lic. Katarzyna Niksa[1], dr n. rol. inż. Katarzyna Ząbek[2],
lic. Mateusz Gołaś[3]
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

BOWITERAPIA W ŚWIADOMOŚCI BADANYCH – ANALIZA PILOTAŻOWA

BOVINE-ASSISTED THERAPY IN THE AWARENESS OF THE RESEARCH PARTICIPANTS – A PILOT ANALYSIS

Streszczenie

Kozy, owce i krowy, ze względu na swoje łagodne usposobienie i stosunkowo spokojny temperament – choć zróżnicowany w obrębie poszczególnych gatunków – mogą pełnić rolę doskonałych „terapeutów". Zróżnicowanie pomiędzy poszczególnymi gatunkami pozwala na dostosowanie formy terapii do indywidualnych potrzeb uczestników, m.in. pod względem zachowania zwierząt, ich wielkości czy sposobu prowadzonej terapii. Celem pracy było zbadanie poziomu wiedzy społeczeństwa na temat bowiterapii oraz potencjalnych korzyści, jakie może ona przynosić. W badaniach wykorzystano autorski kwestionariusz ankiety, który wypełniło 123 osoby. Odpowiedzi badanych stanowiły podstawę do sformułowania następującego wniosku. Jedynie niewielka część respondentów była świadoma istnienia bowiterapii oraz potencjalnych korzyści wynikających z jej stosowania.

Słowa kluczowe: zooterapia, bowiterapia, kozy, owce, krowy

[1] e-mail: ksniksa@gmail.com
[2] https://orcid.org/0000-0002-9507-6029, e-mail: katarzyna.zabek@uwm.edu.pl
[3] e-mail: mateusz14012001@gmail.com

Niksa, K., Ząbek, K., Gołaś, M. (2025). *Bowiterapia w świadomości badanych – analiza pilotażowa*. W: E. Rutkowska, D. Wysokińska (red.), *Dyscypliny komplementarne fizjoterapii – edycja druga* (s. 315-330). Biała Podlaska: Akademia Bialska im. Jana Pawła II. https://doi.org/10.29316/9788368103250_19

Abstarct

Goats, sheep, and cows, due to their gentle disposition and relatively calm temperament – although varied within individual species – can serve as excellent "therapists". The differences between individual species allow the form of therapy to be tailored to the individual needs of participants, including in terms of animal behavior, size, and the method of therapy. The aim of the study was to examine the level of public knowledge about bovine-assisted therapy and its potential benefits. The study used an original questionnaire, which was completed by 123 people. The respondents' answers formed the basis for the following conclusion. Only a small proportion of respondents were aware of the existence of bovine-assisted therapy and the potential benefits of its use.

Keywords: zootherapy, bovine-assisted therapy, goats, sheep, cows

Wstęp

Współcześnie społeczeństwo jest bardziej otwarte (niż kilkanaście lat temu) na stosowanie alternatywnych metod terapii, które wspierają zdrowie psychiczne i fizyczne człowieka w sposób holistyczny. Coraz częściej jest też zauważany, przez specjalistów, pozytywny wpływ kontaktu ze zwierzętami na zdrowie człowieka. W związku z tym z roku na rok, różnego rodzaju animaloterapie stają się popularniejsze. Jedną z nich jest bowiterapia, która jest stosunkowo nowa i wciąż mało znana w społeczeństwie, zwłaszcza w porównaniu do dogoterapii (z udziałem psów), hipoterapii (z udziałem koni), felinoterapii (z udziałem kotów) czy nawet alpakoterapii (z udziałem alpak). Bowiterapia opiera się na interakcji człowieka, z rogatymi zwierzętami gospodarskimi, takim jak krowy, owce i kozy. Ma ona na celu redukcję stresu, poprawę samopoczucia, a także wspieranie terapii osób z różnymi schorzeniami i zaburzeniami. Z racji, że zwierzęta te posiadają łagodne usposobienie i łatwo nawiązują kontakt z ludźmi mogą stanowić cenne wsparcie terapii. Według Kępczyńskiej (2024) bowiterapia obejmuje terapię z udziałem wyłącznie bydła oraz kóz. Szlajter (2023) zdefiniował ją szerzej – jako terapię z wykorzystaniem

rogatych zwierząt domowych (kóz, owiec, bydła) oraz innych przedstawicieli rodziny wołowatych.

