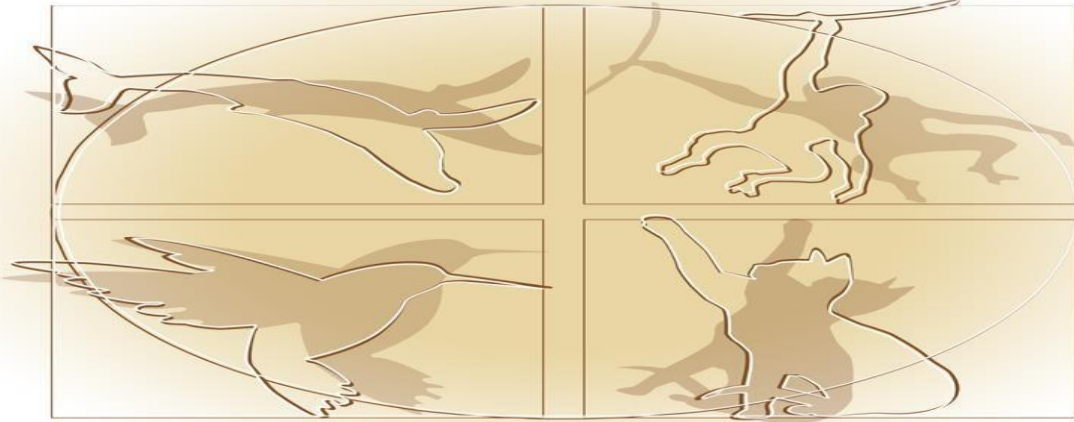


**ΔΠΜΣ ΖΩΑ: ΗΘΙΚΗ, ΔΙΚΑΙΟ, ΕΥΖΩΙΑ**



**MA ANIMAL WELFARE, ETHICS and the LAW**

Εθνικόν και Καποδιστριακόν Πανεπιστήμιον Αθηνών

Φιλοσοφική Σχολή

Τμήμα Φιλοσοφίας - Διδρυματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Ζώα: Ηθική, Δίκαιο, Ευζωία

Κωνσταντίνα Χαρμπί

Τα ζώα και η επικουρική θεραπευτική συμβολή τους σε ψυχικές ασθένειες

Διπλωματική Εργασία για την απόκτηση Διπλώματος Μεταπτυχιακών Σπουδών

Επιβλέπων: Μιχαήλ Μαντζανάς, Καθηγητής Αρχαίας Ελληνικής & Βυζαντινής Φιλοσοφίας, Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθηνών

Μέλη Τριμελούς Εξεταστικής Επιτροπής αλφαβητικά: Γεώργιος Αραμπατζής, Καθηγητής Τμήματος Φιλοσοφίας, Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ, Ευάγγελος Πρωτοπαπαδάκης, Αναπληρωτής Καθηγητής Τμήματος Φιλοσοφίας, Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ

Ημερομηνία υποστήριξης: 20/02/2024

Αθήνα, 2024

Εθνικόν και Καποδιστριακόν Πανεπιστήμιον Αθηνών

Φιλοσοφική Σχολή, Τμήμα Φιλοσοφίας,

Κωνσταντίνα Χαρμπί © [2024] - Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Εθνικόν και Καποδιστριακόν Πανεπιστήμιον Αθηνών

Φιλοσοφική Σχολή

Τμήμα Φιλοσοφίας - Διδρυματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Ζώα: Ηθική, Δίκαιο, Ευζωία

Κωνσταντίνα Χαρμπί

Τα ζώα και η επικουρική θεραπευτική συμβολή τους σε ψυχικές ασθένειες

Διπλωματική Εργασία για την απόκτηση Διπλώματος Μεταπτυχιακών Σπουδών

**Επιβλέπων καθηγητής:** Μιχαήλ Μαντζανάς, Καθηγητής, Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία

<b>Μέλη τριμελούς εξεταστικής επιτροπής</b>		
<b>Μιχαήλ Μαντζανάς</b>	Μέλος ΔΕΠ (Καθηγητής)	Ανώτατη Εκκλησιαστική Ακαδημία Διδάσκων ΔΠΜΣ «Ζώα: Ηθική, Δίκαιο, Ευζωία» Τμήματος Φιλοσοφίας ΕΚΠΑ-Ελληνικό Ινστιτούτο Παστέρ
<b>Ευάγγελος Πρωτοπαπαδάκης</b>	Μέλος ΔΕΠ (Καθηγητής)	ΕΚΠΑ Τμήμα Φιλοσοφίας Διδάσκων ΔΠΜΣ «Ζώα: Ηθική, Δίκαιο, Ευζωία» Τμήματος Φιλοσοφίας ΕΚΠΑ-Ελληνικό Ινστιτούτο Παστέρ
<b>Γεώργιος Αραμπατζής</b>	Μέλος ΔΕΠ (Καθηγητής)	ΕΚΠΑ Τμήμα Φιλοσοφίας Διδάσκων ΔΠΜΣ «Ζώα: Ηθική, Δίκαιο, Ευζωία» Τμήματος Φιλοσοφίας ΕΚΠΑ-Ελληνικό Ινστιτούτο Παστέρ

Ημερομηνία υποστήριξης: 20/02/2024

Αθήνα, 2024

## Περιεχόμενα

Περίληψη.....	6
Abstract .....	6
Εισαγωγή.....	7
Κύριο μέρος.....	8
1. Ορισμοί κύριων εννοιών.....	8
Α. Ψυχικές ασθένειες .....	9
Β. Ζώα για τη θεραπεία ασθενών.....	9
Γ. Παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων .....	9
Δ. Υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες .....	9
Ε. Υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία.....	10
2. Θεραπείες που περιλαμβάνουν τη χρήση ζώων .....	10
Α. Η ιστορία των παρεμβάσεων με τη χρήση ζώων.....	10
Β. Υποβοηθούμενες από Ζώα Δραστηριότητες.....	13
Γ. Υποβοηθούμενη από Ζώα Θεραπεία.....	14
Δ. Διαφορές ανάμεσα σε Υποβοηθούμενες από Ζώα Δραστηριότητες και Υποβοηθούμενη από Ζώα Θεραπεία.....	16
Ε. Είδη ζώων που χρησιμοποιούνται στις θεραπείες .....	17
Στ. Ηθικά ζητήματα για τη χρήση ζώων σε θεραπείες.....	20
Ζ. Κίνδυνοι από τη χρήση ζώων σε θεραπείες .....	21
3. Συμβολή ζώων στην αντιμετώπιση του άγχους.....	22
Α. Αντιμέτωπιση του άγχους σε παιδιά .....	23
Β. Αντιμέτωπιση του άγχους σε παιδιά που νοσηλεύονται .....	24

4. Συμβολή ζώων στην αντιμετώπιση διαταραχών .....	25
Α. Αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών σε παιδιά .....	25
Β. Αντιμετώπιση των διανοητικών ασθενειών σε παιδιά .....	28
Γ. Αντιμετώπιση των αναπτυξιακών διαταραχών σε παιδιά .....	29
Δ. Αντιμετώπιση των συναισθηματικών και συμπεριφορικών διαταραχών σε παιδιά.....	31
5. Υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία .....	33
Α. Για την αντιμετώπιση των αναπηριών σε παιδιά .....	33
Β. Για την αντιμετώπιση των παιδιών με ανασφαλή προσκόλληση λόγω κακοποίησης.....	36
Γ. Για την αντιμετώπιση των έγκλειστων σε φυλακή παιδιών .....	38
Δ. Για την βοήθεια σε ηλικιωμένους .....	40
Ε. Σε αντικατάσταση φαρμακευτικής αγωγής.....	42
6. Η αποτελεσματικότητα της υποβοηθούμενης με ζώα θεραπείας.....	43
7. Ερμηνευτικές θεωρίες για τη σημασία της χρήσης ζώων για θεραπευτικούς σκοπούς.....	45
Α. Θεωρία της προσκόλλησης.....	46
Β. Βιοφιλία .....	46
Γ. Ανθρωπομορφισμός .....	48
Δ. Ενίσχυση βιωματικού έναντι λεκτικού - συμβολικού συστήματος.....	49
Ε. Ενίσχυση οξυτοκίνης .....	50
Στ. Απόσπαση της προσοχής από το πρόβλημα .....	52
Συμπεράσματα .....	53
Επίλογος .....	54
Βιβλιογραφία .....	55

## Περίληψη

Το θέμα της εργασίας αυτής είναι η αναζήτηση της συμβολής των ζώων στην αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών που μπορεί να αντιμετωπίζει ένας άνθρωπος. Ειδικότερα, μελετάται η αξιοποίηση ζώων για την θεραπεία ψυχικών ασθενειών, δίνοντας έμφαση σε θεραπευτικές παρεμβάσεις όπως είναι οι υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες και η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία. Αρχικά, αναφέρονται τα ζώα που έχουν χρησιμοποιηθεί για θεραπευτικούς σκοπούς και τη διαχείριση ψυχικών ασθενειών, και γίνεται μια προσπάθεια καταγραφής της διαχρονίας των θεραπευτικών παρεμβάσεων με ζώα. Ταυτόχρονα, αναπτύσσονται βασικές θεραπευτικές παρεμβάσεις, στις οποίες χρησιμοποιούνται ζώα και γίνεται αναφορά στις μεταξύ τους διαφορές. Στη συνέχεια, καταγράφονται ορισμένα ηθικά διλήμματα που τίθενται σε τέτοιες διαδικασίες και κίνδυνοι που ενυπάρχουν. Κατόπιν, σημειώνονται οι τρόποι με τους οποίους έχουν καταστεί χρήσιμα τα ζώα για την αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών, αλλά και τα αποτελέσματα που η μέχρι στιγμής έρευνα έχει φανερώσει. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα οφέλη που αποκομίζουν τα παιδιά που συμμετέχουν σε τέτοιες θεραπείες. Η βιβλιογραφική ανασκόπηση ολοκληρώνεται με την παράθεση ορισμένων ερμηνευτικών προσεγγίσεων για τη σημασία της χρήσης ζώων για θεραπευτικούς σκοπούς. Τέλος, αναλύονται τα συμπεράσματα της έρευνας αναφορικά με την επίδραση που τα ζώα είναι δυνατό να ασκήσουν στον άνθρωπο και αξιολογείται η συμβολή τους αυτή.

**Λέξεις κλειδιά:** ψυχικές ασθένειες, αξιοποίηση ζώων στη θεραπεία ασθενών

## Abstract

The present work aims to investigate the possible contribution of animals in treating a person's mental illness. In particular, the use of animals in the treatment of mental illness is studied. Emphasis is given on therapeutic interventions such as animal-assisted activities and animal-assisted therapy. First, animals that have been used for therapeutic purposes and the management of mental illness are listed, and an attempt is made to document the timeliness of therapeutic interventions with animals. At the same time, basic therapeutic interventions are being developed, in which animals are used and the differences between them are mentioned. Then, some ethical dilemmas given to such procedures and inherent risks are listed. Then, the ways in which animals

have become useful in the treatment of mental illness are noted, as well as the results that the research so far has shown. Particular emphasis is placed on the benefits that children who participate in such treatments receive. The literature review concludes by listing some interpretative approaches to the importance of using animals for therapeutic purposes. Finally, the conclusions of the research regarding the effect that animals can have on humans are analyzed and their contribution is evaluated.

**Key words:** mental illnesses, utilization of animals in therapeutic treatment

### **Εισαγωγή**

Η παρακάτω εργασία μελετά τη θεραπευτική συμβολή που έχουν τα ζώα στις ψυχικές ασθένειες. Το κύριο μέρος της εργασίας διαρθρώνεται σε επτά (7) ενότητες.

Στην πρώτη ενότητα θα προσδιοριστούν οι βασικοί όροι της εργασίας, δηλαδή οι ψυχικές ασθένειες, τα ζώα που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία ασθενών και οι παρεμβάσεις που γίνονται για τη θεραπεία ασθενών με τη χρήση ζώων.

Στη δεύτερη ενότητα θα καταγραφούν οι θεραπείες που περιλαμβάνουν τη χρήση ζώων και θα γίνει μια ιστορική καταγραφή τους από τις απαρχές τους μέχρι τη σύγχρονη εποχή. Επίσης, θα αναφερθούν οι διαφορές ανάμεσα στις διαφορετικές θεραπευτικές προσεγγίσεις. Παράλληλα, θα σημειωθούν τα είδη ζώων που χρησιμοποιούνται για θεραπείες, τα ζήτηματα ηθικής αναφορικά με τις θεραπείες με ζώα, αλλά και οι κίνδυνοι από την αξιοποίησή τους.

Στην τρίτη ενότητα θα μελετηθεί η συμβολή των ζώων στην αντιμετώπιση του άγχους. Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στην αντιμετώπιση του άγχους σε παιδιά. Οι σύγχρονες έρευνες δίνουν προσοχή στις περιπτώσεις παιδιών που νοσηλεύονται και αντιμετωπίζουν ισχυρό αίσθημα άγχους.

Στην τέταρτη ενότητα θα παρουσιαστεί η συμβολή των ζώων στην αντιμετώπιση διάφορων διαταραχών σε παιδιά. Πιο συγκεκριμένα, η μελέτη εστιάζει σε ψυχικές και διανοητικές ασθένειες, στις αναπτυξιακές διαταραχές και τις διαταραχές που αφορούν το συναίσθημα και τη συμπεριφορά.

Στην πέμπτη ενότητα η έρευνα θα επικεντρωθεί στην υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία για την αντιμετώπιση αναπηριών και για τη διαχείριση των συμπτωμάτων ανασφαλούς προσκόλλησης σε παιδιά καθώς και στα παιδιά που βρίσκονται έγκλειστα σε φυλακές. Ταυτόχρονα, θα αναλυθεί η βοήθεια που τα ζώα παρέχουν σε ηλικιωμένους, ενώ θα γίνει μια αναφορά στο πώς αυτά είναι σε θέση να επιλεγθούν αντί για μια φαρμακευτική αγωγή.

Στην έκτη ενότητα η έρευνα θα εστιάσει στην αποτελεσματικότητα της υποβοηθούμενης με ζώα θεραπείας, ενώ ιδιαίτερη αναφορά θα γίνει στα αποτελέσματα που έχει μέσα σε ένα εκπαιδευτικό πλαίσιο.

Στην έβδομη και τελευταία ενότητα θα δοθούν ορισμένες θεωρίες που στόχο έχουν να ερμηνεύσουν τη συμβολή των ζώων σε θεραπείες. Αναλυτικότερα, θα αναφερθεί η θεωρία της προσκόλλησης. Ταυτόχρονα, θα συζητηθεί η βιοφιλία και ο ανθρωπομορφισμός, αλλά και η ισχυροποίηση του βιώματος του ασθενή σε αντίθεση με το λεκτικό – εκφραστικό σύστημα και τα αποτελέσματά της. Ολοκληρώνοντας, θα επισημανθεί ο ρόλος της οξυτοκίνης ως ορμόνης ευχάριστων συναισθημάτων και η προοπτική της απόσπασης από το πρόβλημα ως μέθοδος επίλυσης ενός προβλήματος.

Τέλος, θα απαριθμηθούν τα συμπεράσματα της μελέτης αυτής, ύστερα από την έρευνα των παραπάνω θεματικών.

## **Κύριο μέρος**

### ***1. Ορισμοί κύριων εννοιών***

Το πρώτο τμήμα του κυρίως θέματος αφιερώνεται στη μελέτη και καταγραφή των βασικών αξόνων της εργασίας αυτής. Οι βασικές έννοιες που εξετάζονται είναι οι ψυχικές ασθένειες, τα ζώα που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία ασθενών, οι παρεμβάσεις που είναι δυνατό να υλοποιηθούν με τη χρήση ζώων και η διάκριση των παρεμβάσεων αυτών σε υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες και σε υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία.



### **A. Ψυχικές ασθένειες**

Οι ψυχικές ασθένειες εκφράζονται ως αλλαγές στο συνηθισμένο μοτίβο συμπεριφοράς και διάθεσης των ανθρώπων. Περιλαμβάνουν αλλαγές στη διάθεση, ψυχωσικά επεισόδια, δυσκολίες στις κοινωνικές δεξιότητες και γενικότερα προβλήματα στην κατάκτηση βασικών δεξιοτήτων. Σε αυτές εντάσσεται η σχιζοφρένεια, η κατάθλιψη οι αγχώδεις διαταραχές και διαταραχές διάθεσης. Μπορούν επίσης να παρουσιαστούν σε ανθρώπους που έχουν βιώσει κάποια μορφή κακοποίησης.<sup>1</sup>

### **B. Ζώα για τη θεραπεία ασθενών**

Τα ζώα που αξιοποιούνται για θεραπευτικές διαδικασίες είναι ειδικά εκπαιδευμένα ζώα που συγκεντρώνουν τα απαραίτητα χαρακτηριστικά στην προσωπικότητα τους και στη διάθεση τους ώστε να κρίνονται ως κατάλληλα για τη βοήθεια σε ασθενείς. Ανάμεσα στα συνηθέστερα είδη που χρησιμοποιούνται για τέτοιους σκοπούς εντάσσονται τα σκυλιά, τα γατιά, τα άλογα, τα δελφίνια τα ψάρια και οι παπαγάλοι.<sup>2</sup>

### **Γ. Παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων**

Οι υποβοηθούμενες από ζώα παρεμβάσεις είναι διαδικασίες στις οποίες εμπλέκονται με κάποιο τρόπο ζώα για τη θεραπεία ασθενών.<sup>3</sup>

### **Δ. Υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες**

Οι υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες δεν αποτελούν μέρος μιας θεραπείας που έχει ορίσει ένα συγκεκριμένο στόχο προς επίτευξη. Είναι δραστηριότητες στις οποίες οι ασθενείς έρχονται σε

---

<sup>1</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>2</sup> D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

<sup>3</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

επαφή με ζώα, για παράδειγμα μέσω μιας δομής, χωρίς σαφή επιδίωξη ή την ύπαρξη ενός προγραμματισμού.<sup>4</sup>

### **E. Υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία**

Η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία αποτελεί ένα οργανωμένο πρόγραμμα με ζώα κατάλληλα εκπαιδευμένα που προσφέρεται από εξειδικευμένο προσωπικό με στόχο την επίτευξη του καθορισμένου στόχου. Για το σκοπό αυτό γίνονται καταγραφές της προόδου των ασθενών, καθένας εκ των οποίων δέχεται μια εξατομικευμένη θεραπευτική παρέμβαση.<sup>5</sup>

## **2. Θεραπείες που περιλαμβάνουν τη χρήση ζώων**

Οι θεραπείες που περιλαμβάνουν τη χρήση υποστηρικτικών ζώων ωφελούν σημαντικά τα παιδιά που αντιμετωπίζουν ψυχικά νοσήματα και τους εξοπλίζουν με θετικά συναισθήματα. Σχετικές μελέτες φανερώνουν μια πληθώρα ωφελειών για τα παιδιά αυτά. Η ψυχική και σωματική τους υγεία βελτιώνεται, οι κοινωνικές τους επαφές ενισχύονται και η κοινωνικότητα τους βελτιώνεται, γίνονται πιο φιλικοί και διαχειρίζονται τις έντονες και αρνητικές τους εκρήξεις.<sup>6</sup>

### **A. Η ιστορία των παρεμβάσεων με τη χρήση ζώων**

Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων ξεκίνησαν να εφαρμόζονται 2 αιώνες πριν, δηλαδή κατά προσέγγιση πριν από 200 χρόνια. Δεν είναι, λοιπόν, μια καινούρια πρακτική, μολονότι στις μέρες μας έχει εξαπλωθεί ραγδαία και επιλέγεται συχνά για τη θεραπεία ασθενών.

