Barbara Rytel
Uniwersytet Przyrodniczo-Humanistyczny w Siedlcach

GALLOTERAPIA

Streszczenie:

Animaloterapia to jeden ze sposobów wspomagających szereg działań terapeutycznych. Wśród jej form możemy wyróżnić AAA – Animal Assisted Activities czyli zajęcia z udziałem zwierząt, AAT – Animal Assisted Therapy czyli terapia z udziałem zwierząt, AAE – Animal Assisted Education czyli edukacja z udziałem zwierząt. Wiele badań potwierdza pozytywny wpływ obecności zwierząt na kondycję psychiczną oraz fizyczną ludzi bez względu na ich wiek. W celu poprawy motoryki, koordynacji wzrokowo-ruchowej a także zmniejszenia poziomu stresu terapeuta może współpracować z różnymi gatunkami zwierząt. Galloterapia czyli zajęcia z udziałem ptaków grzebiących przede wszystkim kur. Spotkania uzupełniają rehabilitację ale również rozwijają koncentrację, wyobraźnię kształtują umiejętność okazywania emocji jak również poszerzają wiedzę o świecie przyrody. Na świecie powstało wiele programów terapeutycznych angażujących drób w pracy z osobami starszymi. Jednym z nich jest HenPower stworzony przez brytyjską organizację charytatywną Equal Arts. Badania wykazały znaczna poprawę zdrowia psychicznego u pensjonariuszy domów opieki. Natomiast u dzieci poprawę pewności siebie, przełamanie strachu. Zajęcia z udziałem kur rozbudzają zainteresowanie światem, relaksują, regenerują a tym samym wpływają na funkcje poznawcze. Dostarczają również wiele emocji. Praca ma charakter przeglądowy i studium przypadku.

Słowa kluczowe: galloterapia, animaloterapia, HenPower

Wstęp

Animaloterapia jest jednym z elementów wspomagających terapię. Przeprowadzono wiele badań pokazujących pozytywny wpływ zajęć ze zwierzęciem. Już w wieku przedszkolnym młodzi ludzie mają kontakt ze zwierzętami. Przeprowadzono badania, które miały na celu ocenę skuteczności terapii z udziałem zwierząt w łagodzeniu lęków (Tahan i in., 2022). Zestawienie wyników początkowych, bez obecności zwierząt z wynikami badania po zajęciach ze zwierzętami, wykazały że animaloterapia ma istotny wpływ na ogólnie odczuwalny poziom lęku u dzieci w wieku przedszkolnym. Porównano także wpływ animaloterapii na fobię społeczną. Na tę jednostkę chorobową cierpi już ok. 7% mieszkańców Stanów Zjednoczonych (Kozłowska, 2016). Dzieci z fobią społeczną postrzegają świat o wiele bardziej negatywnie niż ich zdrowi rówieśnicy (Dabkowska, 2004). Mają także problemy z reagowaniem na niebezpieczeństwo, z powodu obniżenia poczucia własnych możliwości. Ponadto ta jednostka chorobowa przejawia się również zaburzeniami na tle poznawczym u młodych ludzi. Aż w 60% przypadków występowania fobii społecznej, dziecko choruje na drugie, współistniejące zaburzenie. Po przeprowadzeniu badań wykazano, że kontakt ze zwierzęciem wpływa pozytywnie na złagodzenie efektów tej choroby. Przebadano także wpływ animaloterapii na lęk separacyjny. Istotą tego lęku jest strach przed rozłąką z bliską osobą (Dąbkowska, 2007). Może on być także wstępem do innych zaburzeń, które objawiać się będą w okresie dorosłości. Osoby, które cierpiały na lęk separacyjny, w przyszłości mogą osiągać niższe poziomy wykształcenia oraz mogą nie być zaadaptowani odpowiednio do środowiska. Podobnie, jak w przypadku fobii społecznej, lęk separacyjny zmniejszył się, po przeprowadzeniu terapii z udziałem zwierząt. Przeprowadzono także badania na grupie weteranów ze stwierdzoną psychozą (Pollock, 2017). Badanie było prowadzone na grupie ośmiu osób. Na zakończenie zajęć z udziałem zwierząt, badani zadeklarowali poprawę w odczuwaniu pewności siebie oraz w interakcjach międzyludzkich. Ponadto badani zadeklarowali rozpoczęcie nowych działań, dzięki motywacji zdobytej podczas terapii. Przebadano także wpływ terapii z udziałem zwierząt na jakość życia osób starszych (Dincer, 2022). Próbę przeprowadzono na łącznie 375 osobach, z czego w grupie kontrolnej znajdywało się 198 osób. Średni czas, podczas którego osoby starsze miały przeprowadzane zajęcia to było 38 min ± 12 min. Po zestawieniu wyników, zwierzęta rzeczywiście mają pozytywny

