując odpowiedzi na pytanie, które zadałam zaprzyjaźnionym psychologom, terapeutom i pedagogom: *W pracy z jakimi dziećmi, młodzieżą, w oparciu o wrodzony potencjał psa rasy samoyed, kynoterapia przyniesie najwięcej efektów terapeutycznych?* pragnęłam nie tyle udowodnić, ogromne możliwości i elastyczność samoyedów oraz szerokie możliwości kynoterapii, co raczej poszukać najlepszych i najmniej stresujących zadań dla psa, który częściej ma ochotę biegać, bawić się niż spokojnie leżeć, a jego wrodzona „gadatliwość” i żywiołowość nie będą musiały być mocno temperowane. Bo praca każdego psa terapeutycznego, mimo radości którą wzbudza u psa i potrzebującego terapii dziecka, jest stresująca. *Psy przeżywają emocje, lecz inaczej niż ludzie. Poziom wyjściowy stresu u psa zawsze ma wartość dodatnią, a kumulowane emocje zwiększają liczbę hormonów stresu*²¹. Samoyed dzięki wrodzonej towarzyskości, zaczepnemu spojrzeniu, roześmianemu psykowi i chęci do psot z całą pewnością odnajdzie się w „brykającej” grupie socjoterapeutycznej, która

²¹ Harmata K., Radość na czterech łapach. Jak wychować szczęśliwego psa, Wydawnictwo Dragon, Bielsko – Biała 2013 r., s. 64.

stopniowo może wprowadzać w bardziej zdyscyplinowany, uporządkowany, lecz nie pozbawiony radości świat.

Interwencja kryzysowa wymaga od psa ogromnej chęci współpracy, akceptacji wystraszonego, drżącego, cierpiącego dziecka, dużych umiejętności i pokładów taktu od terapeuty, ale białe, puszyste, ciepło futro samoyeda aż prosi o dotknięcie, to pierwszy krok do odzyskania poczucia bezpieczeństwa i dalszej pracy.

W terapii lęków (o ile nie jest to lęk przed samoyedem lub głośnym szczekaniem), pies może pełnić funkcję wspierającą małego pacjenta, być przy jego boku, gdy trzeba będzie lęk skonfrontować.

W terapii uzależnień praca z psem, bez względu na jego rasę, może przynieść wiele korzyści terapeutycznych sprzyjających wychodzeniu z choroby.

Zakończenie

Od dawna trwają dyskusje nad tym, czy psy myślą, czują, czy są siebie świadome, czy są inteligentne? Zdaniem Stanleya Coren psy rozumieją otaczający je świat i odbierają z niego informacje, psy uczą się i zmieniają swoje zachowanie w zależności od warunków, mają pamięć, uczucia, odczuwają ból, współdziałają społecznie, porozumiewają się między sobą i z ludźmi. Psy oddaniem i lojalnością odwdzięczają się nam za troskę i życie z nami.

Bez wątplenia dobrze wyszkolony samoyed odnajdzie się w każdym zadaniu terapeutycznym, w pracy z dziećmi niepełnosprawnymi, w interwencji kryzysowej, w terapii lęków, w terapii uzależnień i socjoterapii, na co wskazują wyżej zacytowane wypowiedzi specjalistów pracujących z dziećmi. Samo zanurzenie dłoni w miękkiej, białej sierści samoyeda, spojrzenie jego brązowych oczu i uśmiech, który wydaje się być kierowany tylko do nas – wszystko to sprawia, że czujemy się rozumiani, kochani. I zapominamy wtedy, że pies najszcześliwszy jest wówczas, gdy może być psem...

Swojej „biele” pozwolę być przede wszystkim psem północy, wesołym, upartym i w każdej chwili skorym do psot, ja natomiast będę czerpać z jego przywiązania i miłości do mnie, a kynoterapia? To bez wątplenia niezmiernie ważne zadanie dla ludzi, lecz dla zwierzęcia - tylko wtedy gdy wiąże się z radością bycia po prostu psem.

Bibliografia

1. Bloomquist Michael L., Trening umiejętności dla dzieci z zachowaniami problemowymi. Podręcznik dla rodziców i terapeutów, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011, s. 21, 26, 174.
2. Brzezińska Anna Izabela (red.), Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005, s. 11, 685.
3. Coren Stanley, Tajemnice psiego umysłu, Galaktyka, Łódź 2014, s. 9 .
4. Dąbrowska – Jabłońska Iwona (red.), Terapia dzieci i młodzieży. Metody i techniki pomocy psychopedagogicznej, Impuls, Kraków 2010, s. 51, 67
5. Franczyk Anna, Krajewska Katarzyna, Skorupa Joanna, Baw się poprzez animaloterapię. Przykłady gotowych sytuacji z udziałem zwierząt. Impuls, Kraków 2012.
6. Harmata Katarzyna, Radość na czterech łapach. Jak wychować szczęśliwego psa, Wydawnictwo Dragon, Bielsko – Biała 2013, s. 13, 64.
7. Kulisiewicz Beata, Dogoterapia we wspomaganie nauki i usprawniania techniki czytania, Impuls, Kraków 2014, s. 7.
8. Wojciechowska Hanna Masgutowa – Hawryluk Świetłana, Kynoterapia w integracji odruchów. Metody i techniki neurokinezyologiczne w pracy z deficytami rozwoju psychoruchowego. Międzynarodowy Instytut dr Świetłany Masgutowej Fundacja Kynoterapeutyczna „Właśnie Tak!”, Warszawa – Bydgoszcz 2006, s. 114.
9. Lazarus Arnold A. , Colman Andrew M. (red.), Psychopatologia, Wydawnictwo Zys i S – ka , Poznań 2001, s. 24.
10. Ilg Frances L., Ames Louise Bates, Baker Sidney M., Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat. Poradnik dla rodziców, psychologów i lekarzy, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1994, s. 175.
11. James Richard K., Gilliland Burl E., Teoria i praktyka interwencji kryzysowej, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, Warszawa 2008, s. 65, 153, 157, 217, 213 – 214.
12. <http://superpsy.com.pl/>
13. <http://www.czeneka.org>
14. www.ami.org.pl
15. <http://superpsy.com.pl/>
16. <http://www.zkwp.pl/zg/wzorcowe/212.pdf>
17. <http://www.kynoterapia.eu/kynoterapia.html>