



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# DOGOTERAPIA

## SKUTECZNE LEKARSTWO PRZECIWKO IZOLACJI

PROJEKT NR WND-POKL.07.03.00-12-016/11

EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY  
PROGRAM OPERACYJNY KAPITAŁ LUDZKI  
PRIORYTET VII - PROMOCJA INTEGRACJI SPOŁECZNEJ  
DZIAŁANIE 7.3 INICJATYWY LOKALNE NA RZECZ AKTYWNEJ INTEGRACJI



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## INFORMACJE OGÓLNE

Projekt „Dogoterapia - skuteczne lekarstwo przeciwko izolacji” został zrealizowany przez Fundację Dogoterapeutyczną „Husky team” z siedzibą w Korczynie nr 153, 38-340 Biecz.

Projekt zrealizowany został w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki Priorytet VII, Działanie 7.3 Inicjatywy lokalne na rzecz aktywnej integracji, na podstawie umowy o dofinansowanie projektu nr UDA-POKL.07.03.00-12-016/11-00 podpisanej 08.06.2011 r. z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Krakowie.

Celem głównym projektu było zmniejszenie stopnia zagrożenia wykluczeniem społecznym 80% Beneficjentów Ostatecznych (BO) -16 osób chorych psychicznie (7K, 9M) z powiatu gorlickiego poprzez dogoterapię w okresie od 01.06.2011r.-31.08.2011r.

Celami szczegółowymi były : rozwinięcie umiejętności wchodzenia w kontakty interpersonalne oraz umiejętność prowadzenia dialogu u 80% BO – 16 BO (7K, 9M), wykształcenie prawidłowych postaw i zachowań społecznych oraz przełamanie lęku w kontakcie z ludźmi zdrowymi u 80% BO – 16 BO (7K, 9M), wyrównanie dysharmonii rozwojowych (obniżona sprawność ruchowa, percepcja wzrokowa, percepcja słuchowa) u 80% BO – 16 BO (7K, 9M).

W ramach projektu został przeprowadzony cykl zajęć dogoterapii w Domu Pomocy Społecznej w Klimkówce oraz na terenie fundacji (Plenerowe Centrum Dogoterapii) w wymiarze 24 godzin (16 godzin w DPS, 8 godzin na terenie fundacji).

Projekt współfinansowany był przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Projekt realizowany był w okresie od 01 czerwca 2011 r. do 31 sierpnia 2011 r. na terenie województwa małopolskiego; Powiat Gorlice z wyłączeniem miasta Gorlice.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## WSTĘP

Towarzystwo zwierząt wykorzystywane było jako nieformalne źródło łagodzenia dolegliwości i cierpienia w wielu kulturach już w odległej historii. Ponad 40 lat terapia z udziałem zwierząt była przedmiotem wielu badań w placówkach opieki zdrowotnej o różnym charakterze. Podstawowym celem badań było głównie określenie wpływu zwierząt na sferę emocjonalną człowieka oraz na ogólną poprawę jakości życia.

Terapia z udziałem zwierząt może być wykorzystywana w pracy z ludźmi w każdym wieku, lecz najczęściej głównymi odbiorcami są dzieci i ludzie starsi. Ta forma usprawniania przynosi wiele psychicznych korzyści, tj.: poprawa poczucia przynależności, redukcja stresu, obniżenie poczucia samotności oraz izolacji.

Prowadzone są specjalne programy kliniczne, które za pomocą terapii ze zwierzętami wpływają pozytywnie na socjalne i emocjonalne problemy oraz polepszają umiejętności komunikacyjne.

Powyższe informacje są oparte na profesjonalnym monografie zatwierdzonym przez Natural Standard research Collaboration [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## TEORIA

Chroniczny stres jest głównym czynnikiem wywołującym wiele medycznych i psychicznych problemów ze zdrowiem.

Stały kontakt ze zwierzęciem ma rolę promującą relaksację, a skutkiem tego redukuje ryzyko lub zmniejsza stopień symptomów stresogennych.