wpływ na poprawę jakości życia osób starszych. Podczas analizy artykułów naukowych, udało się stwierdzić, że terapia z udziałem zwierząt pomaga w: wzmacnianiu poczucia normalności, poprawie aktywacji behawioralnej, wzmocnieniu poczucia własnej wartości, kontakcie fizycznym, przynależności i towarzystwie, uspokojeniu oraz odwróceniu uwagi (Shen i in., 2017).

Animaloterapia, czyli AAI (*animal assisted intervention*) dzieli się na AAA, AAE oraz AAT. Zajęcia w AAI są realizowane w zespołach multidyscyplinarnych (Liguori i in., 2023). Celami animaloterapii są: edukacja ludzi na temat potrzeb psów; terapia, dzięki której postępy w innych sferach życia są bardziej zauważalne; rekreacja, dzięki której spędza się produktywny czas w towarzystwie pupila. AAA (*animal assisted activities*) to niemedyczna interwencja (Carnette, 2020). Zajęcia z tej grupy animaloterapii maja na celu poprawę motywacji u pacjenta oraz mobilizację do nauki. Dodatkowo może pozytywnie wpłynąć na produktywne spędzanie wolnego czasu, dzięki czemu jakość życia pacjenta poprawi się. AAA nie ma określonego miejsca, w którym zajęcia miałyby się odbywać. Zajęcia mogą być prowadzone przez przeszklonych terapeutów oraz wolontariuszy, którzy posiadają odpowiednio przeszkolone zwierzę (Fine, 2015). AAE (*animal assisted education*) to inaczej zajecia edukacyjne z udziałem zwierzęcia. Jej celami są: popularyzowanie dzieciom interakcji ze zwierzęciem oraz nauka rozpoznawania emocji. Ten rodzaj pomocy kierowany jest najczęściej dla dzieci, które cierpią na zaburzenia emocjonalne oraz behawioralne (Dicé i in., 2017). Ostatnią grupą AAI jest AAT (*animal assisted therapy*), czyli terapia z udziałem zwierząt. Jest ona wykorzystywana jako część ogólnej terapii, która jest związana z każdym jej elementem. Terapii z udziałem zwierzęcia może być prowadzona tylko przez prawocnika, który został odpowiednio przeszkolony do pracy z odpowiednimi przypadkami pacjentów. Celem AAT jest poprawa wielu sfer życia pacjenta, w tym: fizyczność, emocjonalność oraz funkcje poznawcze. Nie ma określonego miejsca oraz liczby pacjentów do prowadzenia zajęć, mogą być one prowadzone indywidualnie oraz grupowo (Wiemer i in., 2021).

