

RURÁLIS ÉRTÉKÜNK – AZ ÁLLATTERÁPIA

OUR RURAL VALUE THE ANIMAL THERAPY

VIRGINÁS ZOLNA

Debreceni Egyetem, Szociológia és Társadalompolitikai

Doktori Program, Debrecen, Parajd

zolna4@yahoo.com

Összefoglalás

Vizsgálatok igazolták, hogy az állat asszisztált foglalkozások hatására endorfinok szabadulnak fel, normalizálódik a vérnyomás, oldódik a magány és szomorúság-érzés. Kutatási hipotéziseim bizonyítására tizennégy, szociálisan hátrányos helyzetű kisgyerekeknek szerveztem állat asszisztált terápiával (AAT), és állat asszisztált aktivitással összekapcsolt három hónapos időtartamú beavatkozást. Célom volt, hogy fejlesszem a már meglevő, szociális szituációkban való boldoguláshoz szükséges kompetenciákat. A középpontban a különböző helyzetekben mutatott magabiztos viselkedés kialakítása, az önpercepció fejlesztése, stressz management és érzelmek kezelése állt.

Kulcsszavak: állatterápia, hátrányos helyzetű gyerekek, standard kérdőívek, csoportmunka.

Bevezetés

„Keresem minden gyermek sajátos titkát, és azt kérdezem, hogyan segíthetném abban, hogy önmaga lehessen.” – Korczak

Mindennapi munkámban hátrányos helyzetű gyerekekkel foglalkoztam. Olyan gyerekekkel, akiknek az „édes otthon” fogalma valami mást jelent. Gyerekekkel, akiknél az első környezeti hatást, ami a csecsemő számára meghatározó, a szülőkkel való viszony kapcsolata sérült, deformálódott. És amint a szakirodalomból is kiolvasható, sajnos a szülőkapcsolatban traumatizálódott pszichológiai fejlődés fixálódik, ami azt jelenti, hogy a ki nem elégült szükségletek a később-

biek folyamán is jelentkeznek, gyakran nem megfelelő formában pld. visszahúzódnak, elzárkóznak, próbál agresszív módon reagálni. Kacsó (2009) megállapítása szerint az intézményi körülmények között nevelkedő kisgyermeknek irreverzibilis károsodást szenvednek a kötődés, a viselkedés, az érzelmi fejlődés és a kognitív képességek, és elsősorban a nyelvi kompetencia területén. Mindezen súlyos tényezőket figyelembe véve és felelősséget érezve a felügyeletemre bízott gyerekekért, próbáltam utakat, alternatívákat találni a hatékony segítség érdekében. Az interneten olvastam egy cikket az állatterápia, tudományosan alátámasztott, jótékony hatásairól. Innen jött az ötlet, hogy a körülményeim függvényében, legjobb tudásomat mozgósítva, megpróbáljam én is hasznosítani, kutatni e terápiás módszert.

Hipotéziseim

Kutatásom révén a következő hipotézisek validitását próbálom meg ellenőrizni:

- Feltevésem szerint, eltérés észlelhető a szociálisan hátrányos helyzetű gyerekek önbecsülésében, én-képében, személyiségtulajdonságaiban és viselkedési sajátosságaiban attól függően, hogy állatbaráttal rendelkezik-e vagy sem
- Feltevésem, hogy a gyerekek esetében befolyásolja a megküzdési módot az, hogy van-e állatbarátja.
- Feltételezem, hogy az állatbarátnak köszönhetően tanulási teljesítményük javul, ami várhatóan tanulmányi eredményeikben is észlelhető.

Az állatterápia elméleti háttere

Ember-állat terápiás jellegű kapcsolatának történelmi gyökereit keresve Homérosz nevére akadunk, aki i.e. 900 körül arról írt, hogy Aszkleiposz, a gyógyítás görög istene, gyógyító erejét szent kutyákon keresztül juttatta el az emberekhez (Sátori, 2007).

Az első állatok bevonásával működő, gyógyterápiás központok, történelmi dokumentációk alapján, Sátorit (2007) idézve a következők voltak:

- Gheel, Belgiumban a IX. században, ahol sérült embereket vontak be az állatokról való gondoskodásba.
- Az állat-asszisztált aktivitás (AAA) mint módszer intézményesített formáját 1790 körül alapították meg Angliában, a York Retreat programban, ahol a pácienseket megtanították gondoskodni az állatokról és kertészkedni.

- A XX. századi terápiás állat történelem 1919-ben kezdődött Washington D.C.-ben a St. Elizabeth's Kórházban, ahol férfiak mentális egészség programjába vontak be állatokat.
- Hasonló program a II. világháborút követő időszakból, a sebesültek rehabilitációs, rekreációs programja.