Chroniczne poczucie izolacji lub alienacji jest również szkodliwym czynnikiem wpływającym na stan zdrowia psychicznego oraz fizycznego. W takich przypadkach wprowadzenie zwierzęcia w terapię bardzo często odbudowuje u pacjentów poczucie własnej wartości i przynależności. Emocjonalne zaangażowanie w bliską relację ze zwierzęciem, nawet podczas sesji terapeutycznych może sprzyjać w rozwoju emocjonalnej dojrzałości oraz samoświadomości.

Powyższe informacje są oparte na profesjonalnym monografie zatwierdzonym przez  
Natural Standard research Collaboration [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## EFEKTY DOWIEDZIONE PODCZAS BADAŃ

Badania przeprowadzone na oddziałach geriatrycznych wykazały, że obecność zwierząt łagodzi objawy depresji, obniża ciśnienie tętnicze krwi, obniża drażliwość, łagodzi agitację i poprawia relacje interpersonalne podopiecznych i zespołu terapeutycznego. Dowiedziono, że wśród podopiecznych z chorobą Alzheimera terapia z udziałem zwierząt podniosła zachowania socjalne tj.: śmiech, kontakt fizyczny poprzez dotyk, koncentracja uwagi, akomodacja oka, werbalizacja, czy nazewnictwo. Badania przeprowadzone w ośrodkach stałego pobytu dowiodły, że obecność zwierząt poprawiła ogólne samopoczucie podopiecznych, ale przede wszystkim zniwelowała samotność i podniosła werbalne interakcje między rezydentami. Oddziały psychiatryczne, które wzięły udział w badaniach nad skutecznością terapii ze zwierzętami uznały, że obecność psów terapeutycznych wyzwała spontaniczną aktywność wśród pacjentów chorych na schizofrenię, motywuje ich do działania i tym samym pozwala bardziej konstruktywnie wykorzystać czas wolny.

Generalnie pomocą uzyskaną przez większość pacjentów psychiatrycznych była nauka radzenia sobie ze stanem pobudzenia, już po pierwszej sesji z udziałem psa pacjenci byli spokojniejsi i lepiej funkcjonujący. Statystyki zebrane z hospicjów, Domów Opieki Społecznej wykazały, że obecność psa wspiera nie tylko podopiecznych dodając odwagi lecz także pomaga i zwiększa siłę psychiczną personelu. Pacjenci zainteresowani obecnością psów informowali o łagodzeniu bólu i ogólnym wyciszeniu podczas sesji, jednakże nie wszyscy byli zainteresowani tą formą pracy, ale akceptowali obecność zwierząt.

Powyższe informacje są oparte na profesjonalnym monografie zatwierdzonym przez  
Natural Standard research Collaboration [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)



Przykładowe autorskie scenariusze zajęć :  
Autorski scenariusz zajęć dogoterapeutycznych  
pt. „Zmniejszenie stopnia zagrożenia wykluczeniem społecznym osób chorych  
psychicznie poprzez dogoterapię”.

---

Zajęcia w ramach projektu : WND-POKL.07.03.00-12-016/11  
współfinansowanego przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Tytuł projektu : „ **Dogoterapia skuteczne lekarstwo przeciwko izolacji**”

*Zajęcia pierwsze :*

Czas trwania spotkania dla jednej grupy: 60 minut w tym przerwy dla psów  
(ilość grup – 2).

Cel : wykształcenie prawidłowych postaw i zachowań społecznych oraz przełamanie  
lęku w kontakcie z ludźmi zdrowymi, spotkanie organizacyjne, przedstawienie  
planów spotkań.

*Powitanie z psem po krótkiej przerwie.*

Uczestnicy wybierają bezpieczną formę przywitania się z psem :

- podanie łapy
- pogłaskanie psa
- podanie smakołyku

*Oficjalne zaproszenie uczestników na zajęcia - dogoterapii.*

Swobodna rozmowa. W trakcie spotkania w imieniu psów prowadzący zajęcia wręcza wszystkim uczestnikom symboliczne zaproszenia na zajęcia. Podczas pierwszych zajęć wspólnie planujemy, luźno dyskutujemy w obecności psa o przyszłych spotkaniach. Próbujemy ustalić jak mają one wyglądać. Ustalamy reguły, zasady spotkań. Uczestnicy spotkań dowiadują się, że część zajęć odbędzie się na terenie fundacji w formie wycieczki, pikniku, zabawy w plenerze z psem.