Σχετικές αναφορές για την παλαιότητα αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης καταγράφουν ότι ακόμα και ο Φρόντ αξιολογούσε έναν σκύλο για να καταγράψει την πνευματική συνθήκη στην

---

<sup>4</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>5</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>6</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).

οποία βρισκόταν ο ασθενής του. Πιο συγκεκριμένα, ανάλογα με τη θέση που επέλεγε ο σκύλος στο δωμάτιο, δηλαδή αν καθόταν κοντά ή μακριά σε σχέση με τον ασθενή, μπορούσε ο Φρόντ να αξιολογήσει την κατάσταση στην οποία βρισκόταν πνευματικά ο ασθενής. Αν, δηλαδή, ο σκύλος επέλεγε να ξαπλώσει κοντά στον ασθενή, τότε αυτό σήμαινε ότι ο ασθενής ήταν ήρεμος, ενώ αν επέλεγε να ξαπλώσει μακριά του, τότε είχε αρκετή ένταση μέσα του. Ακόμα, ο σκύλος, πέρα από την αξιολόγηση της πνευματικής κατάστασης του ασθενούς, βοηθούσε και στην διαδικασία χαλάρωσης του. Αυτό παρατηρούνταν ιδιαίτερα όταν ο ασθενής ήταν ένα παιδί. Και στο τέλος ο σκύλος βοηθούσε ανοίγοντας με το πόδι του την πόρτα, σύμφωνα με την φήμη αυτή. Όμως, η ιδέα ότι ένα ζώο είναι σε θέση να επικοινωνήσει πνευματικά με τους ανθρώπους, αντιλαμβανόμενο με το ένστικτό του την ψυχολογική κατάσταση στην οποία βρίσκονται, τυγχάνει σήμερα ευρείας αποδοχής.<sup>7</sup>

Μια πρώτη αναφορά στην χρήση ζώων στη θεραπεία παιδιών γίνεται το 1699 όταν χρησιμοποιήθηκαν ορισμένα ζώα όπως σκίουροι για να προκαλέσουν μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και να κάνουν πιο υπεύθυνα τα παιδιά αυτά. Ακόμα, το 1792 ζώα φάρμας επιλέχτηκαν για να βοηθήσουν τους ενοίκους μιας δομής ψυχικής υγείας να βελτιωθούν ψυχοσυναισθηματικά.<sup>8</sup>

Το 1792 αναφέρεται ότι η θεραπεία με τη χρήση ζώων συνέβαλε στην εκδήλωση πιο ανθρώπινων χαρακτηριστικών σε έναν άνθρωπο που ήταν συναισθηματικά άρρωστος. Στη θεραπεία περιλαμβάνονταν διάφορα ζώα, ανάμεσα στα οποία ήταν τα κουνέλια και τα κοτόπουλα. Μια άλλη σχετική περίπτωση καταγράφεται αρκετά χρόνια αργότερα, το 1867 όταν ζώα χρησιμοποιήθηκαν για την καθημερινότητα ανθρώπων με επιληψία. Τα ζώα που περιλαμβάνονταν στη θεραπεία ήταν τόσο τετράποδα όπως σκύλοι και γάτες, όσο και πουλιά, τα οποία είναι πιο προστατευμένα μέσα σε ένα κλουβί, αλλά τέλος και άλογα, τα οποία είναι γνωστά σήμερα για τη χρήση τους σε

---

<sup>7</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: AnimaI-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

<sup>8</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: AnimaI-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

θεραπευτικές προσεγγίσεις. Τα παραπάνω ανέδειξαν το πόσο χρήσιμη είναι η επαφή με τα ζώα σε ασθενείς.<sup>9</sup>

Στα μέσα του 20<sup>ου</sup> αιώνα ένας καθηγητής ψυχολογίας χρησιμοποίησε τον σκύλο του για να βοηθήσει ένα παιδί που δεν εκφραζόταν λεκτικά, να αποκτήσει επικοινωνιακές δεξιότητες. Το αποτέλεσμα ήταν θετικό για το παιδί, καθώς μια μικρή μόνο επαφή του παιδιού με τον σκύλο, χωρίς την εμπλοκή κάποιου άλλου προσώπου, το ώθησε να εκφραστεί λεκτικά.<sup>10</sup>

Το 1940, κατά τη διάρκεια του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου καταγράφεται η πρώτη χρήση ζώων για τη φροντίδα ασθενών. Αυτή αφορούσε τραυματισμένους άνδρες της αεροπορίας, οι οποίοι βρίσκονταν σε διάφορες κλινικές συνθήκες, άλλοι χειρότερα άλλοι λιγότερο άσχημα τραυματισμένοι και είχαν ανάγκη να ασχοληθούν με κάποια δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της ανάρρωσής τους. Αυτοί οι τραυματισμένοι πίοτοι συμμετείχαν στις δραστηριότητες που περιλαμβάνονταν στη φάρμα του κέντρου αποκατάστασης στο οποίο βρίσκονταν. Εκεί είχαν διάφορες ευθύνες και ασχολούνταν με τη φροντίδα και την εκπαίδευση των ζώων, αλλά και με τις εργασίες που αφορούσαν τη φάρμα.<sup>11</sup>

Το 1960 ο ψυχοθεραπευτής Λέβινσον εφηύρε μια παρέμβαση τυχαία, η οποία ήταν χρήσιμη σε παιδιά με διαταραχές. Αναλυτικότερα, μολονότι οι θεραπείες με έναν ασθενή είχαν αποβεί αναποτελεσματικές, όταν συνέβη να αφήσει για λίγο χρόνο τον ασθενή του μόνο του με το σκύλο του, το παιδί έδειξε ενδιαφέρον προς το σκύλο και άρχισε να το αγκαλιάζει και να το χαϊδεύει. Θετική ήταν και η αντίδραση του σκύλου προς το παιδί, καθώς το προσέγγισε με ήρεμο τρόπο και του έδωσε την ευκαιρία να αισθανθεί ασφάλεια και ενδιαφέρον ταυτόχρονα. Αυτό κινητοποίησε το παιδί ώστε να ενδιαφερθεί για τις θεραπείες, για να έχει την ευκαιρία να ξαναβρεθεί και να

---

<sup>9</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>10</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: Animal-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

<sup>11</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

ξαναπαίξει με το σκυλί. Έτσι, συντελέστηκε μια αλλαγή στη θεραπεία και το παιδί άρχισε να γίνεται περισσότερο εκδηλωτικό. Ταυτόχρονα, ένιωσε μεγαλύτερη ασφάλεια με τον θεραπευτή του και αφέθηκε στη βοήθειά του. Με αυτό τον τρόπο δημιούργησαν μια ισχυρή σχέση που επέτρεψε στη θεραπεία να καταστεί αποτελεσματική, ενώ ο σκύλος του θεραπευτή πήρε θέση συνεργάτη στην φροντίδα του θεραπευόμενου. Μετά από αυτή τη θεραπεία ξεκίνησε η πρώτη αναφορά στον όρο θεραπευτική παρέμβαση με τη χρήση ζώου.<sup>12</sup>

Πριν το 1990 δεν υπήρχαν επαρκή ερευνητικά δεδομένα που να αναφέρονται στην αξία των θεραπευτικών διαδικασιών που εμπλέκουν ζώα. Λίγες έρευνες μόνο υπήρχαν που αφορούσαν συγκεκριμένες περιπτώσεις ασθενών για τους οποίους χρησιμοποιήθηκαν θεραπείες υποβοηθούμενες από ζώα. Ακόμα, υπήρχαν αδημοσίευτες καταγραφές σχετικών περιστατικών. Όλα αυτά δεν επαρκούσαν για να προκαλέσουν το ενδιαφέρον της διεθνούς κοινότητας αναφορικά με τη σημασία των ζώων στη θεραπεία των ψυχικών ασθενειών.<sup>13</sup>

## **B. Υποβοηθούμενες από Ζώα Δραστηριότητες**

Οι υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες ανήκουν στις θεραπευτικές προσεγγίσεις που χρησιμοποιούν διάφορα είδη εκπαιδευμένων ζώων για τη βελτίωση διαφόρων περιπτώσεων. Τα ζώα αυτά μπορούν να αξιοποιηθούν σε πολλά τέτοιου είδους προγράμματος και η προσφορά τους είναι σημαντική στην βελτίωση των ατόμων σε ένα πλήθος δεξιοτήτων. Ωστόσο, πρέπει να επισημανθεί ότι οι δραστηριότητες αυτές δεν είναι προϊόν κάποιου ξεκάθαρα και δομημένου προγράμματος που έχει θέσει έναν ακριβή στόχο προς επίτευξη.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>13</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: Animal-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

<sup>14</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

Βασικό στοιχείο τους είναι ότι η επαφή με τα ζώα βρίσκεται κυρίως στο πλαίσιο της παρατήρησής τους. Ισχυρή βάση αποτελεί ο αυθορμητισμός και οι δραστηριότητες δεν είναι προεπιλεγμένες. Ακόμα, δεν υλοποιούνται μέσα σε ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα ούτε έχουν σαφή διάρκεια. Μπορούν, επίσης, να εφαρμοστούν σε χώρους όπως νοσοκομεία και ιατρεία, αλλά και σε σχολεία, γηροκομεία κ.ά.

Μολονότι δεν υπάρχει ένα ορισμένο πλάνο εκ των προτέρων και ούτε ένα καθορισμένο πλαίσιο για την υλοποίηση τέτοιων δραστηριοτήτων, εντούτοις τα σχετικά δεδομένα αποδεικνύουν ότι αυτές οι δραστηριότητες που περιλαμβάνουν ζώα έχουν θετική συμβολή σε διαφορετικές περιπτώσεις θεραπευόμενων και οδηγούν στην βελτίωση ή κατάκτηση διαφόρων δεξιοτήτων.<sup>15</sup>

### **Γ. Υποβοηθούμενη από Ζώα Θεραπεία**

Η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία εντάσσεται ευρύτερα στις θεραπευτικές παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων. Καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπείας συμμετέχει ένα ζώο, το είδος του οποίου ποικίλει ανάλογα με την περίπτωση που κάθε φορά αντιμετωπίζεται. Μολονότι διαφορετικά είδη χρησιμοποιούνται, το πιο συνηθισμένο είναι το σκυλί.<sup>16</sup> Το ζώο αυτό είναι κατάλληλα εκπαιδευμένο και παρουσιάζει τα επιθυμητά χαρακτηριστικά σε συμπεριφορά και διάθεση ώστε να θεωρείται βοηθητικό για τη βελτίωση του ασθενούς. Στην περίπτωση αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης έχει εκ των προτέρων οριστεί ένας σαφής και συγκεκριμένος στόχος που αποτελεί επίδιωξη της θεραπείας. Όλη η διαδικασία περιστρέφεται γύρω από το στόχο αυτό και είναι ξεκάθαρα δομημένη σε κάθε της στάδιο για την επίτευξή του.

Ο θεραπευτής, δηλαδή ο άνθρωπος που έχει αναλάβει να συντονίσει και να υλοποιήσει την θεραπεία αυτή, είναι είτε κάποιος ψυχολόγος ή ψυχίατρος ή οποιοσδήποτε άλλος ειδικός στο προς

---

<sup>15</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

<sup>16</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

εξέταση πεδίο που έχει λάβει τις κατάλληλες γνώσεις και έχει καταρτιστεί για να φέρει απρόσκοπτα εις πέρας τη θεραπεία. Ανάλογα το είδος ζώου που μετέχει στη διαδικασία αυτή, είναι πιθανό να υπάρχει συνεργασία με κάποιον αντίστοιχα καταρτισμένο εκπαιδευτή που θα χειρίζεται το ζώο και θα εξασφαλίζει την αποφυγή σχετικών κινδύνων.

Η διαδικασία αυτή θεωρείται επιτυχής, εφόσον έχει γίνει εφικτό να υλοποιηθεί ο συγκεκριμένος και αυστηρά καθορισμένος στόχος που τέθηκε στην αρχή της αγωγής.<sup>17</sup> Το είδος της δραστηριότητας και η συνολική της διάρκεια είναι στοιχεία που λαμβάνονται υπόψη για τον καθορισμό αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης. Η συνολική διαδικασία τεματίζεται σε μικρότερους στόχους που αφορούν κάθε μία σχετική συνεδρία.<sup>18</sup>

Φυσικά, η θεραπευτική προσέγγιση αυτή δεν αποτελεί πανάκεια για όλους τους ασθενείς και κάθε περίπτωση πρέπει να εξετάζεται μεμονωμένα ώστε να υπάρχει η βεβαίωση της καταλληλότητας για τη σχετική θεραπεία. Επειδή, λοιπόν, κάθε περιστατικό είναι ξεχωριστό, δεν επιλέγεται πάντοτε το ίδιο είδος ζώου, αλλά λαμβάνονται υπόψη πολλές παράμετροι για να συμμετέχει αυτό που θα συμβάλλει στο επιθυμητό αποτέλεσμα.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

<sup>18</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

<sup>19</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

Οι σχετικές θεραπείες μπορούν να εφαρμοστούν σε ανθρώπους όλων των ηλικιών, ενώ οι χώροι όπου τίθενται σε εφαρμογή είναι σχολεία, νοσοκομεία και μονάδες θεραπείας και φροντίδας ανθρώπων.<sup>20</sup>

Συνολικά, βέβαια, η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία είναι μια πιστοποιημένη και αποτελεσματική θεραπευτική προσέγγιση που σε πολλές περιπτώσεις έχει οδηγήσει σε σημαντικά θετικά αποτελέσματα και έχει βοηθήσει πολλούς ασθενείς να κατακτήσουν δεξιότητες και να βελτιωθούν σε τομείς που υστερούν.<sup>21</sup>

#### **Δ. Διαφορές ανάμεσα σε Υποβοηθούμενες από Ζώα Δραστηριότητες και Υποβοηθούμενη από Ζώα Θεραπεία**

Οι Υποβοηθούμενες από Ζώα Δραστηριότητες (Animal-Assisted Activities- AAA) και η Θεραπεία με τη Βοήθεια Ζώων (Animal-Assisted Therapy - AAT) μολονότι πολλές φορές συγχέονται, στην πραγματικότητα είναι διαφορετικά και διακριτά μεταξύ τους προγράμματα. Η πρώτη πραγματοποιείται είτε από επαγγελματίες του χώρου είτε από εθελοντές χωρίς κάποιο συγκεκριμένο και σαφώς ορισμένο στόχο και χωρίς να αξιολογείται η επίδοση των ασθενών. Φυσικά, είναι αρκετά ευεργετική για την ψυχολογία των θεραπευόμενων. Από την άλλη πλευρά η θεραπεία με τη βοήθεια ζώων οργανώνεται και υλοποιείται από επαγγελματίες. Είναι προϊόν ενός προγράμματος με σαφείς στόχους που περιλαμβάνει καταγραφή και αξιολόγηση της προόδου του ασθενούς με την παράθεση σχετικών τεκμηρίων. Μπορεί να είναι μέρος είτε μιας θεραπείας είτε προληπτικό μέτρο για την αποφυγή κάποιου προβλήματος.<sup>22</sup>

---

<sup>20</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

<sup>21</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

<sup>22</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).



## **E. Είδη ζώων που χρησιμοποιούνται στις θεραπείες**

Πολλά είδη ζώων είναι δυνατό να χρησιμοποιηθούν για θεραπευτικούς σκοπούς. Ωστόσο, κάποια είδη έχουν αξιολογηθεί ως αποτελεσματικότερα και ορισμένα είδη φαίνεται να προτιμώνται συχνότερα στις θεραπευτικές αυτές διαδικασίες.

### **Γάτες**

Καταρχάς, οι γάτες, οι οποίες επιλέγονται από θεραπευτικά κέντρα και νοσοκομεία για θεραπείες μακράς διάρκειας. Πολλοί συμμετέχουν σε τέτοιες θεραπείες: άνθρωποι με ψυχικές διαταραχές αλλά και όσοι βιώνουν θλίψη και μοναξιά. Οι αλληλεπιδράσεις των ασθενών με τις γάτες έχουν θετικά αποτελέσματα στους ανθρώπους συμβάλλοντας στην ευημερία τους μέσω της παραγωγής ορμονών ευχαρίστησης και χαλάρωσης. Οι δραστηριότητες που συνηθίζονται με τις γάτες περιλαμβάνουν το βούρτσισμα της γούνας, το τάισμα και τη γενικότερη φροντίδα, αλλά και παιχνίδια και αγκαλιές. Έτσι βελτιώνονται οι κινήσεις των ασθενών, αυξάνεται η λειτουργικότητά τους και γίνονται πιο αυτόνομοι. Βέβαια, δεν είναι κατάλληλες όλες οι γάτες γι' αυτές τις διαδικασίες. Τα κριτήρια επιλογής τους είναι η προσωπικότητά τους και η ιδιοσυγκρασία τους, αλλά και η διάθεση τους να δεχτούν παιχνίδια και χάδια από τους ανθρώπους.<sup>23</sup>

### **Σκύλοι**

Επιπλέον, τα σκυλιά χρησιμοποιούνται συχνότερα από κάθε άλλο είδος για τη θεραπεία ασθενών. Οι σκύλοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν για συναντήσεις με ανθρώπους για την διέγερση θετικών συναισθημάτων. Από την άλλη πλευρά αξιοποιούνται σε μαθησιακά περιβάλλοντα από ειδικούς ώστε να προωθήσουν τη μάθηση και τη γνώση. Τέλος, για ασκήσεις που έχουν σαν στόχο την επίτευξη ενός προκαθορισμένου σκοπού. Η έρευνα έχει αποδείξει ότι η θετική επίδραση με την παραγωγή οξυτοκίνης και ορμονών ευχαρίστησης δεν αφορά μόνο τους ασθενείς, αλλά εμφανίζεται και στους σκύλους που συμμετέχουν σε αυτές τις διαδικασίες. Η υγεία, η ποιότητα της ζωής και τα θετικά συναισθήματα πολλαπλασιάζονται με γρήγορους ρυθμούς με τη θεραπεία που περιλαμβάνει σκύλους. Γενικότερα, έχει παρατηρηθεί ότι τα παιδιά συμπεριφέρονται με

---

<sup>7</sup> D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

καλύτερους τρόπους κατά την παρουσία ενός σκύλου και υπακούν περισσότερο στους κανόνες και τους τρόπους καλής συμπεριφοράς. Γίνονται, επίσης, πιο ενεργητικά και δραστήρια, επιδιώκοντας τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες.