Bowiterapia z udziałem kóz, czasem nazywana także kozoterapią, opiera się na nawiązaniu pozytywnego kontaktu ze zwierzęciem oraz na spędzaniu z nim czasu. Zazwyczaj polega on na wchodzeniu w interakcję z kozą poprzez głaskanie, czesanie, karmienie. Kozy jako zwierzęta inteligentne i wrażliwe, doskonale sprawdzają się w roli zwierzęcych terapeutów, dostarczając osobom potrzebującym poczucia komfortu i zrozumienia (Nitta i in., 2020). Głównym zadaniem kozy jest poprawa funkcjonowania społecznego, emocjonalnego i poznawczego u osób uczęszczających na terapię. Kontakt ze zwierzęciem sprawia, że osoby dotknięte problemami psychicznymi, fizycznymi lub emocjonalnymi odczuwają miłość, radość, a także spokój. Obecność zwierzęcia może być pomocna w przełamaniu bariery współpracy z terapeutą. Terapia z udziałem kóz może być idealną alternatywną dla dzieci bojących się większych zwierząt, ze względu na niewielkie rozmiary niektórych ras kóz.

Terapia ta jest też bardzo popularna w pracy z osobami starszymi, w domach opieki. Można ją także spotkać w szpitalach, ośrodkach rehabilitacyjnych, szkołach i hospicjach, gdzie jej głównym celem jest poprawa samopoczucia osób tam przebywających. Polecana jest też dla osób mających problemy z nadmiernym stresem czy depresją, bo zwierzę pozwala się uspokoić, rozluźnić i poczuć akceptowanym.

Głaskanie kozy sprzyja uwalnianiu się serotoniny, prolaktyny i oksytocyny, czyli hormonów odgrywających rolę w podnoszeniu nastroju (Harada i in., 2019). Może też pomóc w przypominaniu wspomnień i uporządkowaniu wydarzeń u pacjentów z urazami głowy lub chorobą Alzheimera. Kontakt z kozą może także przyczynić się do poprawy krążenia, wydłużenia życia, zmniejszenia bólu i pozwala się zrelaksować. Terapia z udziałem kozy może przynieść szereg korzyści dzieciom ze spektrum autyzmu, począwszy od obniżenia ciśnienia krwi, a skończywszy na wzmacnianiu więzi społecznych.

Ważną sprawą jest wybranie odpowiednich osobników na kozich „terapeutów". Jedną z ras cenionych za spokojne usposobienie

i przywiązanie do właściciela są kozy anglonubijskie. Są one zwierzętami przyjaznymi, które często same wykazują zainteresowanie i chęć interakcji z człowiekiem, co ma istotne znaczenie w bowiterapii. Uważa się jednak, że nie ma większego znaczenia jakiej rasy będzie koza, ponieważ istotniejszy jest jej temperament oraz poziom socjalizacji i przystosowania do pracy z człowiekiem. Ważne jest, aby koza od pierwszych dni życia była przyzwyczajona do kontaktu z człowiekiem. Według Szlajter (2023) zwierzęta, które zostały poddane prawidłowemu procesowi socjalizacji są dla człowieka źródłem bezgranicznej, bezkrytycznej i bezwarunkowej akceptacji i miłości.

Terapia z udziałem krów (bydła) polega głównie na przytulaniu i głaskaniu krowy co przynosi wiele korzyści dla człowieka. Podczas przytulania zarówno ludzi, jak i zwierząt, w organizmie wytwarzany jest hormon oksytocyna. Hormon ten odpowiada za tworzenie się więzi, odczuwanie szczęścia, miłości, a także zmniejszenie poziomu stresu. Przez to, że krowy mają wyższą temperaturę ciała niż ludzie, przytulanie jest niesamowicie relaksującym i przynoszącym ulgę doświadczeniem. Przytulanie może też zmniejszać poziom strachu i lęku, a zwiększać poczucie własnej wartości. Częścią spotkania terapeutycznego jest także opieranie się o zwierzę, a także lizanie przez krowę. Przytulanie może być przyjemne zarówno dla pacjenta, jak i dla krowy, która w tym czasie może wejść w stan głębokiego relaksu, przejawiający się m.in. wyciąganiem ciała i opuszczaniem uszu ku tyłowi. Sama obserwacja bydła, ich spokojnego zachowania może wpływać relaksacyjnie na człowieka, a obcowanie z nimi może w sposób naturalny pomóc w redukcji stresu i napięcia. Budowanie pozytywnych doświadczeń i relacji z tymi zwierzętami może pomóc w poprawie samopoczucia. Przez to, że do interakcji z bydłem potrzeba zarówno komunikacji werbalnej, jaki i niewerbalnej, dla niektórych może to stanowić ćwiczenie w rozwijaniu umiejętności społecznych.