Każdy z elementów AAI może być przeprowadzany z różnymi gatunkami zwierząt. Dzięki zwierzęciu możliwa jest poprawa motoryki pacjenta (Burr i in., 2023). Udowodniono także, że zajęcia ze zwierzęciem mają pozytywny wpływ dla dużej puli pacjentów. Ten rodzaj terapii kieruje się włączaniem zwierzęcia do leczenia, które jest odgórnie zaplanowane i ukierunkowane na odpowiedni cel. Dodatkowo obecność zwierzęcia wpływa

pozytywnie na obniżenie stresu u pacjenta (Andreson, Brown, 2021). Przeprowadzono badanie na grupie studentów kierunku pielęgniarstwo, które miało wykazać wpływ dogoterapii na poziom lęku przed egzaminem. Studentów podzielono na dwie grupy, kontrolną oraz interwencyjną. Grupa interwencyjna miała kontakt z psem przed egzaminem, za to kontrolna nie. Wyniki badań wykazały, że grupa interwencyjna odnotowała zmniejszone uczucie lęku, w porównaniu z grupą, która nie miała kontaktu ze zwierzęciem. Dzięki temu, że zwierzęta są ruchliwe oraz mają cechy szczególne wyglądu, u pacjenta ćwiczy się koordynację wzrokowo-ruchową. Prowadzący proponuje zajęcia, podczas których wykorzystuje się zmysł dotyku oraz wzroku (Dzik, Rekiel, 2022). Dzięki takim ćwiczeniom poprawia się stan psychiczny pacjenta. Jednym z gatunków, z którymi można prowadzić terapię jest kura. Zajęcia z udziałem tego zwierzęcia nazywają się galloterapią. Istnieją rasy predysponowane do tych aktywności, są nimi kura jedwabista oraz kochin. Kura jedwabista, potocznie nazywana silką, pochodzi z Chin, w których jest rozpowszechniana już od kilku tysięcy lat. Swoją nazwę oraz wyjątkowość w terapii zawdzięcza nietypowemu upierzeniu. Na promieniach, które znajdują się na chorągiewce nie mają haczyków. Dzięki tej cesze pióra są delikatne oraz w dotyku przypominają satynę. Nietypowe upierze daje również złudzenie posiadania futra, które występuje często u ssaków. Rasa należy do mniejszych. Osobniki ważą od 1 kg do 1,6 kg. Dzięki małej wadze są idealną rasą na rozpoczęcie galloterapii, ponieważ pacjent nie będzie odczuwał aż tak dużego niepokoju. Dodatkowym atutem jest łatwość w transporcie, ponieważ mały ptak nie potrzebuje dużej przestrzeni. Kolejnym aspektem wartym omówienia, który czyni tą rasę predysponowaną jest ich usposobienie. Wszystkie osobniki tej rasy są łagodne oraz ufne. Dzięki zestawieniu tych dwóch cech, trening ptaków jest bardzo szybki oraz przyjemny. Kury rasy kochin należą do ras olbrzymich. Ta rasa również pochodzi z Chin. Do Europy została sprowadzona w XIX wieku. Dorosły osobnik rasy kochin może osiągnąć 1 metr wysokości oraz ważyć od 3,5 kg do 5,5 kg. Wygląd rasy także jest ciekawy. Są to potężne ptaki, wysokie, ciężkie oraz ciekawie upierzone. Oprócz bujnego ogona mają także opierzone nogi. Początkowo zwierzę budzi respekt wśród pacjentów, lecz po bliższej obserwacji każda osoba przekonuje się o łagodnej naturze tej rasy. Kochin jest jedną z najłagodniejszych ras kur. Poznanie ich ułatwia także fakt, iż są bardzo powolne oraz łagodne. Dzięki ruchom wykonywanym powoli, można zaobserwować każde przemieszczenie się zwierzęcia oraz wnikliwą obserwację.

Przykład przeprowadzonej pracy terapeutycznej z udziałem kury

W zajęciach uczestniczyło jedno dziecko, którego rodzice są w trakcie rozwodu. Dziecko ma problem z okazywaniem oraz informowaniem o emocjach. Nie posiada orzeczenia od lekarzy specjalistów. Jego wiek to 5 lat. Głównymi celami są: nauka rozpoznawania emocji oraz wsparcie prawidłowego rozwoju. Zajęcia są już trzecimi z kolei.