Σε μαθησιακά περιβάλλοντα οι σκύλοι ενισχύουν το θάρρος των παιδιών που αντιμετωπίζουν μαθησιακές δυσκολίες και βελτιώνουν τις δεξιότητές τους. Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να διαβάζει στο σκύλο γιατί αισθάνεται μεγαλύτερη ασφάλεια και αποδοχή και δεν φοβάται τις επικρίσεις. Η βελτίωση στις μαθησιακές του επιδόσεις είναι άμεση, κι έτσι ενισχύει την αυτοεικόνα του, αποκτά αυτοπεποίθηση και γίνεται περισσότερο διαθέσιμος συναισθηματικά για συμμετοχή, παρακολούθηση και προσοχή. Όπως συμβαίνει και στις γάτες, έτσι και στους σκύλους κριτήριο επιλογής τους αποτελεί η ιδιοσυγκρασία τους, ο ήρεμος χαρακτήρας τους και η προσαρμοστικότητά τους, ενώ φυσικά είναι απαραίτητη η καλή τους υγεία. Αν για παράδειγμα τα σκυλιά είναι ανυπάκουα σε κανόνες και δεν επιδεικνύουν τα κατάλληλα προσόντα, τότε απορρίπτονται για τέτοιους σκοπούς.<sup>24</sup>

## **Άλογα**

Πολλές φορές για τις θεραπείες ανθρώπων χρησιμοποιούνται τα άλογα. Σκοπός αυτής της προσέγγισης είναι η βελτίωση της γενικότερης υγείας του ατόμου με έμφαση σε ψυχικές και πνευματικές δεξιότητες. Όμως, τέτοιες θεραπείες ενισχύουν και τη φυσική κατάσταση του ατόμου και επιδρούν στις διαπροσωπικές του σχέσεις. Προϋπόθεση για την εφαρμογή της είναι η απόφαση ειδικών ότι θα συμβάλλει σημαντικά στην υγεία του ασθενούς. Πέρα από δραστηριότητες που σχετίζονται με την ιππασία και στις οποίες το άτομο αλληλεπιδρά με το άλογο, υπάρχουν και άλλες επιλογές όπως η ιππασία καθισμένος στη ράχη του αλόγου. Οι επιλογές περιλαμβάνουν τη δυνατότητα ατόμων με κινητική αναπηρία να ιππεύσουν ένα άλογο, αλλά και φροντίδα από μικρά παιδιά του αλόγου ώστε να εντρυφήσουν στις αρχές της υπευθυνότητας και της απασχόλησης για κάποιον άλλο εκτός του εαυτού τους. Συνολικά, η ιπποθεραπεία ενδείκνυται για πολλές διαταραχές, όπως είναι το σύνδρομο ντάουν και η διαταραχή αυτιστικού φάσματος.

---

<sup>8</sup> D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

Αρχικά, η διαδικασία της γνωριμίας με το άλογο περιλαμβάνει την εκμάθηση της φροντίδας του. Είναι σημαντικό να διαμορφωθεί μια σχέση εμπιστοσύνης, στην οποία θα βασιστεί και ο θεραπευτής για να βοηθήσει τον θεραπευόμενο. Έτσι, στόχος είναι να ξεπεραστούν τυχόν αισθήματα φόβου, ενόχλησης ή ανησυχίας. Μόνο με το χτίσιμο μιας στέρεης σχέσης θα μπορέσει να βοηθηθεί η θεραπευτική προσέγγιση ώστε να καταστεί αποτελεσματική.

Έρευνες στο πεδίο αυτό παρουσίασαν τη βελτίωση που είχαν ασθενείς στον τομέα της επικοινωνίας μετά τη λήψη της σχετικής θεραπευτικής προσέγγισης. Η βελτίωση αυτών των δεξιοτήτων φάνηκε και από τις καταγραφές των γονέων τους. Ωστόσο, απαιτείται μεγάλη προσοχή για να επιλεχθούν τα κατάλληλα άλογα γι' αυτή τη θεραπεία, τα οποία θα πρέπει να είναι ήρεμα, χωρίς έντονες αντιδράσεις και ένταση.<sup>25</sup>

### **Δελφίνια**

Άλλο ένα είδος ζώου που έχει χρησιμοποιηθεί για σχετικές θεραπείες είναι τα δελφίνια. Μολονότι δεν είναι πολύ συνηθισμένη επιλογή και ενδέχεται να προκαλούν φόβο σε κάποιους, εντούτοις τα δελφίνια είναι πολύ ευχάριστα, παιχνιδιάρικα και απολαμβάνουν την αλληλεπίδραση με τους ανθρώπους.

Γι' αυτό είναι κατάλληλα για περιπτώσεις ανθρώπων με διάσπαση προσοχής ή εγκεφαλική παράλυση. Τα παιδιά που έχουν κάποια διανοητική βλάβη επιλέγονται συχνότερα για μια τέτοια θεραπεία, όπως επίσης και όσα αντιμετωπίζουν νευροαναπτυξιακές διαταραχές. Για τη θεραπεία αυτή απαραίτητη είναι η παρουσία ενός εκπαιδευτή δελφινιών ταυτόχρονα με τον θεραπευτή που έχει αναλάβει την αποκατάσταση του ασθενούς.<sup>26</sup>

### **Ψάρια**

---

<sup>25</sup>D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

<sup>26</sup>D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

Τέλος, η παρακολούθηση ψαριών σε ενυδρεία έχει θεωρηθεί υπεύθυνη για τη βελτίωση της συγκέντρωσης και της προσοχής. Αποτελεί η διαδικασία αυτή μια ευχάριστη δραστηριότητα όχι μόνο για παιδιά, αλλά και για μεγαλύτερους σε ηλικία που αισθάνονται μοναξιά και βρίσκουν πνευματική ηρεμία και χαλάρωση μέσα από αυτή. Ειδικά, όσοι νοσηλεύονται σε ιδρύματα ή νοσοκομεία που βιώνουν υψηλότερη ένταση, καταφέρνουν με αυτό τον τρόπο να ηρεμήσουν και να γίνουν αισιόδοξοι. Ακόμα, βελτιώνεται η όρεξη τους και τρέφονται πιο υγιεινά.<sup>27</sup>

### **Παπαγάλοι**

Τα ζώα αυτά είναι ιδιαίτερα ευφυή και έχουν τεράστιες γνωστικές δυνατότητες. Είναι σε θέση, επίσης, να αναπτύξουν ισχυρούς δεσμούς με τους ανθρώπους και να αλληλεπιδράσουν μαζί τους, διεγείροντας τους ευχάριστα συναισθήματα. Η παρουσία τους, λοιπόν, κινητοποιεί το ενδιαφέρον των ασθενών για συμμετοχή στις θεραπευτικές διαδικασίες και γρηγορότερη ανάρρωση, ενώ πολλές φορές υποκαθιστά ένα κατοικίδιο των ανθρώπων που νοσηλεύονται, με το οποίο έχουν έναν ισχυρό δεσμό.<sup>28</sup>

### **Στ. Ηθικά ζητήματα για τη χρήση ζώων σε θεραπείες**

Είναι σημαντικό να υπολογιστούν οι ηθικές συνέπειες που ενέχει η χρήση των σκύλων σε τέτοιου είδους θεραπείες. Είναι απαραίτητο να εξασφαλίζεται τόσο η σωστή φροντίδα του ζώου όσο και να εξασφαλίζεται ότι τα παιδιά που έρχονται σε επαφή με τα ζώα αυτά δε διατρέχουν κάποιον κίνδυνο. Επιπλέον, θα πρέπει τα σκυλιά αυτά να είναι εμβολιασμένα και να έχουν ελεγχθεί για τυχόν αρρώστιες. Ακόμα, θα πρέπει να είναι βέβαιη η δυνατότητα των σκύλων αυτών να εμπλακούν στη θεραπευτική διαδικασία και να είναι φιλικά και προσεκτικά προς τους ασθενείς. Την ευθύνη για τα παραπάνω έχει ο φροντιστής του σκύλου, ο οποίος παρευρίσκεται επίσης κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής παρέμβασης. Επειδή πολλοί έχουν αλλεργίες στην τρίχα, θα ήταν

---

<sup>27</sup>D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

<sup>28</sup>D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

προτιμότερη η ύπαρξη ενός σκύλου με υποαλλεργικό τρίχωμα, για να περιοριστούν οι πιθανότητες μιας αλλεργικής αντίδρασης.<sup>29</sup>

Όμως, ερωτήματα τίθενται και σε σχέση με την ασφάλεια των ζώων που συμμετέχουν σε σχετικές θεραπείες. Και αυτό συμβαίνει επειδή ορισμένες φορές τα ζώα αυτά αξιοποιούνται για τη βοήθεια σε ασθενείς που εκδηλώνουν απρόβλεπτες συμπεριφορές και δράσεις, και οι οποίοι μπορεί να αποβούν επικίνδυνοι για τα ζώα θεραπείας. Ταυτόχρονα, η ευημερία των ζώων θα πρέπει να προασπίζεται, καθώς υπάρχουν έρευνες που αναδεικνύουν σχετικούς κινδύνους. Ειδικότερα, έχουν καταγραφεί μελέτες που φανερώνουν ότι σκύλοι που χρησιμοποιήθηκαν σε θεραπευτικές παρεμβάσεις εκδήλωσαν συμπτώματα έντονου άγχους, όπως κλαψούρισμα και μετά τις συνεδρίες.<sup>30</sup>

### **Z. Κίνδυνοι από τη χρήση ζώων σε θεραπείες**

Η χρήση των ζώων σε θεραπείες, είτε πρόκειται για προγράμματα στα οποία επιτρέπονται επισκέψεις κατοικίδιων, είτε για δραστηριότητες στις οποίες εμπλέκονται ζώα είτε για θεραπείες με τη χρήση ζώων πέρα από οφέλη για τους ασθενείς, ενέχει και ορισμένους κινδύνους. Αναλυτικότερα, μπορεί τα ζώα αυτά μπορεί να πυροδοτήσουν κάποια αλλεργία ή να μολύνουν κάποιον ασθενή με ένα μικρόβιο, όπως είναι ο σταφυλόκοκκος ή και να μεταφέρουν έναν ιό που έχουν τα ζώα στον άνθρωπο. Ιδιαίτερα η τελευταία περίπτωση ενέχει σημαντική επικινδυνότητα, καθώς ένας ιός που δεν εκδηλώνεται με ορισμένα συμπτώματα σε ένα ζώο, μπορεί να είναι θανατηφόρος για έναν άνθρωπο με εύθραυστη υγεία. Από την άλλη, για την προστασία από την ενεργοποίηση κάποιας αλλεργίας, βοηθητική θα είναι η καθαριότητα του ζώου, πριν την επαφή με τον ασθενή. Ακόμα, μολονότι τα ζώα έχουν πρώτα αξιολογηθεί και κριθεί κατάλληλα για επαφή με ασθενείς, εντούτοις μπορούν να προκαλέσουν κάποιο ατύχημα είτε ηθελημένα, προβαίνοντας σε κάποια επίθεση π.χ. δάγκωμα, είτε αθέλητα, με μια λανθασμένη κίνησή τους. Γι' αυτό και είναι

---

<sup>29</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).

<sup>30</sup> D. Szewczyk, J. Fiega, M. Michalska, U. Żurek, Z. Lubaszka, and E. Sikorska, "Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions," *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1 (2023): 215-235.

απαραίτητο να έχουν εμβολιαστεί και να είναι επιβεβαιωμένα υγιή και καθαρά. Εξαιτίας της παραπάνω πιθανότητας, κρίνεται προτιμότερη η επίλογη ζώων που από τη φύση τους δεν είναι τόσο επικίνδυνα για συναστροφή με έναν ασθενή και παροχή βοήθειας κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας. Έτσι, δεν θα ήταν επιθυμητή η επιλογή ενός ερπετού ή ενός πρωτεύοντος θηλαστικού π.χ. μαϊμού για μια τέτοια διαδικασία. Για την αντιμετώπιση έκτακτων συνθηκών που μπορεί να προκύψουν και να σχετίζονται με τη χρήση ζώων στη θεραπεία είναι αναγκαίο να έχει λάβει το θεραπευτικό προσωπικό κατάλληλη επιμόρφωση και να είναι ικανό να χειριστεί και να αντιμετωπίσει ανεπιθύμητες περιστάσεις. Συν τοις άλλοις, θα πρέπει να συνυπολογιστούν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε ασθενούς. Για παράδειγμα είναι πιθανό ένας ασθενής να υποφέρει από κάποια αλλεργία, ενώ κάποιος άλλος να έχει κάποια φοβία σε σχέση με τα ζώα ή κάποιο συγκεκριμένο είδος. Έτσι, αυξάνονται οι προοπτικές να κυλήσει ομαλά η θεραπευτική διαδικασία ή η φροντίδα με την ύπαρξη ζώου και να μην προκύψει κάποιο πρόβλημα κατά τη διάρκειά της.<sup>31</sup>

### **3. Συμβολή ζώων στην αντιμετώπιση του άγχους**

Υπάρχουν 2 είδη άγχους, το περιστασιακό και το γενικευμένο, τα οποία σύμφωνα με τις επίσημες καταγραφές επηρεάζουν ένα πολύ μεγάλο αριθμό ανθρώπων παγκοσμίως. Οι έρευνες φανερώνουν ότι η χρήση ζώων σε παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση του άγχους είναι ιδιαίτερα βοηθητικές. Πιο συγκεκριμένα, αναφορικά με το περιστασιακό άγχος, -δηλαδή το άγχος που προκύπτει κατόπιν έκθεσης σε ένα συγκεκριμένο γεγονός, όπως για παράδειγμα τις σχολικές εξετάσεις-, οι υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες πριν την επαφή με την στρεσογόνα συνθήκη μπορούν να βοηθήσουν στον περιορισμό της εκδήλωσης άγχους. Από την άλλη πλευρά, όταν υπάρχει

---

<sup>31</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

γενικευμένο άγχος χρειάζεται ένα θεραπευτικό πλάνο. Σε αυτή την περίπτωση χρησιμοποιείται η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία.<sup>32</sup>

#### **A. Αντιμετώπιση του άγχους σε παιδιά**

Υπάρχουν παιδιά που αντιμετωπίζουν έντονο άγχος και χρειάζονται θεραπεία για την αντιμετώπισή του. Μια θεραπεία που περιλαμβάνει μία επαφή με ένα πρόσωπο το οποίο τους είναι πλήρως άγνωστο, θα τους δημιουργήσει αυξημένα επίπεδα άγχους αντί να συμβάλλει στον περιορισμό του. Η έρευνα έχει αποδείξει ότι η παρουσία ενός σκύλου, σε ένα τέτοιο πλαίσιο, είναι ικανή να μεταβάλλει ένα αρνητικό κλίμα και να βοηθήσει την θεραπευτική διαδικασία. Ένας ασθενής, λοιπόν, με την παρουσία του σκύλου, αισθάνεται μεγαλύτερη άνεση να επικοινωνήσει με τον θεραπευτή του και να του μεταφέρει τους προβληματισμούς και τις ανασφάλειες που έχει, καθώς και όσα τον βασανίζουν και τον γεμίζουν με άγχος. Έτσι, η θεραπευτική διαδικασία προχωρά με ταχύτερους ρυθμούς συγκριτικά με την ύπαρξη μόνο ενός άγνωστου θεραπευτή, με τον οποίο δεν υπάρχει καμία οικειότητα. Αυτό ενέχει ένα πολλαπλό όφελος για τον θεραπευόμενο, καθώς όχι μόνο συντομεύει τη διαδικασία της ανάρρωσης του από το τραύμα (άγχος) που αντιμετωπίζει, βοηθώντας τον να επιστρέψει σε μία πιο ισορροπημένη ζωή, αλλά ταυτόχρονα περιορίζει και το κόστος της θεραπείας, αφού σε μικρότερο χρονικό διάστημα ολοκληρώνεται επιτυχώς η θεραπεία.

Το άγχος είναι αρκετά συχνό απότοκο σεξουαλικής εκμετάλλευσης. Η θεραπεία με τη χρήση ζώων φαίνεται να μειώνει επιτυχώς τα συμπτώματα άγχους που εμφανίζονται με τη μορφή μετατραυματικού άγχους. Ταυτόχρονα, μια τέτοια θεραπεία μειώνει συμπτώματα όπως ο θυμός και η θλίψη, αλλά ταυτόχρονα περιορίζει την αποστασιοποίηση των θυμάτων από τους ανθρώπους και ενισχύει τους δεσμούς τους με άλλους ανθρώπους. Ακόμα, ενισχύεται η προσοχή των ανθρώπων αυτών κατά τη διάρκεια της θεραπείας και η συμμετοχή τους σε αυτή, ενώ παράλληλα

---

<sup>3</sup> Sarah Johnston, The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse (San Rafael: Dominican University, 2021).

δημιουργείται ένας ισχυρός δεσμός μεταξύ του σκύλου που χρησιμοποιείται στη θεραπεία και του ατόμου που αναρρώνει από την τραυματική εμπειρία που βίωσε.<sup>33</sup>

### **B. Αντιμετώπιση του άγχους σε παιδιά που νοσηλεύονται**

Οι έρευνες φανερώνουν ότι μια θεραπεία υποβοηθούμενη από ζώα μπορεί να έχει θετικά αποτελέσματα στην αντιμετώπιση του άγχους σε παιδιά που νοσηλεύονται. Πιο αναλυτικά, η συντροφικότητα που απορρέει από την επαφή με τα ζώα συμβάλλει στον αποπροσανατολισμό των παιδιών από τη στρεσογόνα κατάσταση που βιώνουν κατά τη διάρκεια της νοσηλείας τους σε ένα μη οικείο περιβάλλον και συνακόλουθα περιορίζεται η εκδήλωση άγχους. Η αλληλεπίδραση με τα ζώα και το παιχνίδι με αυτά ανακουφίζει τα παιδιά, τα χαλαρώνει και εκδηλώνουν πιο ελεύθερα τον εαυτό τους. Έτσι παρατηρείται ότι οι δείκτες που αποδεικνύουν την ύπαρξη έντονου άγχους, δηλαδή η πίεση, ο καρδιακός ρυθμός και τα επίπεδα κορτιζόλης μειώνονται αισθητά.

Επιπρόσθετα, η επαφή με ένα ζώο μπορεί να συμβάλλει στην ενίσχυση της κοινωνικότητας των παιδιών αυτών και στην αλληλεπίδραση τους με άλλα άτομα. Μια τέτοια περίπτωση θα οδηγούσε στη βελτίωση των κοινωνικών τους δεξιοτήτων και της επικοινωνίας τους και θα τους ενθάρρυνε να συναναστραφούν με άλλα άτομα με κάποιο κοινό ενδιαφέρον. Γι' αυτό παρατηρείται μια σταδιακή μείωση των αισθημάτων δυσφορίας των παιδιών και της προσπάθειας αποφυγής της θεραπευτικής αγωγής, αφού επίκεντρό τους πλέον δεν είναι ο πόνος και η ενόχληση, αλλά η επαφή με το ζώο ή η κοινωνικοποίηση.

Η άμεση συνέπεια των παραπάνω είναι η μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα της θεραπευτικής αγωγής. Η σημαντική ψυχολογική βελτίωση επιδρά άμεσα και στην σωματική βελτίωση και όλα αυτά οδηγούν σε μια ταχύτερη ανάκαμψη και βελτιωμένα αποτελέσματα. Τα αποτελέσματα αυτά βελτιώνουν, επίσης, την θετική διάθεση των παιδιών αυτών, προκαλούν ευχάριστα συναισθήματα, γέλιο, χαμόγελα. Η ευτυχία επιστρέφει και οι ορμόνες της χαράς, οι επονομαζόμενες ενδορφίνες αντικαθιστούν τα αισθήματα δυσφορίας. Η φροντίδα του ζώου και η εκμάθηση σε αυτό διαφόρων

---

<sup>4</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).



παιχνιδιών και κόλπων ισχυροποιεί το αυτοσυναίσθημα και γεννά αισθήματα επιτυχίας και ικανοποίησης στα παιδιά που αισθάνονται πλέον πιο ικανά.