Istotne jest przygotowanie krów do pracy zooterapeutycznej, w celu uzyskania osobników spokojnych, lubiących kontakt fizyczny z człowiekiem, bo właśnie na kontakcie fizycznym ta terapia się

opiera. Równie ważna jest pielęgnacja skóry i sierści, która nie tylko zapewnia higienę, ale także wspiera budowanie więzi z człowiekiem. Dlatego zwierzęta powinno się stopniowo przyzwyczajać do dotyku, głaskania oraz zabiegów pielęgnacyjnych. Istotna jest także selekcja osobników. Częściej wybierane do bowiterapii są krowy, a nie byki, ponieważ przez wysoki poziom testosteronu mogą być one niebezpieczne. Powinno wybierać się krowy o łagodnym usposobieniu, nie wykazujące oznak frustracji bądź agresji (Szlajter, 2023). Jedną z ras bydła, która najczęściej wykorzystywana jest w celach terapeutycznych jest bydło szkockie rasy highland. Zwierzęta te są odporne na trudne warunki atmosferyczne, mogą też być wypasane na ubogich pastwiskach cały rok. Cechy charakterystyczne tej rasy sprawiają, że mogą być one doskonałymi terapeutami. Są spokojne, cierpliwe, wysoce inteligentne, o zrównoważonym temperamencie i wyjątkowo łagodne. Wygląd tych krów również przemawia na ich korzyść, ponieważ posiadają długą okrywającą całe ciało pokrywę włosową, puszysty ogon, a na głowie charakterystyczną grzywę zasłaniającą oczy i rogi o dużej rozpiętości. Sierść, która zazwyczaj jest koloru rudego lub czarnego jest przyjemna w dotyku, co tylko zachęca do głaskania oraz przytulania. Bydło tej rasy potrafi przyswoić proste komendy np. przywołanie, a także reaguje na swoje imiona (Szlajter, 2023; Kępczyńska, 2024). Według Dzik i Rekiel (2022) szkockie bydło potrafi okazywać emocje, tj. złość, radość, chęć do zabawy lub czochrania. Z racji, że są bardzo ciekawskimi zwierzętami okazują duże zainteresowanie lub też zaniepokojenie, gdy dzieje się coś nowego w ich otoczeniu. Potrafią odróżnić nowe osoby od domowników.

W terapii z udziałem owiec, w odróżnieniu od tej z kozami i krowami, głównie chodzi o samą obecność i obserwacje owiec w ich naturalnym środowisku, pasących się na pastwisku. Połączenie zielonej łąki i beczących zwierząt przynosi spokój i redukuje stres. Również może mieć taką samą formę jak terapie opisane wyżej. Z racji na swój łagodny wygląd, miękką i przyjemną w dotyku wełnę, owce nie wzbudzają strachu dzięki czemu stanowią idealne towarzystwo. Na ich korzyść wpływa też to, że owce nie wydają gwałtownych

dźwięków, nie gryzą, nie kopią i nie wykazują agresywnych zachowań. Tak jak w przypadku powyżej opisanych gatunków zwierząt, tak i w tym wypadku ważna jest selekcja odpowiedniego osobnika. Owca powinna mieć zrównoważony temperament, niski poziom strachliwości oraz stabilny charakter. Częstszym wyborem są też maciorki (samice owcy), gdyż w porównaniu do tryków (samców), które często posiadają rogi, mogą stanowić zagrożenie, a także szczególnie w okresie stanówki, mogą wykazywać zachowania agresywne.

Istotne jest pogłębianie wiedzy na temat bowiterapii w celu zwiększenia świadomości w tej dziedzinie. Ważne jest również zrozumienie, jakie korzyści człowiek może czerpać nawet z krótkiej interakcji ze zwierzętami. Warto mieć świadomość, że zooterapie obejmują więcej niż terapie z udziałem psów, kotów czy koni, dlatego wskazane jest eksperymentowanie z różnymi formami terapii w celu znalezienia tej najbardziej odpowiedniej.

Celem niniejszej pracy było dokonanie analizy poziomu wiedzy uczestników badania w zakresie bowiterapii oraz określenie, jakie korzyści terapeutyczne mogą wynikać z zastosowania tej formy zooterapii.