*Pożegnanie z psami.*

Prowadzący informuje, że zajęcia dobiegają końca i teraz należy pożegnać się z psem. Uczestnicy dowiadują się, że spotkamy się już wkrótce na zajęciach.



Autorski scenariusz zajęć dogoterapeutycznych  
pt. „Zmniejszenie stopnia zagrożenia wykluczeniem społecznym osób chorych  
psychicznie poprzez dogoterapię”.

---

Zajęcia w ramach projektu : WND-POKL.07.03.00-12-016/11  
współfinansowanego przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Tytuł projektu : „ **Dogoterapia skuteczne lekarstwo przeciwko izolacji**”

*Zajęcia trzecie :*

Czas trwania spotkania dla jednej grupy: 60 minut w tym przerwy dla psów  
(ilość grup – 2).

Cel :     Podniesienie sprawności ruchowej – motoryka mała i duża. „ Mini zawody  
sportowe”.

*Powitanie*

Uczestnicy wybierają bezpieczną formę przywitania się z psem.

*Poczucie sukcesu, poczucie sprawstwa - ćwiczenie sprawności motoryki małej i dużej  
„Tor przeszkód”.*

Ustawiamy „tor przeszkód”: miseczki, szczotka, piłeczka i kosz. Zadaniem uczestnika jest przeprowadzić psa slalomem pomiędzy miseczkami wrzucając karmę do każdej miseczki, następnie zatrzymać się przy szczotce, wydać psu komendę „siad”, uczesać psa, a następnie podejść do piłeczki i wrzucić ją do kosza. W drodze powrotnej uczestnik podprowadza psa do miseczek aby ten w nagrodę zjadł karmę.

*Pożegnanie z psem.*

Prowadzący informuje, że zajęcia dobiegają końca i teraz należy pożegnać się z psem. Uczestnicy dowiadują się, że spotkamy się już wkrótce na zajęciach.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Autorski scenariusz zajęć dogoterapeutycznych  
pt. „Zmniejszenie stopnia zagrożenia wykluczeniem społecznym osób  
chorych psychicznie poprzez dogoterapię”.

---

Zajęcia w ramach projektu : WND-POKL.07.03.00-12-016/11  
współfinansowanego przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Tytuł projektu : „ **Dogoterapia skuteczne lekarstwo przeciwko izolacji**”

*Zajęcia ósme :*

Czas trwania spotkania dla jednej grupy: 60 minut w tym przerwy dla psów  
(ilość grup – 2).

Cel : Wyrównanie dysharmonii rozwojowych, wykształcenie prawidłowych postaw  
i zachowań społecznych, przełamanie lęku w kontakcie z ludźmi zdrowymi,  
poprawa umiejętności prowadzenia dialogu \_kontynuacja.

*Powitanie*

Dowolna bezpieczna, a zrazem przyjemna forma powitania z psem. Krótka rozmowa na temat  
form, sposobów witania się z ludźmi tj. z kolegami, znajomymi oraz obcymi, powitania gości itd.

*„Wakacyjny nieznany gość - człowiek” – poznawany w towarzystwie psa.*

Podczas spotkania uczestniczy nie tylko pies, ale również zaproszony nieznany, ciekawy gość  
z daleka. Uczestnicy w towarzystwie psa dowiadują się skąd przybył ?, kim jest ?, czym się  
zajmuje ? Dlaczego tak jest ubrany ? Co tutaj robi ? itp. Pies uczestniczący w zajęciach występuje  
w roli osoby przedstawiającej „strony” spotkania. Dodaje odwagi, pewności uczestnikom czasie  
wizyty.

*Pożegnanie .*

Na zakończenie zajęć uczestnicy żegnają się z nowo poznanym gościem oraz z psem. Tutaj mają  
możliwość odpowiednio pożegnać się z „gościem - człowiekiem” i psem.