Οι δραστηριότητες των παιδιών σταδιακά αυξάνονται και η επιθυμία τους για αυξημένη κίνηση και παιχνίδι με τα ζώα θεραπείας βοηθά τον οργανισμό τους να βελτιώσει τα επίπεδα ενέργειας του, να μειώσει το αίσθημα κόπωσης και να επιτύχει μια καλύτερη φυσική κατάσταση. Όπως καλύτερη είναι και η ψυχολογική τους κατάσταση, αφού προσλαμβάνουν από τα ζώα απεριόριστη αγάπη, κατανόηση και συμπαράσταση.

Καταλήγωντας, είναι αναρίθμητα τα οφέλη που συνεπάγεται μία θεραπεία υποβοηθούμενη από ζώα στα παιδιά, καθώς όχι μόνο περιορίζει το άγχος και όλα αυτά τα αρνητικά αισθήματα που το συντροφεύουν, αλλά παράλληλα δημιουργεί αισθήματα ευφορίας στο παιδί που νοσηλεύεται και του δίνει μια θετική ώθηση για να ξεπεράσει το πρόβλημά του.<sup>34</sup>

#### **4. Συμβολή ζώων στην αντιμετώπιση διαταραχών**

Η συνεισφορά των ζώων στην αντιμετώπιση διαφορετικών τύπων διαταραχών έχει φανεί αρκετά σημαντική, σύμφωνα με τα μέχρι στιγμής βιβλιογραφικά δεδομένα. Διαφορετικά είδη ζώων είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν, ανάλογα με ορισμένα κριτήρια, όπως είναι η διαταραχή που αντιμετωπίζει το παιδί, τα χαρακτηριστικά που αυτή φέρει, η ηλικία στην οποία βρίσκεται το παιδί, οι ιδιαίτερες προτιμήσεις που μπορεί να υπάρχουν αναφορικά με τα ζώα κ.ά.

#### **A. Αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών σε παιδιά**

Παιδιά που αντιμετωπίζουν ψυχικές διαταραχές πολλές φορές χρειάζεται να νοσηλευτούν σε μία ψυχιατρική κλινική προκειμένου να αντιμετωπίσουν τα έντονα συμπτώματα που αυτή τους η διαταραχή έχει εκδηλώσει τη δεδομένη χρονική περίοδο. Ωστόσο, είναι ιδιαίτερα δύσκολη η νοσηλεία σε ένα μη οικείο περιβάλλον, ενώ ταυτόχρονα έρχονται σε επαφή με πλήθος άγνωστου κόσμου. Ταυτόχρονα, προσωπικό έρχεται σε επαφή με τα προσωπικά τους αντικείμενα, αλλά και με τους ίδιους για την θεραπεία τους. Όλα αυτά είναι ικανά να προκαλέσουν ισχυρό άγχος στο παιδί που νοσηλεύεται και να του δημιουργήσουν έντονη ανασφάλεια και αβεβαιότητα. Αν όμως,

---

<sup>34</sup> Amanda Mateos, "The Impact of Dog Therapy on Anxiety and Happiness in Hospitalized Children," Scripps Senior Theses: Claremont Colleges (2023).

αυτή η διαδικασία συνοδεύει με κατάλληλα εκπαιδευμένους σκύλους θεραπείας που θα παρέχονται στο νοσοκομείο αυτό, οι νοσηλεύόμενοι θα αισθάνονται μεγαλύτερη ασφάλεια και άνεση και θα διαχειριστούν το άγχος τους.

Η διαδικασία αυτή διαρθρώνεται σε κάποιες ενότητες ξεχωριστά δομημένες, αλλά άρρηκτα συνδεδεμένες μεταξύ τους. Σε ένα πρώτο στάδιο, οι ασθενείς έρχονται σε επαφή με τον σκύλο θεραπείας και τον φροντιστή και εξοικειώνονται μαζί τους. Σε ένα δεύτερο στάδιο λαμβάνουν εξατομικευμένες θεραπείες, ενώ στο τρίτο στάδιο συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες. Τέλος, στο τέταρτο και τελευταίο στάδιο, συμμετέχουν σε σχετικές συζητήσεις όπου μοιράζονται τις εμπειρίες τους από τη θεραπευτική διαδικασία.

Συνηθισμένες δραστηριότητες που υλοποιούνται με την παρουσία σκύλου θεραπείας είναι το κούρεμα των σκύλων, παιχνίδια και περπάτημα μαζί τους, αλλά και εκμάθηση τεχνικών υπακοής. Έρευνες που έχουν υλοποιηθεί και αφορούν τις ευεργεσίες των σκύλων σε τέτοιες περιπτώσεις θεραπείας συμπεριλαμβάνουν στα θετικά αποτελέσματα τη μείωση του χρόνου νοσηλείας και την αύξηση της συμμετοχής και παρακολούθησης του σχολείου από τους μαθητές αυτούς. Αναφορικά με την κοινωνικοποίησή τους παρατηρείται επίσης βελτίωση. Πιο συγκεκριμένα, λίγους μόλις μήνες μετά τη θεραπεία καταγράφονται αυξημένες κοινωνικές επαφές τόσο με συνομήλικους όσο και με ενήλικους. Ακόμα, η συμπεριφορά των παιδιών είναι καλύτερη εναρμονισμένη με την ενδεδειγμένη του κοινωνικού τους περιβάλλοντος.<sup>35</sup>

Η διεξαγωγή μιας έρευνας στο πεδίο αυτό έδειξε ότι η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία ασθενών με ψυχιατρικά συμπτώματα παρήγαγε θετικά αποτελέσματα για τα άτομα αυτά. Πιο συγκεκριμένα, το αποτέλεσμα ήταν να βελτιωθούν στις κοινωνικές τους δεξιότητες και να αποκτήσουν μεγαλύτερη ευχαρίστηση στις καθημερινές τους δραστηριότητες. Ακόμα, σε άλλη

---

<sup>35</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).

έρευνα που διεξήχθη σε ασθενείς με ψυχωσικά επεισόδια καταγράφηκε η μείωση του άγχους μετά τη θεραπεία με ζώα.<sup>36</sup>

Ωστόσο, υπάρχουν και παιδιά τα οποία δεν νοσηλεύονται για περιορισμένο χρονικό διάστημα, αλλά είναι έγκλειστα σε κάποια μονάδα ψυχικής υγείας, καθώς έχουν επιδείξει αντικοινωνική συμπεριφορά. Τα παιδιά αυτά δεν δείχνουν ενσυναίσθηση και έχουν αυξημένη ανάγκη από ψυχολογική θεραπεία που θα αντιμετωπίσει αυτό τους το έλλειμμα και θα βοηθήσει στην αντιμετώπιση της παραβατικότητας που εκδηλώνουν. Η θεραπεία αυτή που εμπεριέχει κατάλληλα εκπαιδευμένους σκύλους ενδείκνυται για αυτές τις περιπτώσεις και η σχετική έρευνα αναδεικνύει τη σημαντική βοήθεια των σκύλων. Αναλυτικότερα, τα παιδιά που συμμετέχουν σε αυτές τις θεραπείες γίνονται πιο φιλικά και με καλύτερους τρόπους συμπεριφοράς προς τα άλλα μέλη. Επίσης, δημιουργούνται αισθήματα οικειότητας ανάμεσά τους, τα οποία εξωτερικεύονται με οπτική επαφή και φιλικά αγγίγματα.

Ένα τέτοιο θεραπευτικό πρόγραμμα περιλαμβάνει τη συζήτηση για τα συναισθήματα και την προσπάθεια να αναγνωρίσουν οι συμμετέχοντες τα συναισθήματα που γεννώνται στους ανθρώπους και τα ζώα κάτω από διάφορες συνθήκες, την φροντίδα των ζώων και την σημασία της επιλογής ενός κατοικίδιου που προέρχεται από ένα καταφύγιο κι όχι την αγορά ενός ζώου συντροφιάς. Στη συνέχεια ακολουθεί η ενασχόληση με το ζώο και η φροντίδα του πριν την υιοθεσία. Αυτό στοχεύει στην αναγνώριση των αναγκών του σκύλου και στη δημιουργία φιλικών αισθημάτων προς αυτό και απόκτηση οικειότητας. Όμως, ταυτόχρονα τα παιδιά με αντικοινωνική συμπεριφορά ωφελούνται επειδή καταφέρνουν να αναγνωρίσουν και τα δικά τους συναισθήματα, αποκτούν δηλαδή επίγνωση των αισθημάτων άγχους ή θλίψης που τους καταβάλλουν.<sup>37</sup>

Συμπερασματικά, η αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών όπως είναι η κατάθλιψη σε παιδιά έχει γίνει εφικτή με τη θεραπεία που περιλαμβάνει ζώα. Σχετική έρευνα που περιελάμβανε

---

<sup>36</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: AnimaI-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

<sup>37</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).

εβδομαδιαίες συνεδρίες, στις οποίες χρησιμοποιήθηκε ένας σκύλος, παρουσίασε θετικά αποτελέσματα στη μείωση των συμπτωμάτων της κατάθλιψης.<sup>38</sup>

### **B. Αντιμετώπιση των διανοητικών ασθενειών σε παιδιά**

Η συμβολή των υποβοηθούμενων από ζώα θεραπειών στις διανοητικές ασθένειες είναι σημαντική, όπως παρουσιάζουν οι σχετικές έρευνες. Ειδικότερα, η ενσυναίσθηση τους ενδυναμώνεται και μαζί με την έκρηξη της αυτοπεποίθησής τους ισχυροποιείται η εμπιστοσύνη τους στους γύρω τους. Επίσης, κοινωνικοποιούνται περισσότερο και ενδυνώνουν σωματικά. Ακόμα, γίνονται πιο αποτελεσματικοί στην ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων στις οποίες εμπλέκονται.<sup>39</sup>

Ένα πρόγραμμα παρέμβασης σε ανθρώπους που αντιμετωπίζουν διανοητικές διαταραχές με συνολική διάρκεια 8 εβδομάδων υλοποιήθηκε προκειμένου να εξακριβωθεί αν η υπόθεση που έκαναν οι ερευνητές είναι ορθή. Αναλυτικότερα, στόχος ήταν να βρεθεί αν βελτιώνεται η προσοχή και οι επικοινωνιακές δεξιότητες των ασθενών, ενώ ταυτόχρονα μέσα από την αλληλεπιδραστική σχέση με τα ζώα γίνονται πιο υπάκουα στους κανόνες και βελτιώνουν την φυσική τους κατάσταση με την κίνηση και την επαφή με το ζώο.

Κατά τη διάρκεια των 8 αυτών εβδομάδων υλοποιήθηκαν δραστηριότητες που αφορούσαν τη φροντίδα του κατοικιδίου, την τήρηση κανόνων και το παιχνίδι με το ζώο. Η επαφή με το ζώο έγινε με σταδιακά βήματα, ξεκινώντας από ένα χάιδεμα και συνεχίζοντας με τάισμα και βόλτα. Κάθε φορά η επιτυχής υλοποίηση της σχετικής επαφής οδηγούσε σε μια πιο ενισχυμένη επαφή που περιείχε μεγαλύτερη αλληλεπίδραση. Τα αποτελέσματα της παραπάνω έρευνας φανέρωσαν ότι υπήρξαν ορισμένα οφέλη μέσω της επαφής με τα ζώα, όμως, τα οφέλη αυτά δεν ήταν τόσο

---

<sup>38</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: Animal-Assisted Therapy in Mental Health Settings," *Counseling and Values* 48 (2003): 47-56.

<sup>39</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

μεγάλα ώστε να επιφέρουν δραματική αλλαγή σε σχέση με την πρότερη κατάσταση των ατόμων αυτών.<sup>40</sup>

Ωστόσο, είναι απαραίτητο να γίνουν περισσότερες έρευνες στο σχετικό πεδίο, καθώς τα μέχρι στιγμής δεδομένα είναι αρκετά περιορισμένα και δεν είναι δυνατόν να εξαχθούν ασφαλή συμπεράσματα για το είδος και το εύρος της ωφέλειας αυτής των ζώων θεραπείας προς παιδιά με διανοητικές ασθένειες.<sup>41</sup>

### **Γ. Αντιμετώπιση των αναπτυξιακών διαταραχών σε παιδιά**

Τα παιδιά που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού κατά τη διάρκεια μιας θεραπείας με ζώα γίνονται πιο δραστήρια και ενεργητικά, ενώ βελτιώνουν τη συγκέντρωσή τους στην δραστηριότητα που έχουν εμπλακεί. Ταυτόχρονα, μειώνονται τα συμπτώματα που έχουν σχέση με το νόσημά τους, όπως τικ, επανάληψη ήχων κ.ά.<sup>42</sup> Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων βελτιώνουν την επικοινωνία των παιδιών που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού, ενώ ταυτόχρονα βοηθούν στον περιορισμό των αγχωτικών ξεσπασμάτων και της έντασης.<sup>43</sup>

Οι έρευνες στο πεδίο έχουν επιβεβαιώσει ότι η θεραπεία υποβοηθούμενη από ζώα είναι αποτελεσματική ως μέθοδος ενίσχυσης των κοινωνικών δεξιοτήτων των παιδιών με αυτισμό. Έτσι, τα παιδιά στο φάσμα του αυτισμού που δέχονται μια τέτοια θεραπεία βελτιώνονται στους δείκτες κοινωνικότητας συγκριτικά με παιδιά που δεν δέχονται κάποια θεραπευτική προσέγγιση

---

<sup>40</sup> Kimberly Brown, Linda Swanson, and Carolyn Schiro-Geist, "Demonstrating the Efficacy of Animal-Assisted Therapy," *American International Journal of Social Science* 3, no. 5 (2014).

<sup>41</sup> Kimberly L. Wyatt, *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study* (Stellenbosch: Stellenbosch University, 2016).

<sup>42</sup> Allison E. Ries, "The Effect of Animal-Assisted Therapy on Children with Disabilities," February 13, 2013, retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository, [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/254](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/254).

<sup>43</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," *Applied Developmental Science* (2017).

που συμπεριλαμβάνει ζώα. Ωστόσο, τα αποτελέσματα παρουσιάζουν διαφορές που σχετίζονται με τις διαφορές σε σχέση με τις χώρες και τον πολιτισμό κάθε μίας. Οι μελλοντικές έρευνες στο πεδίο αυτό θα πρέπει να διευρυνθούν ώστε να συμπεριλάβουν όλες τις ηλικίες των ανήλικων παιδιών. Σίγουρα, ένας βασικός στόχος είναι τα κάθε φορά εξεταζόμενα δείγματα ασθενών να παρουσιάζουν ομοιότητες ως προς τις δεξιότητες επικοινωνίας για να καταγραφεί καθαρότερα η επίδραση των ζώων σε αυτιστικά παιδιά.<sup>44</sup>

Όσον αφορά τις οικογένειες παιδιών με αυτισμό και συναφείς παθήσεις, φαίνεται ότι μέσα από τη παρακολούθηση θεραπειών με ζώα κατακτούν τους μηχανισμούς που τους επιτρέπουν να συνδέονται και να αλληλεπιδρούν με το παιδί τους. Ακόμα και σε παιδιά που δεν χρησιμοποιούν λεκτικούς τρόπους έκφρασης, χαρακτηριστικό ιδιαίτερα σύνηθες στον αυτισμό, η όλη θεραπευτική προσέγγιση δημιουργεί ενθουσιασμό και θετική διάθεση.<sup>45</sup>

Η αποτελεσματικότητα της θεραπείας υποβοηθούμενης από ζώα σε παιδιά στο φάσμα του αυτισμού έχει επισημανθεί και από γονείς των παιδιών αυτών. Ειδικότερα, σύμφωνα με τις αναφορές τους η θετική επίδραση των ζώων εκφράζεται τόσο με την πρόκληση εντονότερου ενδιαφέροντος στο παιδί για δραστηριότητες, όσο και με ενίσχυση των κινήτρων του για συμμετοχή. Αυτό ευεργετεί και την επικοινωνία με άλλους ανθρώπους, συμβάλλοντας στην ένταξη του σε ομάδες ανθρώπων και εξασφαλίζοντας ταυτόχρονα την σωστή και σύμφωνη με τους κοινωνικούς κανόνες συμπεριφορά του παιδιού. Τέλος, τονίζεται ότι τα παιδιά αυτά δείχνουν

---

<sup>44</sup> T. Smith, Does Animal Assisted Therapy (AAT) positively increase socialization skills in children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD) compared to no interaction with animals? (Philadelphia: Philadelphia College of Osteopathic Medicine, 2018).

<sup>45</sup> Allison E. Ries, "The Effect of Animal-Assisted Therapy on Children with Disabilities," February 13, 2013, retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository, [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/254](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/254).

να απολαμβάνουν περισσότερο τις δραστηριότητες στις οποίες λαμβάνουν μέρος και να διακατέχονται από θετικότερα συναισθήματα.<sup>46</sup>

Απ' όλα τα ζώα που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία του αυτισμού, ιδιαίτερα ωφέλιμη έχει αποδειχτεί η επαφή με τα άλογα. Κατάλληλα εκπαιδευμένα άλογα είναι σε θέση να αλληλεπιδράσουν με τα αυτιστικά παιδιά μέσα από τη βόλτα που κάνουν. Αυτή η διαδικασία ενισχύει την αυτοπεποίθηση των παιδιών αυτών, ενώ ταυτόχρονα τους ωφελεί και σε άλλους τομείς. Ειδικότερα, βελτιώνουν την ισορροπία τους και τις αισθήσεις τους, απολαμβάνουν περισσότερο την καθημερινότητά τους και αυξάνουν την αλληλεπίδραση τους με τους γύρω τους. Άρα, παρατηρείται μια συνολική βελτίωση στη διάθεση και στις δεξιότητες των παιδιών στο φάσμα του αυτισμού.<sup>47</sup>

#### **Δ. Αντιμετώπιση των συναισθηματικών και συμπεριφορικών διαταραχών σε παιδιά**

Η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία ενισχύει το αυτοσυναίσθημα των παιδιών που αντιμετωπίζουν συναισθηματικές και συμπεριφορικές διαταραχές. Η υποστήριξη που λαμβάνουν με τη χρήση ζώων κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής τους διαδικασίας είναι πολύ σημαντική για την ενίσχυση των θετικών συναισθημάτων τους. Ειδικότερα, τα παιδιά αυτά γίνονται περισσότερο υπεύθυνα, κερδίζοντας έτσι την εμπιστοσύνη των ανθρώπων γύρω τους. Ταυτόχρονα, όμως, αποκτούν μεγαλύτερη πίστη στους ανθρώπους και γίνονται πιο υπομονετικά. Τέλος, η συνολική τους αυτοεικόνα βελτιώνεται αποκτώντας αυτοπεποίθηση, με αποτέλεσμα να βελτιώνουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες και να κατακτούν τους μηχανισμούς που χρειάζονται για την επίλυση προβλημάτων.

---

<sup>46</sup> M. D. London, L. Mackenzie, M. Lovarini, C. Dickson, and A. Alvarez Campos, "Animal Assisted Therapy for Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorder: Parent perspectives," *Journal of Autism and Developmental Disorders* (2020).

<sup>47</sup> Allison E. Ries, "The Effect of Animal-Assisted Therapy on Children with Disabilities," February 13, 2013, retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository, [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/254](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/254).