Materiał i metody

Badanie świadomości społeczeństwa w zakresie bowiterapii zostało przeprowadzone z zastosowaniem metod sondażu diagnostycznego, przy użyciu kwestionariusza ankietowego. Narzędzie to umożliwiło zebranie danych pozwalających na ocenę wiedzy respondentów oraz identyfikację ich postrzegania potencjalnych korzyści wynikających ze stosowania tej formy pracy terapeutycznej. Został on wykonany na platformie Microsoft Forms i udostępniony za pośrednictwem mediów społecznościowych, jak i wysyłany do osób prywatnych. Dostępny był do wypełnienia przez okres 6 miesięcy. Arkusz ankiety składał się z pytań zamkniętych, jak i otwartych. Pytania zamknięte miały na celu ocenę poziomu wiedzy respondentów na temat zooterapii oraz bowiterapii, natomiast pytanie otwarte pozwalało ustalić, która forma zooterapii jest najbardziej rozpoznawalna

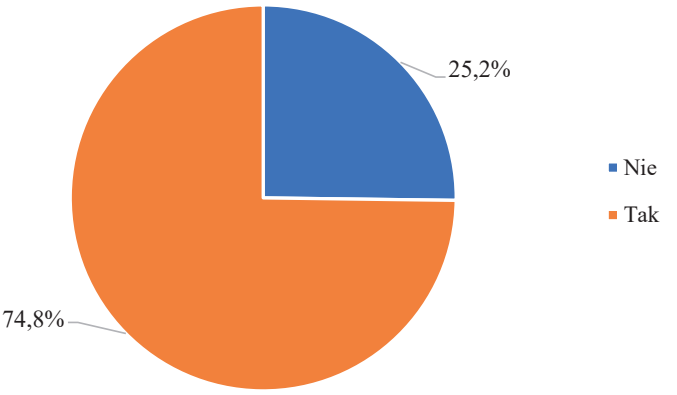
wśród badanych osób. Istotnym elementem badania była charakterystyka uczestników ankiety. Analizie poddano takie cechy, jak wiek, płeć, wykształcenie oraz miejsce zamieszkania. Dane te pozwoliły na lepsze zrozumienie kontekstu odpowiedzi oraz umożliwiły interpretację wyników w odniesieniu do cech badanej grupy. Do analizy włączono 123 respondentów, którzy wypełnili ankietę. Dane uzyskane z kwestionariusza ankietowego poddano analizie przy użyciu programów Microsoft Excel oraz Statistica 13.3. Wyniki analizy przedstawiono w formie wykresów, co umożliwiło wizualizację rozkładu odpowiedzi i interpretację zgromadzonych informacji W celu zbadania normalności rozkładu użyto testu Kołmogorowa – Smirnowa (K-S) z poprawką Lilleforsa. Na podstawie uzyskanych wyników, wykazano, że rozkład badanej cechy w populacji jest różny od rozkładu normalnego. Dlatego do dalszego porównania uzyskanych danych zastosowano statystyki nieparametryczne

Wyniki

Ważnym elementem badania była charakterystyka uczestników ankiety. Liczba osób biorących udział w badaniu wyniosła 123. Respondentami były osoby zróżnicowane pod względem płci, wieku, miejsca zamieszkania oraz wykształcenia. Zdecydowaną większość osób, które wzięły udział w badaniu, stanowiły kobiety (82,9%), mężczyzn było zdecydowanie mniej (17,1%). Kolejną analizowaną cechą był wiek uczestników badania. Zdecydowaną przewagę stanowiły osoby w wieku od 18 do 30 lat (73,2%), co stanowiło większość wszystkich odpowiedzi. Osoby w przedziale 31-40 lat (10,6%), a osoby w przedziale 41-50 lat stanowiły 7,3% badanych. Respondenci powyżej 51 roku życia stanowili 6,5%, natomiast najmniejszy odsetek przypadał na osoby poniżej 18 roku życia (2,4%). Kolejnym analizowanym aspektem było miejsce zamieszkania. Osoby żyjące na wsi miały podobny udział co te zamieszkałe w dużych miastach (powyżej 500 tys. mieszkańców) i wynosił on odpowiednio 30,3% oraz 27,0%. Osoby zamieszkałe w miastach do 50 tys. mieszkańców (15,6%) oraz w miastach od 50 do 150 tys. mieszkańców (14,8%). Najmniejszą

grupę stanowili mieszkańcy miast liczących od 150 do 500 tys. mieszkańców (12,3%). Ostatnim aspektem charakteryzującym respondentów było wykształcenie. Najwięcej badanych miało wykształcenie średnie (53,3%), a 44,3% osób zadeklarowało wykształcenie wyższe. Najmniejszy odsetek przypadał na wykształcenie zasadnicze (1,6%) oraz podstawowe (0,8%).