Materiały niezbędne do przeprowadzenia zajęć: pióra, ok 40 sztuk; rysunek kury; doniczka z babką lancetowatą; przybory do rysowania; pokarm bytowy ptaka.

Plan pracy

Terapeuta wita się z dzieckiem. W małym oddaleniu, w zagrodzie znajduje się kura rasy kochin. Kolejne spotkanie rozpoczyna się rozmową na temat przeżyć dziecka, przygód kury oraz o planie na dzisiejszą sesję. Terapeuta wygłasza krótką historię na temat żywienia kur.

Po krótkiej rozmowie rozpoczyna się praca dziecka. Dziecko ma za zadanie narysować na kartce z rysunkiem ptaka miskę z jedzeniem, które je, bądź jego ulubionym przysmakiem. Po wykonaniu zadania, kolejną czynnością było wyklejenie rysunku, aby ptak na kartce przypominał obecną kurę. Ostatnim elementem do narysowania był kurnik oraz trawa, w których zwierzę spędza czas.

Po wykonaniu pracy nastąpiło karmienie ptaka. Zanim do niego doszło, dziecko musiało powtórzyć z terapeutą informacje zebrane na temat żywienia kur. Następnie wybierało czym będzie karmić ptaka. Podczas wyboru musiało wyjaśnić, dlaczego wybrało ten rodzaj pożywienia. Podczas karmienia dziecko opisało uczucia, które mu towarzyszyły przy tej czynności.

Na zakończenie zajęć dziecko miało możliwość pogłaskania kury po różnych częściach ciała. Dodatkowo mogło dotknąć ptaka po grzebieniu, nogach bądź po koralach. Ostatnim zadaniem dla dziecka było powiedzenie swojej opinii na temat zajęć oraz czego się na nich nauczyło.

Spostrzeżenia i wnioski wynikające z zajęć dziecka w kontakcie z kurą:

- dziecko chętnie wykonywało zadania;
- w porównaniu do dwóch poprzednich zajęć, pacjent chętniej oraz łatwiej wyrażał zdanie na temat swoich uczuć;
- częściej występowały prawidłowe chwyty kredek, w porównaniu do zajęć poprzednich.

Zajęcia z ptakiem pozytywnie wpływają na rehabilitację pacjenta, np. motorykę małą (Rytel, 2022). Dzięki zajęciom, podczas których pacjent musi chwytać delikatne pióra, a następnie je naklejać, poprawia swój chwyt, sprawność dłoni oraz skupienie. Dla wielu pacjentów spotkanie galloterapeutyczne jest ich pierwszym spotkaniem z kurą. Podczas takich spotkań dochodzi do ukazania wielu emocji ze strony pacjenta oraz zwierzęcia. To pomaga w rozwijaniu umiejętności okazywania oraz odczytywania emocji. Istotnym następstwem zajęć z kurą jest również poszerzenie wiedzy na temat fauny i flory. Podczas zajęć można porozmawiać z pacjentem na temat żywienia tego ptaka, jakie rośliny mu smakują oraz jak można urozmaicać mu dietę. Dzięki temu wiedza pacjenta poszerza się o nowe, ciekawe informacje, które będzie mógł w przyszłości wykorzystać.

Przed rozpoczęciem pracy w galloterapii, kura musi przejść szkolenie przygotowujące ją do pracy. Po wyselekcjonowaniu najlepiej rokującego osobnika trening najlepiej zacząć od oswojenia osobnika. Ćwiczenie polega na spędzaniu jak najdłuższego czasu z ptakiem, dzięki temu przyzwyczaja się on do obecności innego gatunku w jego życiu. Podczas oswajania kurczęcia warto włączyć dotyk. Dzięki częstemu braniu na ręce, dotykaniu po różnych częściach ciała, odwrażliwia się ptaka na niekomfortowe zachowania, które mogą w przyszłości się pojawić. Po zdobyciu zaufania przez kurczę, warto nauczyć je targetu, czyli podążania za wyznaczonym obiektem. Nauka tej czynności ułatwi przyszłą pracę w placówkach. Ptak nie będzie musiał być łapany oraz podnoszony, aby zmienić jego położenie, lecz będzie można go przeprowadzić za targetem bez zbędnego stresu. Dla urozmaicenia zajęć można wprowadzić komendy podawania łapy, kładzenia się, czy dawania głosu. Nie są one jednak wymagane oraz niezbędne do prowadzenia terapii. Dzięki treningowi trener lepiej poznaje zwierzę, jego język oraz emocje. Pomaga to w unikaniu sytuacji stresowych dla ptaka oraz pomaga w odizolowywaniu zwierzęcia od stresora i zrzuceniu nagromadzonych emocji. Zajęcia prowadzone ze zwierzęciem odpowiednio przygotowanym, zwiększają szansę na komfort pracy pacjenta oraz prowadzących.