Τα παραπάνω οφέλη παρατηρούνται όταν η επαφή με κάποιο ζώο στο πλαίσιο της θεραπείας είναι καθημερινή και ενταγμένη σε ένα δομημένο πρόγραμμα. Ακόμα, εφόσον η θεραπεία αυτή είναι σε καθημερινό πλαίσιο, βελτιώνεται η προσοχή του στη μαθησιακή διαδικασία, στην οποία επιδεικνύει μεγαλύτερο ενδιαφέρον και συγκέντρωση. Σημαντικός, επίσης, είναι ο περιορισμός μη αποδεκτών συμπεριφορών, όπως η αγενής συμπεριφορά και η ανυπακοή προς τους διαμορφωμένους κανόνες της τάξης.<sup>48</sup>

Μια έρευνα σε παιδιά με συναισθηματική διαταραχή φανέρωσε ότι στο τέλος της θεραπείας, στην οποία χρησιμοποιήθηκε ένας σκύλος, τα παιδιά είχαν αποκτήσει αυξημένη αυτοπεποίθηση, έδειχναν μεγαλύτερο ενδιαφέρον και προσοχή για τα μαθήματα της τάξης, είχαν κατορθώσει να συνδιαλέγονται με μεγαλύτερη επιτυχία με τους συνομηλίκους τους, μειώνοντας τις αντιδραστικές – επιθετικές συμπεριφορές και αυξάνοντας τις κοινωνικές τους δεξιότητες. Τέλος, καταγράφηκε και μια μείωση στην εμφάνιση συμπτωμάτων υπερκινητικότητας.<sup>49</sup>

Η αλλαγή στη συμπεριφορά δεν αφορά μόνο παιδιά που επιδεικνύουν μια μικρή παρέκκλιση από την αποδεκτή συμπεριφορά, αλλά αφορούν κυρίως παιδιά που χαρακτηρίζονται από ιδιαίτερα προβληματική συμπεριφορά, η οποία είναι απόρροια μιας ισχυρής εκδήλωσης συμπτωμάτων της παραπάνω διαταραχής. Βέβαια, η αλλαγή αυτή δεν παρατηρείται σε έντονο βαθμό σε σύντομο χρονικό διάστημα. Παρόλα αυτά ήδη μέσα στην πρώτη βδομάδα μπορούν να εμφανιστούν τα πρώτα στοιχεία που αποδεικνύουν τη θετική επίδραση της θεραπευτικής αυτής διαδικασίας στον ασθενή.

Μέσα στο πλαίσιο της τάξης η συμπεριφορά του βελτιώνεται και κινητοποιείται θετικά ήδη από την πρώτη βδομάδα. Έτσι, μειώνονται οι μέρες και ώρες που απουσιάζει από την τάξη μετά την ανάληψη της ευθύνης της φροντίδας του ζώου. Το ενδιαφέρον των άλλων μαθητών για τα όσα κάνει με το σκύλο θεραπείας ασκούν θετική επίδραση σε έναν τέτοιο μαθητή, που αισθάνεται υπερήφανος για το έργο στο οποίο έχει εμπλακεί. Στο τέλος της δεύτερης βδομάδας μειώνονται

---

<sup>48</sup> Vicki M. Boe, "Effects of Animal-Assisted Therapy on a Student with an Emotional/Behavioral Disorder," JAASEP (2008): 25-47.

<sup>49</sup> D. P. Parshall, "Research and Reflection: Animal-Assisted Therapy in Mental Health Settings," Counseling and Values 48 (2003): 47-56.



στο μισό οι συμπεριφορές που δημιουργούν προβλήματα στην υπόλοιπη τάξη και στον καθηγητή, καθώς αποσπών από τη μαθησιακή διαδικασία. Τέτοιου είδους παραδείγματα συμπεριφορών είναι η μετακίνηση μέσα στην τάξη χωρίς σχετική άδεια και η ομιλία χωρίς προηγουμένως να έχει ζητηθεί κάτι από τον μαθητή.

Η σύνδεση του με το ζώο θεραπείας ενισχύει την ικανότητά του να αντιλαμβάνεται τις ανάγκες ενός άλλου προσώπου και να δρα έτσι ώστε να τις ικανοποιήσει. Ένα σημαντικό μάθημα το οποίο εμπεδώνεται είναι ότι το γνήσιο ενδιαφέρον και η φροντίδα κάποιου έχει ως αποτέλεσμα την επιστροφή με κάποιο τρόπο της προσοχής και της ευγένειας.

Τα παιδιά αυτά που αντιμετωπίζουν συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα βελτιώνουν μέσα από τη θεραπεία με τη χρήση ζώων το συναισθηματικό τους κόσμο, αποκτώντας μια καλύτερη δυνατότητα διατύπωσης των αισθημάτων που κάθε φορά έχουν. Κατά συνέπεια, γίνονται περισσότερο εκφραστικά, μειώνουν την κοινωνική τους απομόνωση και καταφέρνουν να νικήσουν το άγχος που υπό άλλες συνθήκες θα τους είχε καταβάλλει. Γι' αυτό και παρατηρείται η δημιουργία σχέσεων με συνομηλίκους εν μέσω της θεραπείας, καθώς και η γενικότερη βλεμματική επαφή και ευχάριστη παρουσία τους στο χώρο, με θετικά σχόλια στους γύρω τους και από τους γύρω τους, σωστή έκφραση και επιτονισμός, αλλά και προσαρμογή της έκφρασης και της συμπεριφοράς τους στον συνομιλητή τους και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του όπως για παράδειγμα την ηλικία του.<sup>50</sup>

## **5. Υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία**

### **A. Για την αντιμετώπιση των αναπηριών σε παιδιά**

Η εφαρμογή μιας υποβοηθούμενης με ζώα θεραπείας σε παιδιά με αναπηρίες αποδεικνύεται ιδιαίτερα ωφέλιμη σύμφωνα με τη σύγχρονη έρευνα. Παιδιά που έχουν λάβει μέρος σε τέτοιες θεραπευτικές προσεγγίσεις έχουν αναφερθεί σε βελτιωμένες κοινωνικές και σωματικές δεξιότητες ή σε βελτίωση στη μία ή στην άλλη δεξιότητα. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά αποκτούν καλύτερη

---

<sup>50</sup> Vicki M. Boe, "Effects of Animal-Assisted Therapy on a Student with an Emotional/Behavioral Disorder," JAASEP (2008): 25-47.

αντίληψη του σώματός τους και διαβάζουν καλύτερα τις κινήσεις των μυών και την έκφραση του σώματός τους. Αυτή τους η βελτιωμένη σωματική αντίληψη εκφράζεται και σε σχέση με τους ανθρώπους γύρω τους συνειδητοποιώντας τα όρια στις μεταξύ τους σχέσεις. Ταυτόχρονα, έτσι βρίσκονται σε θέση να αντιληφθούν γιατί ορισμένοι άνθρωποι μπορεί να έχουν ενοχληθεί από τη συμπεριφορά τους. Άλλοι άνθρωποι αντιμετωπίζουν δυσκολία στην κοινωνικοποίησή τους και στην επαφή με άλλους ανθρώπους. Σε μια τέτοια περίπτωση η θεραπεία με ζώα καθίσταται βοηθητική, αφού τα ζώα αποτελούν ένα στήριγμα μέχρι να αισθανθούν άνετα να κυκλοφορήσουν και να συναναστραφούν με άλλους ανθρώπους. Με αυτό τον τρόπο, τα παιδιά αποφασίζουν με περισσότερο θάρρος και πίστη στον εαυτό τους να επιτύχουν το στόχο της συνδιαλλαγής με άλλους ανθρώπους και της απόκτησης κοινωνικών επαφών.

Σε σχέση με την εκμάθηση κανόνων συμπεριφοράς έχει φανερωθεί ότι τα ζώα ωφελούν ιδιαίτερα τα παιδιά που έχουν έλλειμμα στις κοινωνικές τους δεξιότητες. Και αυτό γιατί τα ζώα παρέχουν μια άμεση ανταπόκριση στο προσλαμβανόμενο ερέθισμα και αυτό ανατροφοδοτεί την κάθε συμπεριφορά του παιδιού με μια γνήσια εικόνα που αναδεικνύει το αν αυτή η συμπεριφορά είναι ή όχι αποδεκτή. Φυσικά, τα ζώα που επιλέγονται για τέτοιους θεραπευτικούς σκοπούς δεν θα δείξουν ποτέ επιθετική συμπεριφορά. Άρα, ακόμα και αν τα παιδιά εκδηλώσουν μία δυσάρεστη συμπεριφορά προς τα ζώα, τα δεύτερα δεν θα γίνουν επιθετικά προς τα πρώτα. Αυτό αξιολογείται ως ιδιαίτερα σημαντικό από ένα παιδί που δυσκολεύεται να ξεχωρίσει τις αποδεκτές από τις μη αποδεκτές συμπεριφορές. Έτσι, χωρίς να βιώσει την κοινωνική κριτική, χωρίς να δεχτεί αρνητικά σχόλια ή επιθετικότητα, είναι σε θέση να ανατροφοδοτηθεί και να κατανοήσει ποιες συμπεριφορές του είναι ορθές και μπορούν να εκφράζονται και ποιες είναι λανθασμένες και μη αποδεκτές και άρα πρέπει να διαφοροποιηθούν.

Η επικοινωνία που γίνεται ταυτόχρονα με την επαφή με ένα σκύλο που χρησιμοποιείται για τη θεραπεία παιδιών με αναπηρίες κινητοποιεί αυτά να επικοινωνήσουν και να λάβουν πληροφορίες για το νέο αντικείμενο του ενδιαφέροντος τους. Η άμεση συνέπεια αυτού είναι να ξεχνούν την αναπηρία τους και να απομακρύνονται από τα αρνητικά αισθήματα που αυτή τους γεννά. Επίσης, η κοινωνική συνδιαλλαγή που υλοποιείται με τα ζώα, εξοπλίζει τα παιδιά αυτά με τα κατάλληλα εργαλεία ώστε στη συνέχεια να μπορέσουν να μεταφέρουν τις νέες αυτές γνώσεις που έχουν κατακτήσει στις επαφές τους με άλλα άτομα. Ο σεβασμός του προσωπικού χώρου ή του χώρου που οριοθετεί το μέτρο αναφοράς τους, δηλαδή τα ζώα βοηθά στην αναγνώριση της ύπαρξης

ορίων και στην αναγκαιότητα να μην ξεπερνιούνται αυτά. Σημαντική επίσης είναι η κατανόηση των ιδιαιτεροτήτων του κάθε φορά συνομιλητή τους και η μη υπέρβαση των ορίων που αυτός θέτει.

Μία άλλη παράμετρος που αξίζει να τονιστεί είναι η εξής: συνήθως τα παιδιά που λαμβάνουν φαρμακευτική αγωγή λαμβάνουν αρκετό παραπάνω βάρους και καθίστανται αδρανή σωματικά. Οι κινήσεις τους γίνονται όλο και λιγότερο εύκαμπτες, η κίνηση τους δυσκολεύει, ο συντονισμός τους γίνεται πιο ανέφικτος και όλες αυτές οι δυσκολίες τους οδηγούν σε μια πιο στατική ζωή που γίνεται συνήθεια που δεν αναιρείται. Η προοπτική, λοιπόν, τα παιδιά αυτά να κινητοποιηθούν, για παράδειγμα βγάζοντας μια βόλτα έναν σκύλο θεραπείας, συμβάλλει ευεργετικά στο σώμα τους καθώς αφενός το θέτει σε κίνηση, και αφετέρου τους αισθητοποιεί τη δυνατότητά τους αυτή να βελτιώσουν τη σωματική τους υγεία. Η αλλαγή αυτή εκδηλώνεται με μία διαφορετική στάση του σώματός τους, η οποία γίνεται τώρα πιο δυναμική και με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Επιπλέον, υπάρχει βλεμματική επαφή με άλλους ανθρώπους, ενώ στο παρελθόν κάτι τέτοιο δεν θα ήταν εφικτό λόγω αισθημάτων ντροπής.

Η άμεση ψυχολογική βελτίωση επιδρά και στην συνολική θεραπεία, αφού τα παιδιά παρουσιάζουν μεγαλύτερο ενδιαφέρον για το σύνολο της θεραπευτικής δραστηριότητας και αποκτούν μία καλύτερη επαφή με το πρόσωπο που έχει αναλάβει τη θεραπεία τους. Μολονότι η θεραπεία είναι ιδιαίτερα ουσιαστική, τα παιδιά δεν την αντιμετωπίζουν ως θεραπεία, αλλά σαν μια πιο ανάλαφρη και ευχάριστη διαδικασία, η οποία καθίσταται τέτοια μόνο και μόνο από την παρουσία του ζώου -συνήθως σκύλου-. Η εμπιστοσύνη θερμάποντα - θεραπευόμενου ενισχύεται και τα παιδιά αποβάλλουν τις άμυνές τους και είναι πιο ανοιχτά και δεκτικά στην αλλαγή. Μέσα από την επικοινωνία για το σκύλο θεραπείας, κοινωνούνται στα παιδιά και οι ορθές πρακτικές για τη διαχείριση των συναισθημάτων τους. Βεβαίως, δεν πρέπει να παραβλέπεται και το αστείο και διασκεδαστικό μέρος που ενέχει η θεραπεία με τη χρήση ενός ζώου.

Συνολικά, επομένως, παρατηρείται μέγανος ενθουσιασμός από τα παιδιά με αναπηρίες, όταν εμπλέκονται στη θεραπευτική διαδικασία ζώα. Η επίδραση των ζώων αυτών είναι σημαντική σε ένα μεγάλο εύρος τομέων, αφού σκορπά τον ενθουσιασμό και τη θετικότητα στη διαχείριση της θεραπείας, βελτιώνει την αυτοπεποίθηση των παιδιών που συμμετέχουν, τα εξοπλίζει με τεχνικές για να διαχειρίζονται καλύτερα την εκδήλωση της κοινωνικότητάς τους και τελικά έχει θετικό αντίκτυπο τόσο στα παιδιά όσο και στις οικογένειές τους.

Τέλος, ακόμα και στην περίπτωση που το ζώο που χρησιμοποιείται στη θεραπεία ενός παιδιού πεθάνει, μπορεί πάλι να ωφελήσει τη θεραπευτική διαδικασία. Αυτό θα συμβεί μέσα από τη συζήτηση και διαχείριση της απώλειας αυτής και της πιθανής σύνδεσης με μία άλλη απώλεια που μπορεί κάποιο παιδί να βίωσε στο παρελθόν ή κάποιο τέτοιου είδους τραυματικό γεγονός, το οποίο δεν έχει μπορέσει μέχρι εκείνη τη στιγμή να αντιμετωπίσει συναισθηματικά.<sup>51</sup>

## **B. Για την αντιμετώπιση των παιδιών με ανασφαλή προσκόλληση λόγω κακοποίησης**

Τα παιδιά που έχουν βιώσει κάποιας μορφής κακοποίηση ή παραμέληση παρουσιάζουν μια ανασφαλή προσκόλληση σε άλλους ανθρώπους. Η υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία έχει αποδειχτεί ότι είναι ιδιαίτερα ωφέλιμη στην περίπτωση αυτών των παιδιών.

Υπάρχουν πολλά οφέλη που προκύπτουν μέσα από αυτή τη θεραπεία, όμως ενδεικτικά αναφέρονται ορισμένα από αυτά. Ειδικότερα, είναι πιθανό να αλλάξει η θεώρηση του παιδιού αναφορικά με τις προθέσεις των άλλων ανθρώπων μέσα από την εμπλοκή σε παιχνίδια ρόλου με τα ζώα. Ακόμα, αλλάζει η αυτοεικόνα του ατόμου και αναπτύσσει ισχυρότερη ενσυναίσθηση, ενώ είναι σε θέση να ασχοληθεί και να αξιολογήσει τον συναισθηματικό του κόσμο και τον τρόπο που αντιμετωπίζει τις διάφορες σχέσεις και εμπειρίες που έχει βιώσει. Επίσης, με τη φροντίδα ενός ζώου γίνονται περισσότερο υπεύθυνα, ενώ ταυτόχρονα είναι σε θέση να επαναξιολογήσουν τα συναισθήματα που τους έχουν γεννηθεί από το βίωμά τους και να συνειδητοποιήσουν που έγκειται η αλήθεια και που έχουν προσεγγίσει λανθασμένα την κατάσταση και έχουν εγκλωβιστεί.

Το γεγονός ότι τα ζώα ηρεμούν τον περιβάλλοντα χώρο επιδρά ευεργετικά και στα παιδιά που αντιμετωπίζουν μια τραυματική κατάσταση και δίνει τη δυνατότητα στον θεράποντα να προσεγγίσει αποτελεσματικότερα τον θεραπευόμενο και να του παρέχει καταλληλότερη βοήθεια, κερδίζοντας ταχύτερα και ευκολότερα την εμπιστοσύνη του. Τα αισθήματα ασφάλειας, δηλαδή, που γεννιούνται στα παιδιά τους επιτρέπουν να μπορέσουν να εμπιστευτούν ξανά κάποιον άνθρωπο και να διαμορφώσουν έναν ισχυρό δεσμό μαζί του. Ταυτόχρονα με την ασφάλεια όμως, δημιουργείται και περισσότερη άνεση, καθώς τα ζώα αυτά δεν είναι κριτικά προς τον

---

<sup>51</sup> Allison E. Ries, "The Effect of Animal-Assisted Therapy on Children with Disabilities," February 13, 2013, retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository, [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/254](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/254).

θεραπευόμενο και έτσι αισθάνεται μεγαλύτερη ελευθερία έκφρασης χωρίς φόβο για τις πιθανές επιπτώσεις αυτής.

Τέλος, είναι σημαντικό να τονιστεί ότι σε πολλές περιπτώσεις κακοποίησης, τα παιδιά αισθάνονται ότι δεν έχουν κανένα έλεγχο των πραγμάτων και ούτε ακόμα της ίδιας τους της ζωής. Αυτή η αίσθηση είναι σε θέση να αντικατασταθεί με καινούρια συναισθήματα και την ιδέα ότι μπορούν να ελέγξουν τον εαυτό τους και όσα έχουν σχέση με αυτόν. Οπότε η αλληλεπίδραση με τα ζώα καθίσταται ιδιαίτερα ευεργετική σε αυτό το σημείο. Αλλά ευεργετική είναι και στην ενδυνάμωση των διαπροσωπικών σχέσεων των παιδιών που αρχίζοντας από τον θεραπευτή και το ζώο θεραπείας, ενισχύουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες και είναι σε θέση να ξεφύγουν από την απομόνωση στην οποία έχουν οδηγηθεί και να αποκτήσουν κοινωνικές επαφές.<sup>52</sup>

Οι υποβοηθούμενες από ζώα δραστηριότητες αποτελούν μια επιλογή όταν στόχος είναι η συλλογή πληροφοριών από ένα θύμα σεξουαλικής κακοποίησης. Η επαφή με το ζώο και οι σχετικές δραστηριότητες λειτουργούν βοηθητικά στην εξομολόγηση των γεγονότων από ένα παιδί που βίωσε αυτό το τραυματικό γεγονός. Και αυτό γιατί βοηθούν αυτή την ευαίσθητη διαδικασία συλλογής δεδομένων και επιτρέπουν στα παιδιά να αποκαλύψουν τον δράστη αυτής της αποτρόπαιας πράξης. Πολλές φορές τα παιδιά βρίσκονται υπό το κράτος του φόβου και αυτό τα αποτρέπει από την παραδοχή των γεγονότων και την αποκάλυψη του ενόχου για το τραύμα που βίωσαν. Άλλα πάλι παιδιά ενδέχεται να βιώνουν τόσο μεγάλο πανικό που αδυνατούν να επικοινωνήσουν το βίωμά τους.