Kolejne pytanie miało na celu ocenę świadomości respondentów w zakresie istnienia zooterapii. Z analizy odpowiedzi wynika, że 74,8%, osób deklarowało, że wcześniej słyszało o zooterapii, natomiast 25,2% respondentów nie miało wcześniejszej wiedzy na ten temat, co wskazuje na stosunkowo wysoką, lecz niepełną znajomość tej formy terapii w badanej grupie (rysunek 1).

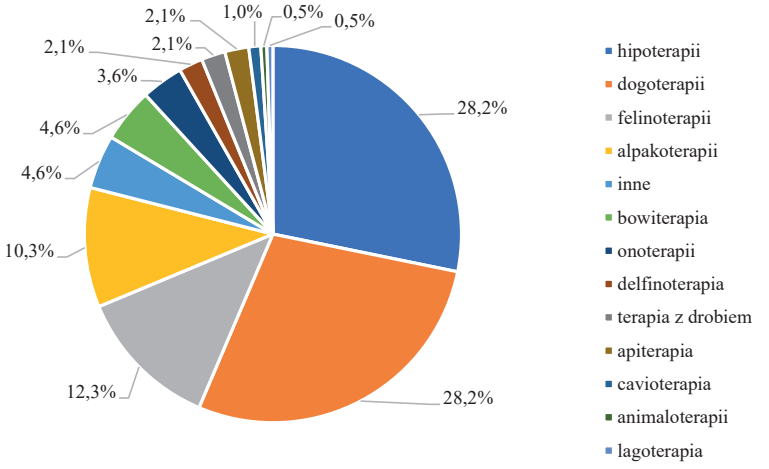


Rysunek 1. Świadomość pojęcia zooterapia wśród respondentów
Źródło: opracowanie własne.

Kolejne pytanie miało na celu sprawdzenie, o jakich rodzajach zooterapii respondenci słyszeli. Było to pytanie otwarte, które wymagało od uczestników samodzielnego sformułowania odpowiedzi. Osoby, które wcześniej twierdziły, że nie mają wiedzy na temat zooterapii, nie odpowiedziały na to pytanie. Część udzielonych odpowiedzi (4,6%) nie odnosiła się bezpośrednio do treści pytania, gdyż były to ogólne stwierdzenia, takie jak „obcowanie ze zwierzętami dla dzieci z autyzmem i niepełnosprawnościami", czy „kontakt ze zwierzętami, np. u osób z dysfunkcjami lub zaburzeniami psychicznymi

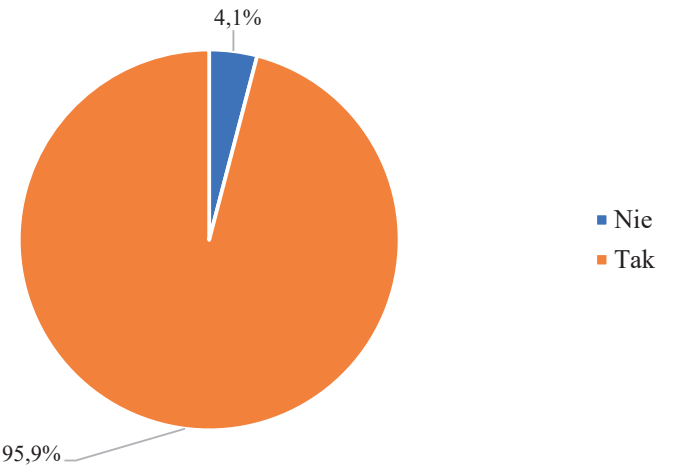
– ma to poprawiać samopoczucie, rozwijać, itp." Jedna osoba zadeklarowała, że nie potrafi dokładnie określić, jakie rodzaje zooterapii istnieją. Reszta wyników została zaprezentowana na rysunku 2.

Dla ankietowanych najbardziej znanymi formami zooterapii były hipoterapia (28,2%) i dogoterapia (28,2%). Znaczna część osób (12,3%) słyszała o felinoterapii oraz alpakoterapii (10,3%). Mniej znanymi formami terapii była bowiterapia (4,6%), onoterapia (3,6%), delfinoterapia (2,1%) oraz apiterapia (2,1%), a także terapia z drobiem (2,1%) i cavioterapia (1%). Pojawiły się również odpowiedzi wskazujące na aspersoterapię, lagoterapię oraz rodoterapię. Fakt, że najbardziej znane są formy zooterapii z udziałem koni, psów, kotów oraz alpak, może świadczyć o tym, że obecnie najłatwiej znaleźć miejsca oferujące te rodzaje terapii.



Rysunek 2. Rodzaje zooterapii znane badanym respondentom
Źródło: opracowanie własne.