Jedną z organizacji, która zajmuje się galloterapią jest organizacja Equal Arts (Cook i in., 2013). Na co dzień zrzesza ona osoby starsze i organizuje im spędzanie czasu wolnego. W 2011 roku Equal Arts rozpoczęło swoją działalność z kurami, którą nazwało HenPower. Tego roku zakupiono używany kurnik oraz sześć kur, za łącznie 300 funtów. Zakup okazał się być sukcesem terapeutycznym, który zaangażował do pracy wielu podopiecznych

organizacji. Po czasie intensywnego użytkowania nastąpił moment wymiany kurnika na nowszy model. Za zakup nowego pomieszczenia dla drobiu zapłacili opiekunowie podopiecznych. Aby rozwijać dalej nowy projekt, Equal Arts otrzymało 160 000 funtów z Big Lottery Found. W tym momencie organizacja przeznacza milin funtów na rozszerzenie programu na inne obszary. Twórcy zachęcają do przyłączania się do projektów nawet spoza Wielkiej Brytanii. Twórcy zapewniają sześciomiesięczne wsparcie finansowe, aby przez ten czas zdobyć nowych członków do projektu. Podopieczni organizacji są angażowani w różne formy terapii. Rozpoczynając od AAT, podczas której wzmacnia się motorykę małą oraz angażuje się umysł, kończąc na AAA, które polegają na chowie drobiu. Podopieczni selekcjonują jajka do lęgów, przeprowadzają lęgi, odchowują oraz hodują drób. Dodatkowo na północnym wschodzie Wielkiej Brytanii seniorzy biorą udział w wyjściach terenowych do placówek oświatowych bądź na wydarzenia publiczne. Podczas takich spotkań przybliżają specyfikę placówki, w której się znajdują oraz edukują inne osoby na temat chowu drobiu. Podczas trwania projektu (2012-2013 r.) przeprowadzono badanie, mające na celu sprawdzenie wpływu czas spędzanego z drobiem na podopiecznych organizacji. Wyniki prezentowały się następująco: poprawa zdrowia i samopoczucia osób starszych, zmniejsza depresję, samotność i zapotrzebowanie na leki przeciwpsychotyczne w domach opieki z dostępem do galloterapii. U dzieci za to zauważono: chęć przełamywania strachu oraz wzrost pewności siebie (Rytel, 2022).

Galloterapia jest dopiero rozwijającą się gałęzią animaloterapii, która zdobywa coraz większe zainteresowanie. Dzięki nowatorskim zwierzętom w terapii pacjenci rozbudzają w sobie zainteresowanie światem przyrody. Spędzanie czasu w towarzystwie drobiu grzebiącego dodatkowo uspokaja oraz pomaga w regeneracji. Pierwszy kontakt z kurą oraz pierwszy dotyk przynosi wiele emocji, które każdy ma za zadanie opisać. Czas spędzany z kurami ma więc wiele pożytecznych stron, z których niewątpliwie warto skorzystać.