Τα παιδιά λοιπόν αισθάνονται μεγαλύτερη άνεση και ασφάλεια να αποκαλύψουν τα γεγονότα, όταν η επικοινωνία με το ειδικό τμήμα καταγραφής της κατάθεσής τους συνοδεύεται από σχετική επαφή με κάποιο ζώο. Ιδιαίτερα τα σκυλιά έχουν φανεί χρήσιμα για αυτή τη διαδικασία, καθώς αυξάνουν τα επίπεδα ασφάλειας και ζεστασιάς που λαμβάνει το παιδί, οδηγώντας στη μείωση του μετατραυματικού άγχους. Αυτό συνεπάγεται μεγαλύτερες πιθανότητες για ακρίβεια στην

---

<sup>52</sup> Nancy Parish-Plass, "Animal-Assisted Therapy with Children Suffering from Insecure Attachment Due to Abuse and Neglect: A Method to Lower the Risk of Intergenerational Transmission of Abuse?" Clin Child Psychol Psychiatry 13, no. 7 (2008).

κατάθεση και λεπτομερή αναφορά όλων των σχετικών στοιχείων που θα βοηθήσουν τις αρχές να συλλάβουν τους ενόχους.

Μέχρι στιγμής δεν υπάρχουν παντού τέτοιου είδους εκπαιδευμένοι σκύλοι για να ενισχύσουν τη διαδικασία της ανάκρισης, μολονότι τα δεδομένα είναι ιδιαίτερα ενθαρρυντικά για τη σημασία της παρουσίας τους στη διαδικασία. Συγκεκριμένα η φυσική παρουσία του ζώου είναι που προσφέρει άνεση στο παιδί να εκφραστεί.<sup>53</sup>

Συνολικά, λοιπόν, μπορούμε να ισχυριστούμε ότι η υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία που παρέχεται σε παιδιά που έχουν βιώσει κακοποίηση μπορεί να καταστεί πολύ ευεργετική τόσο για την ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους όσο και για τον απεγκλωβισμό από τα ψυχοφθόρα συναισθήματα που βιώνουν και τα οποία τους καθλώνουν και τους αποτρέπουν από τις κοινωνικές συναναστροφές και από την δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης ανάμεσα σε αυτούς και άλλους ανθρώπους.<sup>54</sup>

### **Γ. Για την αντιμετώπιση των έγκλειστων σε φυλακή παιδιών**

Οι έρευνες αναφορικά με τη χρήση των ζώων για την αντιμετώπιση των προβλημάτων συμπεριφοράς που εκδηλώνουν παιδιά που βρίσκονται έγκλειστα σε κάποια φυλακή επειδή παρουσιάσαν προβληματική συμπεριφορά ανέδειξαν ενδιαφέροντα ευρήματα. Πιο συγκεκριμένα, τα δεδομένα που αναδείχτηκαν αφορούν τη βελτίωση της ενσυναίσθησης στα παιδιά αυτά, τα οποία με την επαφή με σκύλους θεραπείας κατάφεραν να αποκτήσουν κατανόηση για τα αισθήματα και τις ανάγκες ενός άλλου προσώπου.

Τα θετικά αυτά αποτελέσματα δεν σχετίζονται με την επαφή με ένα συγκεκριμένο σκύλο σε καθημερινή βάση, αλλά προκύπτουν με την επαφή ακόμα και με διαφορετικούς σκύλους κάθε

---

<sup>53</sup> Sarah Johnston, *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse* (San Rafael: Dominican University, 2021).

<sup>54</sup> Nancy Parish-Plass, "Animal-Assisted Therapy with Children Suffering from Insecure Attachment Due to Abuse and Neglect: A Method to Lower the Risk of Intergenerational Transmission of Abuse?" *Clin Child Psychol Psychiatry* 13, no. 7 (2008).

φορά. Απορρέει δηλαδή, όχι από την εξοικίωση με ένα συγκεκριμένο σκύλο και τη δημιουργία ενός δεσίματος μαζί του, αλλά απλά με την αλληλεπίδραση με το είδος αυτό.

Μια πρώτη ανταπόκριση σε αυτή την επαφή αφορά την αύξηση των επιπέδων οξυτοκίνης στον οργανισμό των έγκλειστων παιδιών. Η ορμόνη αυτή έχει συσχετιστεί με συναισθήματα ευφορίας και με την ευχαρίστηση που προκύπτει μέσω της κοινωνικοποίησης και μιας ισχυρής επαφής. Πέρα από το παιχνίδι και την αλληλεπίδραση με το σκύλο, η όλη θεραπευτική προσέγγιση εμπεριείχε τη διδασκαλία ορισμένων διαδικασιών που αφορούσαν τα ζώα αυτά. Ειδικότερα, οι μαθητές διδάσκονταν τη δημιουργία κειμένων με στόχο την προώθηση των ζώων αυτών σε πιθανές οικογένειες για την υιοθεσία τους.

Συχνά τα παιδιά αυτά εκδηλώνουν και στη φυλακή προβλήματα συμπεριφοράς και συνεχίζουν να συμπεριφέρονται παραβατικά. Η χρήση των σκύλων σε μια θεραπευτική διαδικασία αυτών των παιδιών φάνηκε να επηρεάζει θετικά και την συμπεριφορά τους. Πιο αναλυτικά, τα προβλήματα συμπεριφοράς μειώθηκαν ενώ περιορίστηκε αισθητά η έκφραση θυμού και επιθετικών ενεργειών.

Δηλαδή, συνολικά υπήρξε μια βελτίωση στη διαχείριση των συναισθημάτων στα παιδιά αυτά μέσα από συζήτηση, αναγνώριση των συναισθημάτων και της προέλευσής τους και αλληλεπίδραση με τους σκύλους του προγράμματος. Όταν το άτομο είναι σε θέση να συνειδητοποιεί τον συναισθηματικό του κόσμο, τότε μπορεί να αρχίζει να αντιμετωπίζει τα προβλήματα που αντιμετωπίζει εξαιτίας της ψυχολογικής του διάθεσης. Έτσι, μέσω του προγράμματος, έγινε μια αρχή για την συμπεριφορική βελτίωση των έγκλειστων.

Το γεγονός ότι βρίσκονται έγκλειστα τα παιδιά αυτά σε έναν περιορισμένο χώρο, χωρίς πολλές επιλογές και με απώλεια των περισσότερων ελευθεριών συντείνει στην αρνητική ψυχολογία τους και την έκφραση θλίψης, άγχους ή και επιθετικότητας. Είτε δηλαδή αποδέκτης της κακής ψυχολογίας είναι το ίδιο το άτομο με αρνητικά συναισθήματα που εσωτερικοποιούνται και εκδηλώνονται με παθητικότητα, είτε αποδέκτες είναι κάποιοι άλλοι με τους οποίους συναναστρέφεται και στους οποίους γίνεται επιθετικός, αυτές οι συμπεριφορές θεωρούνται προβληματικές και είναι αναγκαία η αποβολή τους από το άτομο.

Ακόμα και τα παιδιά αυτά που συμμετέχουν στη θεραπευτική διαδικασία παρατηρούν μια πρώτη αλλαγή στον συναισθηματικό τους κόσμο και μια πιο θετική οπτική της ζωής τους. Αυτός ο εφοδιασμός τους με μια νέα οπτική, συμβάλλει στην σταδιακή τους αλλαγή και βελτίωση. Ακόμα,

βοηθά την αυτοκριτική τους και την αναγνώριση των σφαλμάτων που διέπραξαν. Στόχος μετά από αυτό γίνεται η προβολή μιας πολύ καλύτερης προσωπικότητας και η παρουσίαση ενός μεγαλύτερου ενδιαφέροντος για τους άλλους ανθρώπους.

Συμπερασματικά, η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία έγκλειστων σε φυλακή παιδιών φαίνεται να είναι ωφέλιμη, αφού γίνεται η αφετηρία για μικρά και σταδιακά βήματα βελτίωσης των παιδιών αυτών. Φυσικά, τα διαφορετικά αποτελέσματα ανάμεσα σε διαφορετικά παιδιά αναδεικνύουν τη σημασία και του ίδιου του ατόμου και της επιλογής και διάθεσης του για το τελικό αποτέλεσμα. Όμως, όπως προβάλλεται στις σχετικές έρευνες, τα ζώα φαίνεται να ενδείκνυνται για τέτοιες θεραπευτικές προσεγγίσεις.<sup>55</sup>

#### **Δ. Για την βοήθεια σε ηλικιωμένους**

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση παρουσιάζει ορισμένα ενδιαφέροντα ευρήματα αναφορικά με τη συμβολή των θεραπειών που περιλαμβάνουν τη χρήση ζώων σε ηλικιωμένους. Υπάρχουν ποικίλες περιπτώσεις και συνθήκες κάτω από τις οποίες μπορεί να εφαρμοστεί μια τέτοια θεραπευτική προσέγγιση. Ηλικιωμένοι ασθενείς που παρουσιάζουν συμπτώματα άνοιας ή αλτσχάιμερ είναι κατάλληλες περιπτώσεις για την εφαρμογή αυτής της θεραπείας. Το ίδιο ισχύει, όμως, και με ανθρώπους που αντιμετωπίζουν άλλου είδους ψυχικά προβλήματα όπως είναι τα αισθήματα θλίψης και μοναξιάς αλλά και η συνακόλουθη ύπαρξη άγχους. Αυτά εξηγούνται από τη μεγάλη αλλαγή που βιώνουν στη ζωή τους, αλλάζοντας χώρο διαμονής και μπαίνοντας σε ένα εξειδικευμένο κέντρο παροχής φροντίδας για ηλικιωμένους. Πολλές φορές η παρεχόμενη ποιότητα δεν είναι η ενδεδειγμένη, με αποτέλεσμα η ποιότητα στη ζωή τους να μειώνεται. Μέσα σε αυτές τις νέες συνθήκες βιώνουν μοναξιά και δυσάρεστα συναισθήματα.

Το ζώο συντροφιάς μπορεί να συμπαρασταθεί, βελτιώνοντας ραγδαία τη ψυχολογία και τη διάθεση αυτών των ανθρώπων. Η επαφή και μόνο με αυτά, σε μία καθημερινή βάση, δημιουργεί θετικές εικόνες στους ανθρώπους αυτούς και τους καθησυχάζει συναισθηματικά. Παράλληλα, γεμίζουν την καθημερινότητά τους με όμορφες εικόνες και η βελτίωση στη διάθεσή τους τους ωθεί να επικοινωνήσουν και με άλλους ανθρώπους που βρίσκονται στην ίδια δομή. Έτσι, τα ζώα

---

<sup>55</sup> Natasha Seivert, Rachel Casey, and Amanda Johnson, "Animal Assisted Therapy for Incarcerated Youth: A Randomized Controlled Trial," *Applied Developmental Science* (2016).



βοηθούν και έμμεσα τους ηλικιωμένους, ενισχύοντας την κοινωνικότητα τους και τις δεξιότητες επικοινωνίας τους. Όλα αυτά συμβάλλουν στη μείωση της κατάθλιψης και συνηθισμένων συμπτωμάτων αυτής όπως είναι η αίσθηση αβοηθησίας και ο εκνευρισμός. Άλλου είδους ψυχοσωματικά αισθήματα όπως η κούραση και η αίσθηση εξάντλησης, αλλά και ιδέες η ενοχικότητα και η αυτοτιμωρία περιορίζονται.

Στη συνέχεια αναφέρονται ορισμένες μόνο δραστηριότητες που σχετίζονται με ζώα θεραπείας και τις οποίες είναι σε θέση να επιτελέσουν οι ηλικιωμένοι που διαμένουν σε δομές κατάλληλες για ανθρώπους σε μεγάλη ηλικία που αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας: παιχνίδι και συζήτηση με το ζώο και φροντίδα του ζώου όπως το βούρτσισμα του τριχώματός του ή σε κάποιες περιπτώσεις και βόλτα με το ζώο σε εξωτερικό χώρο.

Στόχος μιας τέτοιας θεραπείας είναι η μείωση των αρνητικών συμπτωμάτων που συνεπάγονται ασθένειες όπως η άνοια και η αύξηση των θετικών στοιχείων των ασθενών όπως για παράδειγμα της κοινωνικότητάς τους. Αυτό θα βοηθήσει όχι μόνο την ποιότητα ζωής των ασθενών που θα είναι πιο θετικοί και θα απολαμβάνουν περισσότερο τη διαμονή τους στη δομή φιλοξενίας, αλλά και όσους εργάζονται σε τέτοιους χώρους και έρχονται σε επαφή με όλους αυτούς τους ασθενείς και προσπαθούν να διαχειριστούν όσο πιο αποτελεσματικά γίνεται τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Παράλληλα, αυτό αποδεικνύεται ωφέλιμο και για τους άλλους ασθενείς, οι οποίοι συνδιαλέγονται με τα άλλα μέλη της δομής αυτής και απολαμβάνουν την ύπαρξη ενός ευχάριστου κλίματος, στο οποίο δεν υπάρχουν τριβές και εντάσεις. Επειδή οι εντάσεις, ανάλογα με τον ασθενή, μπορούν να εκφράζονται είτε με λεκτικές επιθέσεις – προσβολές είτε με σωματικές επιθέσεις – χτυπήματα γίνεται κατανοητό ότι η επίτευξη ενός περιορισμού των παραπάνω συμπεριφορών είναι καθοριστική για τη γενική ευημερία αλλά και για την αποφυγή ατυχημάτων. Τέλος, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι στο πλαίσιο τέτοιων δομών είναι βέβαιο ότι θα υπάρχουν και ασθενείς που έχουν απολέσει τις λεκτικές τους δεξιότητες και δεν είναι σε θέση να εκφραστούν με την ομιλία. Τα ζώα όμως είναι σε θέση να αντιληφθούν μηνύματα που εκφράζονται και με τη γλώσσα του σώματος ενός ασθενή και άρα να επικοινωνήσουν μαζί του με έναν ιδιαίτερο δικό

τους τρόπο, ενισχύοντας έτσι την ψυχολογία του και ενθαρρύνοντας τον να δεχτεί την βοήθεια άλλων και να βελτιωθεί.<sup>56</sup>

### **E. Σε αντικατάσταση φαρμακευτικής αγωγής**

Οι θεραπευτικές δραστηριότητες που περιλαμβάνουν τη χρήση ζώων θεωρούνται ολοκληρωμένες και πλήρεις θεραπευτικές προσεγγίσεις που μπορούν να αντικαταστήσουν τη χρήση φαρμακευτικής αγωγής. Υπάρχουν περιπτώσεις ασθενών στις οποίες δεν ενδείκνυται η λήψη φαρμάκων, επειδή για παράδειγμα έχουν κάποια αλλεργία, αλλά επίσης και άλλοι ασθενείς οι οποίοι αδυνατούν να επικοινωνήσουν με το θεραπευτικό προσωπικό και να βοηθήσουν τη διάγνωση και αποκατάστασή τους. Τότε είναι επιθυμητό να επιδιωχτεί μια πιο φυσική θεραπευτική διαδικασία που περιλαμβάνει τόσο την εμπλοκή ζώων όσο και την επαφή με φυτά και ευρύτερα με το φυσικό περιβάλλον. Σε κάποιες ανθρώπινες φυλές μάλιστα αυτό θεωρείται ένας πνευματικός τρόπος επικοινωνίας με το σύμπαν και με ανώτερες από τους ανθρώπους δυνάμεις και προτιμάται ως μέθοδος αποκατάστασης.

Είναι δεδομένο ότι διαβιούμε σε μια εποχή που οι άνθρωποι όλο και περισσότερο απομακρύνονται από τη φύση και από έναν φυσικό τρόπο ζωής, στον οποίο προσλαμβάνουν πρωτογενείς τροφές, καθαρές από χημικά και υλικά που αλλοιώνουν την ποιότητά τους, ενώ ο συνολικός τρόπος ζωής τους χαρακτηρίζεται ως αστικός, με την απουσία πρασίνου, καθαρού αέρα και των ευεργεσιών που προσφέρει η φύση στην ανθρώπινη ψυχή, όπως γαλήνη, εσωτερική ηρεμία, ανακούφιση και θετική διάθεση, αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση.

Μέσα σε αυτές τις συνθήκες υποστηρίζεται μια εναλλακτική φυσική προσέγγιση για τη θεραπεία ασθενών. Αυτή αντικαθιστά τη φαρμακευτική αγωγή με την επαφή με ζώα -όπως για παράδειγμα με άλογα- για την ευεργεσία ασθενών, πέρα από πρωτοποριακή, φαίνεται και κατάλληλη, όχι μόνο για να αντιμετωπίσει τα άμεσα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι ασθενείς, αλλά και για να θεραπεύσει ολιστικά, εξαλείφοντας τη βάση στην οποία στηρίζονται και διαιωνίζονται τυχόν

---

<sup>56</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

προβληματικές συμπεριφορές. Και η βάση αυτή είναι μια ζωή μέσα σε συνθήκες πίεσης και άγχους, μακριά από τη φύση.

Αυτή τη συνθήκη δεν είναι οργανικά σε θέση να την υπομείνουν όλοι οι άνθρωποι, με συνέπεια αυτό να εκφράζεται κάποια στιγμή ψυχοσωματικά με προβλήματα. Ένα τέτοιο παράδειγμα είναι η καταφυγή σε ναρκωτικά και άλλου είδους εξαρτήσεις που καταστρέφουν την υγεία του ανθρώπου. Έχει, όμως, αποδειχτεί από τη σύγχρονη βιβλιογραφική μελέτη ότι σε αυτό το στάδιο μια θεραπεία με τη χρήση ζώων έχει τη δυναμική να αναιρέσει την εκδήλωση αυτών των προβληματικών χαρακτηριστικών και να βελτιώσει πολύ περισσότερο έναν άνθρωπο. Είναι, επομένως, μια επιθυμητή επιλογή για τη βοήθεια σε ανθρώπους που για διάφορους λόγους δεν είναι σε θέση να επιλέξουν μια θεραπεία που περιλαμβάνει τη λήψη φαρμάκων.<sup>57</sup>

#### **6. Η αποτελεσματικότητα της υποβοηθούμενης με ζώα θεραπείας**

Η υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία μπορεί να φανεί ευεργετική για τη θεραπεία ασθενών.<sup>58</sup> Όμως, η αποτελεσματικότητά της δεν είναι ίδια κάθε φορά καθώς επηρεάζεται και καθορίζεται από μία πληθώρα παραμέτρων όπως είναι ο ασθενής, το πρόβλημα που αντιμετωπίζει, η κατάσταση στην οποία βρίσκεται, ο στόχος που έχει οριστεί μέσα από τη θεραπεία και το περιβάλλον στο οποίο έχει εκτεθεί.

Αρχικά, είναι σημαντικό να υπολογιστούν τα ατομικά χαρακτηριστικά και να διαμορφωθεί μια εξατομικευμένη θεραπεία κατάλληλη για την περίπτωση αυτή. Για παράδειγμα, δεν είναι όλα τα ζώα κατάλληλα για όλους τους ασθενείς. Ένας ασθενής που βιώνει κατάθλιψη χρειάζεται ένα ενεργητικό και δραστήριο ζώο, το οποίο θα τον κινητοποιήσει και θα τον βοηθήσει να δει θετικότερα τη ζωή. Από την άλλη πλευρά, ένας άνθρωπος που δεν έχει ιδιαίτερα καλή επαφή με τα ζώα ή ίσως έχει και κάποια σχετική φοβία προς αυτά ή ένας ασθενής που βιώνει έντονο άγχος,

---

<sup>57</sup> Mary R. Faiola, *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan* (Sacramento: California State University, 1993).