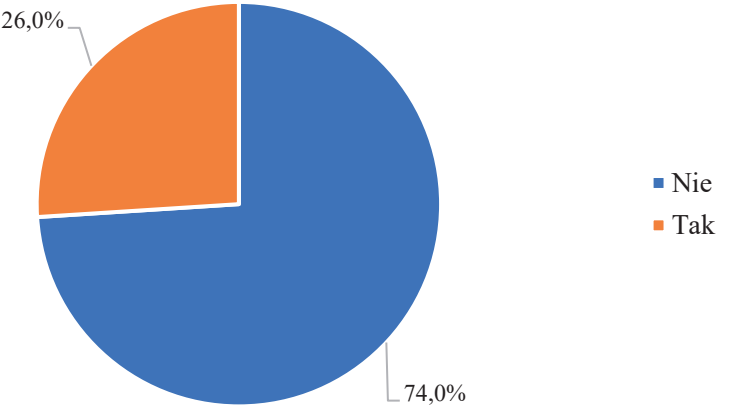
Kolejne pytanie miało na celu sprawdzenie czy uczestnicy badania są zdania, że zooterapia może korzystnie wpływać na ludzkie zdrowie. Wyniki zostały zaprezentowane na rysunku 3. Przeważająca większość badanych (95,9%) stwierdziła, że zooterapia może być korzystna dla ludzi, podczas gdy jedynie 4,1% respondentów wyraziło odmienne zdanie.



Rysunek 3. Świadomość pozytywnego oddziaływania zooterapii na zdrowie człowieka

Źródło: opracowanie własne.

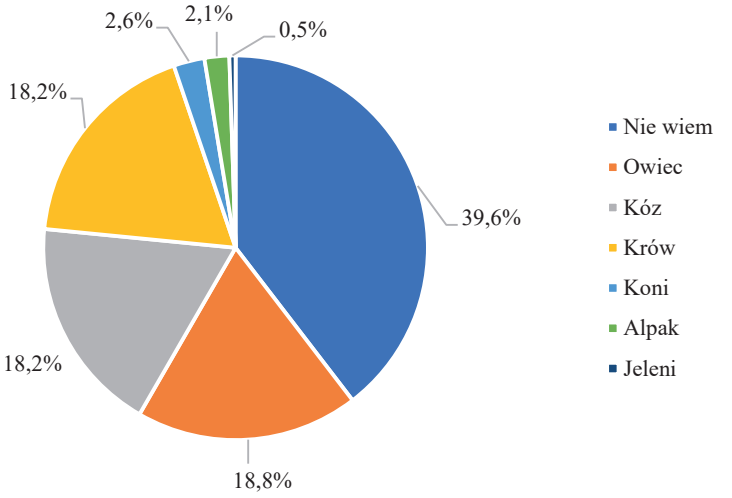
Kolejne pytanie dotyczyło bowiterapii i miało na celu sprawdzenie czy respondenci wiedzą, czym jest ta forma terapii. Analiza danych potwierdziłą, że zdecydowana większość ankietowanych (74,0%) nie znała pojęcia bowiterapia, natomiast jedynie 26,0% badanych odpowiedziało twierdząco (rysunek 4).



Rysunek 4. Znajomość pojęcia bowiterapia w badanej grupie

Źródło: opracowanie własne.

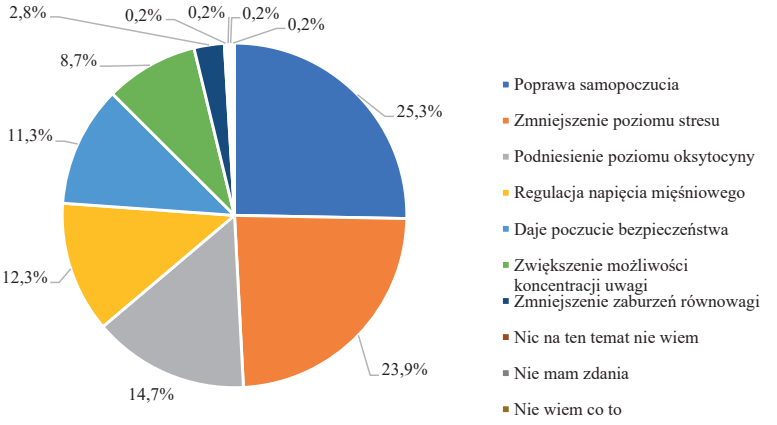
Kolejne pytanie dotyczyło zwierząt wykorzystywanych w bowiterapii. W pytaniu możliwe było zaznaczenie więcej niż jednej odpowiedzi, dlatego łączna suma odpowiedzi wyniosła 200. Największa część respondentów (39,6%) nie wiedziała, z udziałem jakich zwierząt prowadzona jest bowiterapia (rysunek 5). Odpowiedzi dotyczące kóz, owiec i krów otrzymały zbliżony procent głosów, wynoszący około 18%, co jest zgodne z rzeczywistością, gdyż bowiterapia faktycznie obejmuje te zwierzęta. Pojawiły się również odpowiedzi kilku respondentów wskazujące konie (2,6%), alpaki (2,1%) oraz jelenie (0,5%).