Autor:  
Sławomir Wędrychowicz  
Fundacja Dogoterapeutyczna „Husky team”



## PODSUMOWANIE DZIAŁAŃ PROWADZONYCH W TRAKCIE REALIZACJI PROJEKTU

Zajęcia dogoterapii dla 20 podopiecznych DPS Klimkówka przeprowadziliśmy w dniach od 01.06. – 31.08.2011r. Spotkania w ramach realizacji projektu odbyły się w Domu Pomocy Społecznej w Klimkówce (8 spotkań) oraz na terenie fundacji (Plenerowe Centrum Dogoterapii – pogoda pozwoliła na 4 spotkania). Zajęcia plenerowe cieszyły się dużym zainteresowaniem ze strony podopiecznych DPS, były one wyjątkowo „skutecznym lekarstwem przeciwko izolacji” poprzez możliwość wyjazdu poza teren ośrodka, poznania nowych ludzi i miejsc. W ramach projektu zorganizowaliśmy dowóz podopiecznych na miejsce spotkań plenerowych oraz posiłki, napoje i przekąski. Beneficjenci projektu oprócz ćwiczeń z pasami pomagali w przygotowaniu biwaku. Było to niezwykle ważne zadanie, które miało na celu wykształcenie prawidłowych postaw społecznych poprzez zgodne współdziałanie w grupie.

Na potrzeby realizacji planów zajęć stworzyliśmy dwie grupy 10-cio osobowe. Każda z grup raz w tygodni brała udział w 1 godzinnym spotkaniu. Dla zwiększenia efektów terapii oraz lepszego kontaktu z uczestnikami zajęcia prowadził dogoterapeuta i behawiorysta zwierzęcy. W trakcie spotkań (z odpowiednią rotacją) uczestniczyły psy terapeuci tj. Neska Srebro Północy, Acampin Antarktis, Talisha Srebro Północy oraz Dita z Husky Team.

Zajęcia oparte były na sprawdzonym przez realizujących spotkaniu schemacie uwzględniającym potrzeby rozwojowe wspólne dla całej grupy i dostosowanym do możliwości uczestników. Każde spotkanie miało swój scenariusz (autorski plan zajęć) dzielący zajęcia na kolejne stałe punkty tj. powitanie, ćwiczenia właściwe, pożegnanie. Realizacja planów zajęć miała na celu : stworzenie poczucia bezpieczeństwa, przełamywanie barier w kontaktach ze społeczeństwem, wykształcenie prawidłowych zachowań społecznych, przełamywanie lęku w kontakcie z ludźmi oraz psami, uwzględnienie różnorodnych potrzeb rozwojowych rozwijających sprawność fizyczną i psychiczną, realizację zajęć edukacyjnych z wykorzystaniem pomocy dydaktycznych.

Zajęcia podlegały ewaluacji co do rezultatów. Rezultaty miękkie mierzone były przez wszystkie zajęcia za pomocą kart obserwacji przygotowanych przez asystenta koordynatora projektu. Przeprowadzono również badanie za pomocą ankiet i wywiadów z opiekunami beneficjentów projektu. Cele projektu zostały osiągnięte na poziomie wyższym niż zakładano.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## RELACJA FOTOGRAFICZNA Z ZAJĘĆ PROWADZONYCH W RAMACH PROJEKTU





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Publikacja powstała w ramach projektu:

## **DOGOTERAPIA SKUTECZNE LEKARSTWO PRZECIWKO IZOLACJI**

**PROJEKT NR WND-POKL.07.03.00-12-016/11**

**EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY  
PROGRAM OPERACYJNY KAPITAŁ LUDZKI  
PRIORYTET VII - PROMOCJA INTEGRACJI SPOŁECZNEJ  
DZIAŁANIE 7.3 INICJATYWY LOKALNE NA RZECZ AKTYWNEJ INTEGRACJI**

**Wydawca :**

**Fundacja Dogoterapeutyczna „Husky team”**

Publikacja jest dystrybuowana bezpłatnie.