<sup>58</sup> E. R. Thayer and J. R. Stevens, "Effects of Human-Animal Interactions on Affect and Cognition," *Human-Animal Interaction Bulletin* 10, no. 2 (2022): 73-98.

θα χρειαστεί ένα πιο ήρεμο ζώο, όπως για παράδειγμα ένα κουνέλι για να έχει κάποιο θετικό αποτέλεσμα η θεραπευτική διαδικασία. Άρα, τόσο οι ανάγκες όσο και οι προτιμήσεις του ατόμου καθορίζουν την επιλογή ζώου για τη θεραπεία.

Ταυτόχρονα, πολύ σημαντική είναι και η βοήθεια που παρέχει ο θεραπευτής. Γι' αυτό είναι σημαντική η κατάρτιση και η εξειδίκευσή του στο αντικείμενο αυτό, αλλά και η κατοχή σχετικής εμπειρίας. Τότε μόνο διασφαλίζεται η μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα της θεραπευτικής διαδικασίας με βάση τις ιδιαίτερες ανάγκες που υπάρχουν κάθε φορά.

Ωστόσο, πρέπει να τονιστεί ότι η υποβοηθούμενη με ζώα θεραπεία αποτελεί και πρέπει να αποτελεί μέρος μιας πιο οργανωμένης και ευρύτερα μεθοδευμένης διαδικασίας θεραπείας και βοήθειας, η οποία πρέπει να παρέχεται από επιστημονικό και εκπαιδευμένο προσωπικό.<sup>59</sup>

Όσον αφορά τις παρεμβάσεις σε ζώα σε ένα εκπαιδευτικό πλαίσιο, τα δεδομένα καταδεικνύουν ότι καθίστανται βοηθητικά στη βελτίωση της συμπεριφοράς των παιδιών τόσο σε κοινωνικό επίπεδο και σε σχέση με τις συναισθηματικές τους εκδηλώσεις, όσο και γνωστικά, ενδυναμώνοντας τη συμμετοχή τους.

Βέβαια, το τελικό αποτέλεσμα είναι δυνατό να επηρεαστεί από ένα πλήθος εξωτερικών παραγόντων, ανάμεσα στους οποίους εντάσσονται οι ηλικίες και οι δεξιότητες των μαθητών, αλλά και η προγενέστερη επαφή τους με ζώα.

Οι έρευνες που έχουν υλοποιηθεί μέσα σε τέτοιου είδους περιβάλλοντα δεν είναι πολλές ακόμα. Έτσι, γίνεται κατανοητό ότι είναι αναγκαίο να συνεχιστεί η σχετική καταγραφή και να προστεθούν νέα στατιστικά δείγματα μαθητών για να εξακριβωθούν τα πλήρη αποτελέσματα των παρεμβάσεων αυτών. Οι καταγραφές θα πρέπει να είναι αναλυτικές και να περιγράφουν το βαθμό αλληλεπίδρασης μαθητών – ζώων, λαμβάνοντας υπόψη πληροφορίες όπως το αν οι μαθητές είναι δεμένοι με κάποιο δικό τους κατοικίδιο ή το πόσο κοντά έρχονται με το ζώο που χρησιμοποιείται στη σχετική παρέμβαση.

---

<sup>59</sup> Francesco Bert, Mariangela R. Gualano, Elisa Camussi, Giulia Pieve, Giulia Voglino, and Roberta Siliquini, "Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks," *European Journal of Integrative Medicine* 8 (2016): 695-706.

Ακόμα, αναφορικά με το πρόγραμμα παρέμβασης χρειάζεται να εξασφαλιστεί η αξιοπιστία του. Ταυτόχρονα, κάθε φορά θα πρέπει να διασφαλίζεται και η ασφάλεια των συμμετεχόντων με τα απαραίτητα μέτρα προστασίας. Σαφώς, είναι σημαντικό να εξασφαλιστεί και η ευημερία των ζώων που παίρνουν μέρος σε τέτοιες διαδικασίες και να μην υπάρξει κάποιος κίνδυνος για την υγεία και τη ζωή τους.

Τέλος, στο πλαίσιο της έρευνας θα πρέπει να διερευνηθεί το πώς τα διαφορετικά είδη ζώων μπορούν να επηρεάσουν θετικά τα παιδιά. Το πιο σύνηθες, μέχρι στιγμής ζώο, σε τέτοιου είδους πλαίσια, είναι ο σκύλος. Βέβαια, επειδή και ανάμεσα στα σκυλιά υπάρχουν σημαντικές διαφορές αναφορικά με τη ράτσα, το μέγεθος και άλλα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς τους, θα πρέπει να γίνει διερεύνηση των διαφορών και ως προς τα αποτελέσματα που αυτά φέρουν.<sup>60</sup>

### ***7. Ερμηνευτικές θεωρίες για τη σημασία της χρήσης ζώων για θεραπευτικούς σκοπούς***

Έχουν καταγραφεί μέχρι στιγμής αρκετές θεωρίες, οι οποίες στόχο έχουν να δώσουν μια ερμηνεία για τον τρόπο με τον οποίο τα ζώα σε θεραπευτικά πλαίσια καταφέρνουν μέσω της αλληλεπίδρασης τους με τους ανθρώπους – ασθενείς να τους ευεργετήσουν και να τους βοηθήσουν στη θεραπεία τους ή στη βελτίωση τους. Ακόμα περισσότερο σημαντική είναι η εύρεση των τρόπων με τους οποίους τα ζώα συμβάλλουν σε περιπτώσεις ανθρώπων που αντιμετωπίζουν δυσκολίες και έχουν ελλείμματα σε βασικές δεξιότητες. Η γνώση των προϋποθέσεων που αν πληρούνται θα φέρουν θετικά αποτελέσματα είναι που θα επιτρέψει στο μέλλον μια πιο στοχευμένη παρέμβαση σε θεραπείες με ζώα, η οποία θα έχει σημαντικά οφέλη για τους ασθενείς. Στη συνέχεια αναλύονται ορισμένες βασικές θεωρίες που στόχο έχουν να ερμηνεύσουν τις αλληλεπιδραστικές σχέσεις ανθρώπων – ζώων και τα αποτελέσματα που κάθε φορά έχει η μεταξύ τους επαφή.

---

<sup>60</sup> V. L. Brelsford, K. Meints, N. R. Gee, and K. Pfeffer, "Animal-Assisted Interventions in the Classroom—A Systematic Review," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14, no. 669 (2017).

### **A. Θεωρία της προσκόλλησης**

Η θεωρία της προσκόλλησης διατείνεται ότι ο δέσμος ανάμεσα σε ανθρώπους και ζώα είναι που ερμηνεύει την αποτελεσματικότητά τους. Αναλυτικότερα, η φυσική επαφή επιδρά ψυχολογικά στο άτομο. Το αποτέλεσμα είναι ένα ισχυρό αυτοσυναίσθημα, μια καλύτερη ψυχολογία και μειωμένα επίπεδα άγχους.<sup>61</sup> Ο ισχυρός δεσμός που χτίζεται μεταξύ ζώου και ανθρώπου διαμορφώνεται πιο αυθόρμητα και με μεγαλύτερη εμπιστοσύνη συγκριτικά με μια ανάλογη σχέση μεταξύ ανθρώπων. Τα ζώα αποβαίνουν θερμοί συμπαραστάτες των ανθρώπων αυτών, συμβάλλοντας στη γενικότερη ενδυνάμωση των δεσμών τους με άλλους ανθρώπους. Το γεγονός ότι τα ζώα δεν αντιδρούν αρνητικά σε δηλώσεις ενδιαφέροντος και φροντίδας, οδηγεί τους θεραπευόμενους στην εδραίωση τέτοιων αισθημάτων και στην έκφραση τους στην κοινωνία. Με αυτόν τον τρόπο χτίζεται μια θετικότερη στάση προς το κοινωνικό σύνολο, αλλά ισχυροποιείται και η αυτοπεποίθηση του ατόμου. Έτσι, τα άτομα αυτά αρχίζουν να ενδιαφέρονται και να φροντίζουν αποτελεσματικά κάποιο πρόσωπο, το ζώο που χρησιμοποιείται για τη θεραπεία τους και η επίδραση που η μεταξύ τους σχέση έχει είναι να δημιουργούνται ισχυροί μεταξύ τους δεσμοί.<sup>62</sup>

### **B. Βιοφιλία**

Ο όρος Βιοφιλία, ο οποίος προέρχεται από την ελληνικές λέξεις βίος, δηλαδή ζωή και φιλό που σημαίνει αγαπώ, δηλαδή την αγάπη των ανθρώπων για τη ζωή στο φυσικό περιβάλλον. Αυτό το ενδιαφέρον για τη ζωή στη φύση και την προσέγγιση των ζώων που κινούνται μέσα σε αυτή εκφράζει ανθρώπους διαφορετικών ηλικιών και χαρακτηριστικών<sup>63</sup>. Η ιδέα βασίζεται στις έρευνες που φανερώνουν ότι τα παιδιά ήδη από μικρή ηλικία εκδηλώνουν ένα πιο έντονο ενδιαφέρον για

---

<sup>61</sup> Kimberly Brown, Linda Swanson, and Carolyn Schiro-Geist, "Demonstrating the Efficacy of Animal-Assisted Therapy," *American International Journal of Social Science* 3, no. 5 (2014).

<sup>62</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," *Applied Developmental Science* (2017).

<sup>63</sup> B. Grinde and G. G. Patil, "Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being?" *International Journal of Environmental Research and Public Health* 6 (2009): 2332-2343.

αλληλεπίδραση με έμψυχα όντα, παρά με άψυχα και η προσοχή τους είναι περισσότερο εστιασμένη κατά τη συναναστροφή τους με ένα ζώο παρά με ένα άψυχο αντικείμενο.

Σχετικές αναφορές καταγράφουν ότι η έννοια της βιοφιλίας ξεκίνησε ήδη από τις απαρχές της ανθρώπινης ιστορίας, όταν οι άνθρωποι ζούσαν στο ίδιο φυσικό περιβάλλον και έπρεπε να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί σε σχέση με τον περιβάλλοντα χώρο, αλλά και με τα ζώα που κινούνται γύρω από αυτόν προκειμένου αφενός να καταφέρουν να προστατευτούν από τυχόν κινδύνους, όπως για παράδειγμα μια επίθεση ενός άγριου ζώου ή μια φυσική καταστροφή, και αφετέρου να βρουν τροφή για την επιβίωσή τους.

Αυτή, λοιπόν, η παρατήρηση της συμπεριφοράς των ζώων στη φύση, οδήγησε στην ερμηνεία των μηνυμάτων που μεταφέρουν τα ζώα με τη γλώσσα του σώματός τους, αφού δεν είναι σε θέση να επικοινωνήσουν λεκτικά. Η κατανόηση, λοιπόν, μιας ήρεμης συμπεριφοράς από τα ζώα ήταν σημάδι που ερμήνευε ότι το φυσικό περιβάλλον κινείται σε φυσιολογικούς ρυθμούς και δεν υπάρχει κάποια ανησυχία, επιτρέποντας έτσι στους ανθρώπους να αισθανθούν ήρεμοι και ασφαλείς.

Έτσι, γεννήθηκε σταδιακά η επίδραση του φυσικού περιβάλλοντος και της αγάπης για οτιδήποτε σχετίζεται με αυτό, συμπεριλαμβανομένων των ζώων στον άνθρωπο, που αντιλαμβάνεται μια αίσθηση ηρεμίας και αποβάλλει το άγχος και την ένταση από τον οργανισμό του, όταν συναναστρέφεται με φυσικά όντα.

Η επίδραση αυτή φαίνεται να ασκείται και σε παιδιά, τα οποία κατά την παρουσία ενός ζώου χαλαρώνουν και εκδηλώνουν μια πιο ήρεμη συμπεριφορά, ενώ αποκτούν μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τον κόσμο γύρω τους. Ένα σημαντικό ερώτημα που αξίζει να ερευνηθεί αναφορικά με τη βιοφιλία είναι το αν όλα τα είδη ζώων ή κάποια είναι σε θέση να παράγουν αυτό το θετικό συναίσθημα στους ανθρώπους και σε τι βαθμό είναι δυνατόν να επιτευχθεί αυτό. Ακόμα, ενδιαφέρον παρουσιάζει και το αν άλλοι παράγοντες, όπως ο τρόπος ζωής που έχει συνηθίσει να

ζει το άτομο -κοντά ή μακριά από το φυσικό περιβάλλον- ασκεί κάποια πρόσθετη επίδραση στην επιρροή της βιοφιλίας στον συναισθηματικό του κόσμο.<sup>64</sup>

### Γ. Ανθρωπομορφισμός

Μία άλλη τάση που παρατηρείται είναι να αντιμετωπίζουν ορισμένοι άνθρωποι τα ζώα που τους συντροφεύουν ως ανθρώπινα όντα και να τους συμπεριφέρονται με ένα τρόπο που θα συμπεριφέρονταν σε ανθρώπους. Αυτή η συμπεριφορά ονομάζεται Ανθρωπομορφισμός και δίνει στους ανθρώπους τη δυνατότητα να συσχετιστούν με κάποιο τρόπο με το ζώο συντροφιάς τους. Μερικές πρακτικές που εφαρμόζουν είναι το ντύσιμό των ζώων με ρούχα που θα φορούσε ένας άνθρωπος ή ο διάλογος μαζί τους και η μετάδοση μηνυμάτων σε αυτά που εμπεριέχουν συναισθήματα, επιθυμίες και σκέψεις των ανθρώπων, με τον ίδιο τρόπο που θα τα επικοινωνούσαν σε ένα κοντινό ή αγαπητό τους πρόσωπο.

Οι άνθρωποι έχουν μια εσωτερική παρόρμηση να θέλουν να συνδεθούν με άλλους ζωντανούς οργανισμούς και να είναι σε θέση να ερμηνεύσουν τις κινήσεις και τις συμπεριφορές τους. Οι διαδικασίες με τις οποίες υλοποιείται αυτή τους η παρόρμηση είναι εσωτερικές, άρρηκτα συνυφασμένες με την ανθρώπινη φύση και εμπειρία και προϋποθέτουν τη σύσταση ενός γνωστικού συστήματος στον άνθρωπο που τον τροφοδοτεί με εμπειρίες και την ερμηνεία αυτών των συμπεριφορών, επιτρέποντάς του να χτίζει συνεχώς νέες εικόνες και να προσθέτει ερμηνευτικές προσεγγίσεις διαφορετικών συμπεριφορών. Έτσι, κατορθώνει συνεχώς να προσεγγίζει τη ορθότερη ερμηνεία των συμπεριφορών των διαφόρων ειδών.

Φυσικά, η διαδικασία αυτή της ερμηνείας των χαρακτηριστικών και συμπεριφορών γίνεται ευκολότερη όσο πιο κοντά στον άνθρωπο είναι το είδος του ζώου το οποίο μελετάται. Για παράδειγμα είναι ευκολότερο να κατανοηθεί η συμπεριφορά και τα αισθήματα ενός θηλαστικού που μοιράζεται αρκετές ομοιότητες με τον άνθρωπο γονιδιακά σε σχέση με ένα ερπετό.

Βέβαια, δεν είναι πάντοτε εύκολο να ερμηνευτεί η συμπεριφορά ενός ζώου και να υπάρξει νοηματοδοτούμενη επικοινωνία και αυτό είναι που οδηγεί πολλές φορές τους ανθρώπους να

---

<sup>64</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," Applied Developmental Science (2017).



παρερμηνεύουν την εσωτερική κατάσταση στην οποία βρίσκεται το ζώο. Όμως, η ιδέα του ανθρωπομορφισμού είναι αυτή που επιτρέπει στους ανθρώπους συνολικά να συσχετιστούν με τα ζώα και να αλληλεπιδράσουν με διάφορους τρόπους, οι οποίοι δημιουργούν το περιθώριο για διάφορες θεραπευτικές προσεγγίσεις που θα συμβάλλουν στη θετική ανάπτυξη των ανθρώπων.<sup>65</sup>

#### **Δ. Ενίσχυση βιωματικού έναντι λεκτικού - συμβολικού συστήματος**

Η θεωρία των κινήτρων διακρίνει δύο περιπτώσεις που κινητοποιούν τον άνθρωπο να δείξει ενδιαφέρον σε κάτι. Ο ένας τομέας είναι ο εσωτερικός και αφορά τα κίνητρα που σχετίζονται με την προσωπική ικανοποίηση που λαμβάνει ένα άτομο, όταν εκδηλώνει μια συμπεριφορά ή αναλαμβάνει να κάνει κάτι. Η εκδήλωση μιας συμπεριφοράς, λοιπόν, σχετίζεται με τα αισθήματα ευφορίας που δημιουργούνται στον άνθρωπο που υλοποιεί αυτή την δράση. Από την άλλη πλευρά, ο άλλος τομέας είναι ο εξωτερικός και χαρακτηρίζεται από συμπεριφορές που έχουν ως αποτέλεσμα την απόκτηση κάποιας επιβράβευσης ή την αποφυγή κάποιας ενόχλησης, όπως για παράδειγμα ο πόνος ή η τιμωρία, ή και η στέρηση κάποιου επιθυμητού αποτελέσματος. Σε αυτή την περίπτωση ο άνθρωπος καταφεύγει σε ενέργειες που δεν απολαμβάνει, απλώς και μόνο για να μη βιώσει αρνητικά συναισθήματα από την μη επίτευξη της απαιτούμενης εξωτερικά συμπεριφοράς.

Μολονότι αυτά τα δύο συστήματα κινήτρων φαίνεται να βρίσκονται σε αντίθεση μεταξύ τους, στην πραγματικότητα δρουν συμπληρωματικά το ένα στο άλλο. Και όταν κατορθώνει το άτομο να διατηρεί αυτές τις δύο αντιμαχόμενες τάσεις σε ισορροπία, επιτυγχάνει να έχει καλύτερα αποτελέσματα σε οτιδήποτε αναλαμβάνει και να μη βιώνει εσωτερικές συγκρούσεις.

Επιπλέον, τα εσωτερικά κίνητρα, τα οποία σχετίζονται άμεσα με τα αισθήματα αγάπης και τρυφερότητας και επιδρούν στη συμπεριφορά με έναν ανάλογο συναισθηματικό τρόπο φαίνεται να σχετίζονται με μη λεκτικές εμπειρίες. Είναι, δηλαδή οι λεγόμενες βιωματικές εμπειρίες που σχετίζονται με το σύστημα αυτό και τα ερεθίσματα που διεγείρουν τις ανάλογες δράσεις είναι

---

<sup>65</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," Applied Developmental Science (2017).

αντίστοιχα μη λεκτικά, αλλά βιωματικά, τα οποία επιδρούν υποσυνείδητα στον άνθρωπο και τον ωθούν να κινητοποιεί προς την επίτευξη ορισμένων στόχων.