Rysunek 5. Rodzaje zwierząt wykorzystywanych w bowiterapii
Źródło: opracowanie własne.

W kolejnym pytaniu respondenci wskazywali, jakie korzyści może przynieść uczestnictwo w bowiterapii (rysunek 6). Najwięcej osób uznało, że terapia ta może prowadzić do poprawy samopoczucia (25,3%) oraz zmniejszenia poziomu stresu (23,9%). Część respondentów (14,7%) wskazała, że bowiterapia może przyczynić się do podniesienia poziomu oksytocyny, natomiast regulację napięcia mięśniowego wybrało 12,3% badanych. Ponadto 11,3% respondentów wskazało, że terapia daje poczucie bezpieczeństwa, 8,7% – że może poprawić koncentrację uwagi, a 2,8% – że przyczynia się do

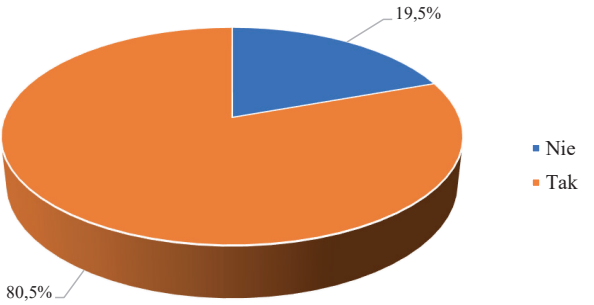
zmniejszenia zaburzeń równowagi. Zaledwie 0,2% badanych stwierdziło, że bowiterapia może wpłynąć na zmianę postrzegania zwierząt gospodarskich. Trzech respondentów udzieliło własnych odpowiedzi.



Rysunek 6. Postrzegane korzyści wynikające z bowiterapii w opinii respondentów

Źródło: opracowanie własne.

Kolejne pytanie dotyczyło tego, czy respondenci skorzystaliby z bowiterapii, gdyby mieli taką możliwość. Wyniki przedstawiono na rysunku 7. Przeważająca liczba badanych (80,5%) zadeklarowała chęć skorzystania z tej metody leczenia, podczas gdy 19,5% respondentów odpowiedziało, że nie interesowałoby ich wzięcie udziału.



Rysunek 7. Deklarowana gotowość uczestnictwa w bowiterapii przez respondentów

Źródło: opracowanie własne.

Dyskusja

Badania literaturowe potwierdzają rosnącą świadomość społeczną dotycząca zooterapii, jednak jest ona nadal niewystarczająca, a świadomość poszczególnych metod często ogranicza się do terapii z udziałem psów czy koni (Girczys-Połedniok, Pudlo, Szymlak, Pasierb, 2014). Korzyści z terapii wspomaganej przez zwierzęta (ang. *Animal Assisted Therapy* – AAT) dla ludzi z zaburzeniami psychicznymi zostały dobrze udokumentowane przy wykorzystaniu kotów i psów, ale istnieje całkowity brak kontrolowanych badań z wykorzystaniem zwierząt gospodarskich (Berget, Ekeberg, Braastad, 2008). W literaturze podkreśla się, że kontakt dzieci ze zwierzętami gospodarskimi ma znaczące znaczenie w terapii. Mallon (1994) zauważył, że dzieci w placówkach opiekuńczo-wychowawczych postrzegały krowy oraz inne zwierzęta hodowlane jako „współterapeutów" do których mogły się zwracać bez obaw o osądzenie lub ujawnienie swoich tajemnic. Taka możliwość tworzenia bezpiecznej relacji sprzyjała regulacji emocji – dzieci częściej poszukiwały kontaktu ze zwierzętami w momentach smutku czy złości, a fizyczna bliskość i opiekuńczość zwierząt miały na nie uspokajający wpływ.