Literatura:

1. Anderson, D., Brown, S. (2021). The effect of animal-assisted therapy on nursing student anxiety: A randomized control study. *Nurse education in practise,* 52. https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103042.
2. Burr, M., Buntich, J., Gonzalez, M., Miranda, S., Vu, T. (2023). Robotic animal-assisted therapy as a complementary therapy in clinical practice: Exploring animal-assisted intervention professional perspectives. *Complementary Therapies in Clinical Practice,* 52. https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2023.101767.
3. Ciechanowicz, I., Lubkowska, A. (2018). Efekty hipoterapii. Przegląd aktualnych doniesień. *Pomeranian Journal of Life Sciences*, *64*(3), 143-146.
4. Cook, G., Cook, M., Thynne, E., Chandler, C. (2013). An evaluation of 'HEN-POWER:'Improving *Wellbeing & Social Capital in Care Settings*, Equal Arts.
5. Dabkowska, M. (2004). Fobia społeczna u dzieci i młodzieży. *Psychiatria Polska*, *38*(4), 589-602.
6. Dąbkowska, M. (2007). Lęk przed separacją w dzieciństwie. *Pediatria Polska*, *82*(4), 329-332.
7. Dicé, F., Santaniello, A., Gerardi, F., Menna, L.F., Freda, M.F. (2017). Meeting the emotion! Application of the Federico II Model for pet therapy to an experience of Animal Assisted Education (AAE) in a primary school Rencontrer l'émotion! Application du modèle frédéricain pour le zoothérapie à une expérience de l'éducation assistée par animal (EAA) dans une école primaire. *Pratiques Psychologiques*, *23*(4), 455-463.
8. Dincer, B; Bahçecik, N, Sollami, A (2021). Effect of animal assistant therapy on quality of life in older adults: A meta-analysis. *Geriatric nursing*, *43,* 38-44.
9. Fine, A.H. (2015). Incorporating Animal-Assisted Therapy into Psychotherapy: Guidelines and Suggestions for Therapists, Handbook on animal-assisted therapy (4th ed.), chapter 11, (pp. 141-155).
10. Kozłowska, M. (2016). Fobia społeczna- sposoby terapii z zastosowaniem internetu. *Ogrody Nauk i Sztuk*, 6, 175-185.
11. Liguori, G., Costagliola, A., Lombardi, R., Paciello, O., Giordano, A. (2023). Human-Animal Interaction in Animal-Assisted Interventions (AAI)s: Zoonosis Risks, Benefits, and Future Directions–A One Health Approach. *Animals, 13*(10), 1592.
12. Pollock, M., Williams, R., Gomez, S. (2017). Animals as Icebreakers: A Pilot Animal-Assisted Therapy Group for Veterans with Serious Mental Illness. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation, 21*(1), 123-131.
13. Rytel, B. (2022). Terapia z udziałem kur. *Wiadomości Zootechniczne*, *LX*(3-4), 101-105.

14. Sandra, L., Gail, C., Christensen, E., Castrodale, L., Aureden, K., Bialachowski, A., Gumley, N., Robinson, J., Peregrine, A., Benoit, M., Card, M.L., Horne, L.V., Weese, J.S. (2008). Guidelines for animal-assisted interventions in health care facilities. *Amreican Journal of Infection Control*, *36*(2), 78-85.
15. Shen, R.Z.Z., Xiong, P., Chou, U.I., Hall, B.J. (2018). We need them as much as they need us: A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanisms of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI). *In Complementary Therapies in Medicine*, *41,* 203-207.
16. Smith, C., Bixler, D., Ancy, G., Fusco, N., DeLuca, A. (2020). A pilot study of animal assisted activity among hospitalized older adults. *Geriatric Nursing, 41*(6), 905-908.
17. Tahan, M., Saleem, T., Sadeghifar, A., Ahangri, E. (2022). Assessing the effectiveness of animal-assisted therapy on alleviation of anxiety in pre-school children: A randomized controlled trial. *Contemporary Clinical Trials Communications*, *28,* 100947.
18. Wiemer, H., Richman, S. (2021). *Animal-Assisted Therapy: Occupational Therapy.* CINAHL Rehabilitation Guide, T709228.