Για το λόγο αυτό τα εσωτερικά κίνητρα και οι παρορμήσεις επιδρούν σημαντικά τόσο στην αλληλεπίδραση των ανθρώπων με τα ζώα όσο και στις παρεμβάσεις σε ανθρώπους που υποβοηθούνται από μη ανθρώπινα ζώα. Σε αυτές τις παρεμβάσεις δεν γίνεται χρήση του λεκτικού συμβολικού συστήματος, αλλά του βιωματικού με την ενεργοποίηση όλων των ανθρώπινων αισθήσεων και την έμφαση σε όσα προσλαμβάνονται και επεξεργάζονται υποσυνείδητα από τον άνθρωπο.

Το συναισθηματικό τμήμα του ανθρώπινου εγκεφάλου είναι που επεξεργάζεται τη γλώσσα του σώματος των ζώων και ενεργοποιεί συγκεκριμένες ανθρώπινες αντιδράσεις σε σχέση με τα ζώα αυτά. Σε σχέση με παιδιά που βιώνουν μια αποτυχία και το εσωτερικό σύστημα κινήτρων έχει περιοριστεί εξαιτίας του φόβου της επανάληψης της αποτυχίας, έχει παρατηρηθεί από σχετικές έρευνες ότι τα ζώα μπορούν να δράσουν με ωφέλιμο τρόπο, αλλάζοντας τα αρνητικά αισθήματα και την αίσθηση απογοήτευσης και απελπισίας με θετικά και με ενίσχυση των κινήτρων για προσπάθεια και θετική επίδραση.

Καταλήγωντας, τα ζώα φαίνεται να επιδρούν σημαντικά στο εσωτερικό σύστημα κινήτρων του ατόμου, βοηθώντας τον να κινητοποιηθεί θετικά για τη δική του βελτίωση και μάθηση καλύτερων τρόπων και συμπεριφορών. Για το λόγο αυτό, είναι σημαντικό να αξιοποιηθούν ιδιαίτερα τα ζώα σε περιπτώσεις ανθρώπων που βιώνουν αρνητικά συναισθήματα και απογοήτευση προκειμένου να τους αυξήσουν το κίνητρο και να τους ωθήσουν σε βελτιωμένες θεωρήσεις.<sup>66</sup>

### **E. Ενίσχυση οξυτοκίνης**

Μια νευροβιολογική θεωρία διατυπώνει την ιδέα ότι η επαφή με τα ζώα κινητοποιεί τον ανθρώπινο οργανισμό να παράγει οξυτοκίνη. Αυτή η ορμόνη θεωρείται υπεύθυνη για την

---

<sup>66</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," Applied Developmental Science (2017).

πρόκληση ευχάριστων συναισθημάτων στους ανθρώπους.<sup>67</sup> Η αλληλεπίδραση των ανθρώπων με τα ζώα φαίνεται ως μια σημαντική αιτία για την ενεργοποίηση της και για τη διάχυση στον ανθρώπινο εγκέφαλο και το νευρικό σύστημα θετικών συναισθημάτων μέσω της διέγερσης των ανάλογων θετικών ερεθισμάτων. Τα αποτελέσματα της παραγωγής οξυτοκίνης στον ανθρώπινο οργανισμό είναι πολλά και σημαντικά. Μερικά από αυτά είναι η μείωση του άγχους και η ενίσχυση της ανθεκτικότητας σε ενοχλητικά ερεθίσματα, όπως για παράδειγμα ο πόνος. Παράλληλα, σημαντική είναι η συνεισφορά της στη βελτίωση της κοινωνικότητας και των κοινωνικών δεξιοτήτων του ατόμου, μέσα από την ενίσχυση των αλληλεπιδραστικών σχέσεων του και των επαφών και δεσμών με άλλους ανθρώπους. Όλα αυτά συνεισφέρουν στον περιορισμό αισθημάτων θλίψης και απογοήτευσης στ άτομο.<sup>68</sup>

Η διαδικασία αυτή της παραγωγής οξυτοκίνης προκύπτει, λοιπόν, από την επαφή των ανθρώπων με τα ζώα είτε αυτή πρόκειται για μια μικρή επαφή διάρκειας λίγων μόνο λεπτών που περιλαμβάνουν χάδια ή παιχνίδι, είτε πρόκειται για μια μεγαλύτερη επαφή με ένα κατοικίδιο. Ειδικά με ένα κατοικίδιο, με το οποίο υπάρχει ισχυρό δέσιμο, η οξυτοκίνη παράγεται και μόνο με τη σκέψη ή με μια βλεμματική επαφή από απόσταση.<sup>69</sup>

Συμπερασματικά, οι έρευνες στο πεδίο αυτό αναδεικνύουν τη σημαντική συμβολή των ζώων στη βελτίωση της ανθρώπινης ζωής. Έτσι, καταλήγουμε ότι η σημασία των παρεμβάσεων και των θεραπειών που συμπεριλαμβάνουν ζώα είναι τεράστια για τον έλεγχο και τη ρύθμιση προβλημάτων υγείας και διάθεσης στους ανθρώπους και την εξασφάλιση μιας καλύτερης ποιότητας ζωής.

---

<sup>67</sup> E. Ito, R. Shima, and T. Yoshioka, "A novel role of oxytocin: Oxytocin-induced well-being in humans," *Biophysics and Physicobiology* 16 (2019): 132-139.

<sup>68</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," *Applied Developmental Science* (2017).

<sup>69</sup> A. Beetz, K. Uvnäs-Moberg, H. Julius, and K. Kotrschal, "Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: The Possible Role of Oxytocin," *Frontiers in Psychology* 3 (2012).

Ωστόσο, είναι απαραίτητη η προσοχή και η επιφυλακτικότητα αναφορικά με το είδος του ζώου που κάθε φορά επιλέγεται. Αυτό συμβαίνει γιατί είναι πιθανό ορισμένοι άνθρωποι να έχουν δυσάρεστες εμπειρίες στο παρελθόν με κάποιο είδος και αυτό θα επιδράσει ανασταλτικά στην προοπτική να βοηθηθούν και να βελτιωθούν μέσα από την επαφή με το ζώο αυτό. Άρα, χρειάζεται πριν τη σχετική επιλογή είδους ζώου για θεραπευτικούς σκοπούς, να έχει προηγηθεί μια ανασκόπηση του φακέλου του ασθενούς, ώστε να υπάρξει η κατάλληλη επιλογή ζώου με βάση τις σχετικές ανάγκες που αναδεικνύονται.<sup>70</sup>

Εν κατακλείδι, δεν υπάρχουν ακόμα πολλές έρευνες σχετικές με το αποτέλεσμα που έχει η αλληλεπίδραση ανθρώπων – ζώων. Ωστόσο, πολλές σχετικές έρευνες φανερώουν την αύξηση στην οξυτοκίνη μετά από επαφή με ζώα και κυρίως με τα κατοικίδια ζώα στον άνθρωπο.<sup>71</sup>

### **Στ. Απόσπαση της προσοχής από το πρόβλημα**

Υπάρχουν έρευνες που φανερώνουν ότι η επαφή των ανθρώπων με τα ζώα μέσω σχεδιασμένων παρεμβατικών προγραμμάτων στο πλαίσιο της θεραπευτικής τους διαδικασίας οδηγούν σε ένα πλήθος θετικών αποτελεσμάτων. Πιο συγκεκριμένα, μέσω της απόσπασης της προσοχής του ατόμου από το πρόβλημα που αντιμετωπίζει αναδεικνύονται οφέλη για την πορεία της θεραπείας. Το άτομο, όσο πιο πολύ αφοσιωμένο είναι σε αυτό το ερέθισμα που του αποσπά την προσοχή, είτε είναι κάποιο ζώο, είτε κάποιο άλλο αντικείμενο όπως ένα παιχνίδι, συγκεντρώνεται σε αυτό και αποσπάται από αρνητικά ερεθίσματα, όπως πόνος, άγχος ή κακή διάθεση.

Ακόμα, τα ζώα μπορούν να βοηθήσουν όχι μόνο τον ασθενή, αλλά και συνολικά την οικογένειά του, όταν πρόκειται για ένα άτομο που νοσηλεύεται. Ειδικά, σε περιπτώσεις που πρόκειται να ακολουθήσουν ιατρικές διαδικασίες, όπως ένα χειρουργείο, το οποίο είναι πολύ επίπονο και ψυχοφθόρο και για το άτομο που το βιώνει, αλλά και για το στενό οικογενειακό του περιβάλλον

---

<sup>70</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," *Applied Developmental Science* (2017).

<sup>71</sup> A. Beetz, K. Uvnäs-Moberg, H. Julius, and K. Kotrschal, "Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: The Possible Role of Oxytocin," *Frontiers in Psychology* 3 (2012).

που μετέχει και αγωνιά κατά τη διαδικασία αυτή, είναι σημαντικό να αξιοποιούνται ζώα για την χαλάρωση και την απόσπαση της προσοχής από αυτή τη διαδικασία.

Πρέπει, βεβαίως, να αξιολογηθεί ο βαθμός στον οποίο ένα ζώο συμβάλλει με την παρουσία του στη θεραπεία ενός ασθενή, ενώ σημαντική είναι και η εξέταση των διαφορετικών ειδών και το πώς κάθε ένα είδος καθίσταται ευεργετικό σε τέτοιες περιπτώσεις. Ωστόσο, συνολικά μπορούμε να οδηγηθούμε στο συμπέρασμα ότι είναι αρκετά βοηθητική μια απόσπαση της προσοχής του ατόμου από την πρόβλημα που αντιμετωπίζει, ώστε να αισθανθεί πιο δυνατός να το αντιμετωπίσει επιτυχώς.<sup>72</sup>

### **Συμπεράσματα**

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση επιβεβαίωσε ότι τα ζώα είναι αποτελεσματικά σε θεραπευτικές παρεμβάσεις ασθενών. Οι παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων διακρίνονται σε υποβοηθούμενες από ζώα θεραπείες και σε δραστηριότητες στις οποίες εμπλέκονται ζώα. Οι δύο αυτές θεραπευτικές προσεγγίσεις παρουσιάζουν σημαντικές διαφορές με κυριότερη την εξής: στην πρώτη περίπτωση υπάρχει ένας ξεκάθαρος σκοπός που έχει τεθεί από την αρχή της θεραπευτικής διαδικασίας, ενώ η δεύτερη δεν έχει κάποιο συγκεκριμένο και καθορισμένο σκοπό να πετύχει.

Οι παρεμβάσεις στις οποίες εμπλέκονται ζώα δεν είναι μια σύγχρονη πρακτική. Οι απαρχές της βρίσκονται στα τέλη του 18<sup>ου</sup> αιώνα. Πολλά είδη ζώων χρησιμοποιούνται για τους σκοπούς της θεραπείας. Κάθε φορά λαμβάνεται, όμως, υπόψη η ιδιοσυγκρασία του ζώου και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ώστε να είναι αποτελεσματική η αγωγή στον ασθενή. Κυριότερα είδη ζώων που επιλέγονται για τέτοιους σκοπούς είναι οι σκύλοι, οι γάτες, τα άλογα, τα δελφίνια και τα ψάρια. Σε κάθε περίπτωση χρειάζεται τα ζώα να είναι ταιριαστά με τον κάθε φορά ασθενή και τις σχετικές του προτιμήσεις για να αποβούν χρήσιμα στην φροντίδα του. Ταυτόχρονα, πρέπει να συνυπολογιστούν τα ηθικά ζητήματα που σχετίζονται με τη χρήση ζώων για τέτοιους σκοπούς και να εξασφαλιστεί η αποφυγή ενδεχόμενων κινδύνων.

---

<sup>72</sup> A. M. Beetz, "Theories and possible processes of action in animal assisted interventions," Applied Developmental Science (2017).

Σύμφωνα με τα βιβλιογραφικά δεδομένα οι θεραπείες με ζώα είναι πολύ ωφέλιμες για την αντιμετώπιση διαφόρων διαταραχών και αναπηριών συμπεριλαμβανομένου του αυτισμού και των διαταραχών που σχετίζονται με το άγχος τόσο σε παιδιά όσο και σε ενήλικους. Άνθρωποι που νοσηλεύονται σε δομές ψυχικής υγείας και νοσοκομεία, έγκλειστοι σε φυλακές και άνθρωποι που κρίνονται ακατάλληλοι για τη λήψη φαρμακευτικής αγωγής είναι σε θέση να βοηθηθούν από τη συναναστροφή με κατάλληλα εκπαιδευμένα ζώα θεραπείας.

Τέλος, πρέπει να αναφερθεί ότι υπάρχουν ορισμένες θεωρίες που έχουν καταγραφεί και προσπαθούν να ερμηνεύσουν την αποτελεσματικότητα της θεραπευτικής διαδικασίας με ζώα. Τέτοιου είδους θεωρίες περιλαμβάνουν την παραγωγή οξυτοκίνης και την έμφυτη ορμή του ανθρώπου προς οτιδήποτε φυσικό, συμπεριλαμβανομένων των ζώων. Οι θεωρίες αυτές αποτελούν ερμηνευτικές προσπάθειες του τρόπου με τον οποίο τα ζώα στέκονται ως αποτελεσματικοί αρωγοί στην θεραπεία των ανθρώπων.

### **Επίλογος**

Αναμφίβολα, οι παρεμβάσεις με τη χρήση ζώων για την αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών σε ανθρώπους όλων των ηλικιών αποδεικνύονται αποτελεσματικές. Ωστόσο, είναι αναγκαίο να συνεχιστούν οι σχετικές έρευνες, καθώς τα μέχρι στιγμής δεδομένα είναι αρκετά περιορισμένα. Σε μια συνέχεια της ερευνητικής διαδικασίας θα πρέπει οπωσδήποτε να αυξηθούν τα δείγματα ασθενών που μελετώνται, αλλά ταυτόχρονα να διευρυνθούν και τα ψυχικά νοσήματα στα οποία γίνεται η σχετική μελέτη. Για παράδειγμα, είναι πιθανό η χρήση ζώων στη θεραπεία ασθενών με ψυχικές ασθένειες να είναι περισσότερο αποτελεσματική κάτω από ορισμένες προϋποθέσεις. Μία από αυτές είναι η ηλικία του ασθενούς, αλλά και το ψυχικό νόσημα το οποίο αντιμετωπίζει, καθώς επίσης και το στάδιο στο οποίο βρίσκεται η ασθένεια αυτή. Αν, δηλαδή, έχει εκδηλωθεί πλήρως, ή βρίσκεται ακόμα σε πρώιμο στάδιο και τα σχετικά συμπτώματα είναι ακόμα περιορισμένα.

Μια παράμετρος με ιδιαίτερα σημασία είναι η εξέταση των διαφορετικών ειδών ζώων που επιλέγονται για θεραπευτικούς σκοπούς. Αυτό κρίνεται ως σημαντικό, καθώς κάθε είδος μπορεί να είναι σε διαφορετικό βαθμό και με διαφορετικό τρόπο αποτελεσματικό. Βεβαίως, έμφαση πρέπει να δοθεί και στις τυχόν προτιμήσεις των ασθενών. Είναι, δηλαδή, πιθανό κάποιος ασθενής να έχει ιδιαίτερη προτίμηση σε κάποιο είδος ζώου, όπως για παράδειγμα σε ένα σκύλο, ενώ κάποιος

άλλο είδος να μην του είναι συμπαθές. Υπό αυτές τις συνθήκες, οι σχετικές προτιμήσεις πρέπει να ληφθούν υπόψη για τη θεραπευτική προσέγγιση.

Τέλος, άνθρωποι όλων των ηλικιών, γυναίκες, άνδρες, παιδιά, ηλικιωμένοι με ψυχικές ασθένειες, άνθρωποι από διαφορετικές κοινωνικές τάξεις και με διαφορετική οικονομική επιφάνεια θα πρέπει να συμπεριληφθούν στα σχετικά δείγματα. Μόνο εφόσον οι παραπάνω περιπτώσεις καλυφθούν με επαρκή δείγματα, θα καταστεί εφικτό να αξιολογηθεί επιστημονικά το πως και σε ποιο βαθμό τα ζώα θεραπείας είναι σε θέση να συμβάλλουν στην αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών στους ανθρώπους.

### **Βιβλιογραφία**

- Beetz, A. M. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*.
- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: The Possible Role of Oxytocin. *Front. Psychol. Sec. Psychology for Clinical Settings 3*.
- Bert, F., Gualano, M. R., Camussi, E., Pieve, G., Voglino, G., & Siliquini, R. (2016). Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks. *European Journal of Integrative Medicine 8*., 695-706.
- Boe, V. M. (2008). Effects of Animal-Assisted Therapy on a Student with an Emotional/Behavioral Disorder. *JAASEP*, 25-47.
- Brelsford, V. L., Meints, K., Gee, N. R., & Pfeffer, K. (2017). Animal-Assisted Interventions in the Classroom—A Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health 14*, no. 669.
- Brown, K., Swanson, L., & Schiro-Geist, C. (2014). Demonstrating the Efficacy of Animal-Assisted Therapy. *American International Journal of Social Science 3*, no. 5.
- Faiola, M. R. (1993). *Animal-assisted interventions: an integral piece of the collaborative treatment plan*. Sacramento: California State University.
- Grinde, B., & Patil, G. G. (2009). Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being? *Int. J. Environ. Res. Public Health 6*., 2332-2343.

- Ito, E., Shima, R., & Yoshioka, T. (2019). A novel role of oxytocin: Oxytocin-induced well-being in humans. *Biophysics and Physicobiology* 16:, 132-139.
- Johnston, S. (2021). *The Use of Animal-Assisted Interventions to Treat Child Victims of Sexual Abuse*. San Rafael: Dominican University.
- London, M. D., Mackenzie, L., Lovarini, M., Dickson, C., & Alvarez-Campos, A. (2020). Animal Assisted Therapy for Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorder: Parent perspectives. *Journal of Autism and Developmental Disorders*.
- Mateos, A. (2023). *The Impact of Dog Therapy on Anxiety and Happiness in Hospitalized Children*. Scripps Senior Theses: Claremont Colleges.
- Parish-Plass, N. (2008). Animal-Assisted Therapy with Children Suffering from Insecure Attachment Due to Abuse and Neglect: A Method to Lower the Risk of Intergenerational Transmission of Abuse? *Clin Child Psychol Psychiatry* 13, no. 7.
- Parshall, D. P. (2003). Research and Reflection: Animal-Assisted Therapy in Mental Health Settings. *Counseling and Values* 48:, 47-56.
- Ries, A. E. (2013, February 13). *The Effect of Animal-Assisted Therapy on Children with Disabilities*. Retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository: [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/254](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/254)
- Seivert, N., Casey, R., & Johnson, A. (2016). Animal Assisted Therapy for Incarcerated Youth: A Randomized Controlled Trial. *Applied Developmental Science*.
- Smith, T. (2018). *Does Animal Assisted Therapy (AAT) positively increase socialization skills in children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD) compared to no interaction with animals?* Philadelphia: Philadelphia College of Osteopathic Medicine.
- Szewczyk, D., Fiega, J., Michalska, M., Żurek, U., Lubaszka, Z., & Sikorska, E. (2023). Therapeutic Role of Animals: A Comprehensive Literature Review on the Prevalent Forms and Species in Animal-Assisted Interventions. *Journal of Education, Health and Sport* 45, no. 1:, 215-235.



Thayer, E. R., & Stevens, J. R. (2022). Effects of Human-Animal Interactions on Affect and Cognition. *Human-Animal Interaction Bulletin* 10, no. 2:, 73-98.

Wyatt, K. L. (2016). *The effect of an animal-assisted visitation programme on children with intellectual disabilities: a randomised controlled study*. Stellenbosch: Stellenbosch University.