Wyniki badań własnych wskazują, że większość respondentów dostrzega psychologiczne korzyści bowiterapii, takie jak poprawa samopoczucia i zmniejszenie poziomu stresu. Według Dzik i Rekiel (2022), Szlajter (2023) oraz Kępczyńskiej (2024), terapia z udziałem kóz, owiec i krów może przynosić wymienione efekty. Wskazanie przez 14,7% respondentów podniesienia poziomu oksytocyny jest zgodne z literaturą, gdyż kontakt ze zwierzęciem rzeczywiście prowadzi do wzrostu stężenia tego hormonu (Harada i in., 2019). Wskazanie poczucia bezpieczeństwa przez 11,3% badanych znajduje uzasadnienie w badaniach Nitty i in. (2020), w których podkreślono, że kontakt z kozami może zapewniać komfort i poczucie bezpieczeństwa. Ponadto w badaniach Berget, Ekeberg, Braastad (2008) samoocena u osób z zaburzeniami psychicznymi była znacznie lepsza w grupie, gdzie terapia wspomagana była kontaktem z bydłem, owcami i końmi, niż w grupie kontrolnej. W grupie AAT stwierdzono

znaczny wzrost zdolności radzenia sobie, ale nie stwierdzono żadnych zmian w jakości życia.

Wnioski

Analiza wyników badań ankietowych umożliwiła sformułowanie następujących wniosków.

1. Jedynie ¼ respondentów wie czym jest bowiterapia. Pozwala to stwierdzić, iż świadomość w tym zakresie jest stosunkowo niska. Może to wynikać zarówno z ograniczonej liczby miejsc oferujących bowiterapię, jak i z niewystarczającego dostępu do rzetelnych informacji popularyzujących tę formę terapii.
2. Ponad 80% respondentów zadeklarowało chęć skorzystania z bowiterapii, gdyby mieli taką możliwość. Świadczy to o pozytywnym nastawieniu wobec tej formy terapii oraz potencjalnym zainteresowaniu jej szerszym upowszechnieniem.

Wnioski wskazują, że istotne wydaje się zwiększenie działań promocyjnych oraz edukacyjnych w zakresie bowiterapii. Szersze upowszechnienie rzetelnych informacji dotyczących jej skuteczności i korzyści, mogłoby przyczynić się do wzrostu rozpoznawalności oraz akceptacji tej formy terapii, a w konsekwencji – do zwiększenia jej popularności i pozytywnego wpływu na osoby potencjalnie z niej korzystające.

Literatura

1. Berget, B., Ekeberg, Ø., Braastad, B. O. (2008). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, *4*(1), 9. https://doi.org/10.1186/1745-0179-4-9
2. Dzik, J., Rekiel, A. (2022). Zwierzęta gospodarskie w zooterapii. *Przegląd Hodowlany*, *1*, 16-24.
3. Girczys-Połedniok, K., Pudlo, R., Szymlak, A., Pasierb, N. (2014). Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej. *Psychiatria*, *11*(3), 171-176.

4. Harada, T., Ishizaki, F., Nitta, Y., Miki, Y., Numamoto, H., Hayama, M., Ito, S., Miyazaki, H., Aoi, S., Ikeda, H., Ida, T., Ando, J., Kobayashi, M., Makoto, I., Sugawara, T., Nakabeppu, K., Nitta, K. (2019). Relationship beetwen the Characteristic of Therapy Goat and Children and Older People. *International Medical Journal*, *26*, 405-408.
5. Kępczyńska, W. (2024). Zwierzęta gospodarskie w zooterapii. *Bieżące Informacje*, *3*(410), 50-51.
6. Mallon, G. P. (1994). Cow as co-therapist: utilization of farm animals as therapeutic aides with children in residential treatment. *Child and Adolescent Social Work Journal, 11*, 455-474. https://doi.org/10.1007/BF01876570
7. Nitta, K., Cheng, W., Harada, T., Ishizaki, F., Nitta, Y., Miki, Y., Numamoto, H., Yoshikawa, N., Nobukuni, Y., Hayama, M., Ito, S., Miyazaki, H., Aoi, S., Ikeda, H., Iida, T., Ando, J., Kobayashi, M., Ito, M., Nitta, Y., Sugawara, T., Nakabeppu, K. (2020). Status and Practice of Therapy Goat in the World. *International Medical Journal, 27*, 616-619.
8. Szlajter, M. (red.). (2023). *Hodowla zwierząt gospodarskich w celu prowadzenia terapii z udziałem zwierząt. Instrukcje wdrożeniowe*. Kraków: Centrum Doradztwa Rolniczego w Brwinowie, Oddział w Krakowie.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
Dofinansowano ze środków Ministra Nauki w ramach Programu „Regionalna inicjatywa doskonałości”
Regionalna Inicjatywa Doskonałości