Az állat-asszisztált terápiát (AAT) mint módszert Boris Levinson amerikai pszichológus dolgozta ki az 1960-as években, először érzelmileg zavart illetve árva gyerekek gyógyítására. Internetes források alapján terápiás ötletét igazából a véletlen szülte. Egy viselkedési zavarokkal küszködő kislányt kezel, akit hónapokig nem tudott szóra bírni. Egy nap, amikor nem volt kire hagynia Jingles kutyáját, magával vitte rendelőjébe és ekkor, megtörtént a csoda, a gyerek megszólalt. Levinson kutatási eredményeit egy tudományos lapban tette közzé az Amerikai Pszichológusok Szövetségének konferenciáján. Kezdetben kinevették, a gúnyolódások akkor maradtak abban, amikor kiderült, hogy Freud is hasonló következtetéseket vont le, amikor kezelése során Johi nevű kutyája is jelen volt (Comer, 2005). Munkásságának részleteit a Háziállat irányultságú gyerekpszichoterápia, 1969 (Pet-Oriented Child Psychotherapy) és a Háziállatok és emberi fejlődés, 1972 (Pets and Human Development) szakkönyveiben ismerteti. Fő célkitűzése volt, hogy az állatokat motiváló tényezőként használják, olyan gyerekek esetében, akik ellenállnak a terápiás kezeléseknak. Előrejelzés 2000-re című munkájában így ír „az érzelmi egészségünket fenyegető, elidegenedés érzésétől szenvedve, a jövő emberre arra kényszerül, hogy a kaotikus és értelmetlennek tűnő világtól a természet és állatok világához forduljon egyensúlyra visszaszerzéséért ...az állatok partnerek lesznek e forradalmi változásban.” (Hines, 2003).

A módszer bevezetését a pszichiátriában és pszichológiában Heiman (1967); Corson, Corson, Gwznné és Arnold (1977); Rynearson (1978); Brickel (1979) és Katcher, Friedmann (1980) munkásságához köthető. Az első állatterápiás programot az Ohioi Állami Egyetemen, Sam és Elizabeth Corson pszichiáterek indították el (Coren, 2002). Az 1970-1980 évek között számos kutatóintézet alakult, melyeknek központi kutatási területe az állat-asszisztált terápia. 1984 Washingtonba, a Delta Egyesület által szervezett konferencián állították össze azt az elméleti útmutatót, mely tartalmazza az állat-ember interakció kutatások metodológiai szempontjait. Napjaink kutatásai ezen elbírálások figyelembe vételével készülnek (Hines, 2003). Legismertebb nemzetközi szervezet ma, melynek fő célkitűzése e téma felkarolása, az Ember-Állat Interakció Nemzetközi Egyesülete (www.iahaio.org), melynek 22 ország tagja.

Kutatási módszertan

Kutatásom során kísérleti csoporttal dolgoztam, csoporton belüli kísérleti design (within groups) használva. A gyerekeket beavatkozás előtt és után egyénenként, objektív pszichológiai módszerekkel felmértem, hogy képet kapjak a gyermekek értelmi, figyelmi képességeiről, illetve személyiségük főbb jellemzőiről, és az esetleg emocionális, magatartási problémáikról, konfliktusmezőikről. A standard kérdőívek közül a következőket használtam: Én-kép, JEPO, CBCL4-18.

Független változó: a házi állataik megléte illetve hiánya. A függő változó viszont a kísérleti alanyok viselkedésében kimutatható változás, amelyet az iskolai teljesítményben meg az utómérés személyiségtesztjeinek mutatóival mérek.

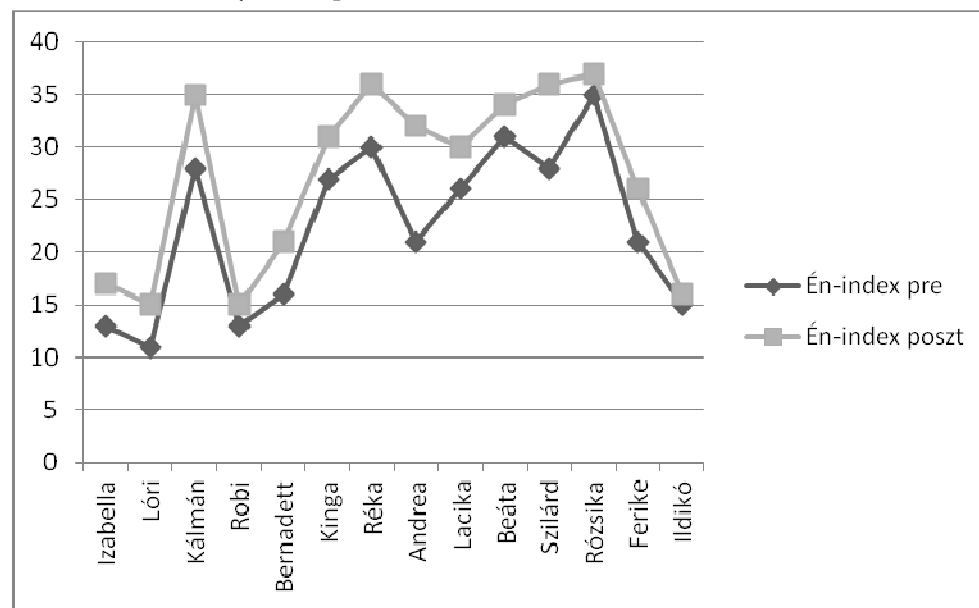
Beavatkozásom szereplői a K. H. Egyesület lakói. A beavatkozás során Bagdy (1999), Bernd (2008), Illés (2006), Kaduson (2009) és Mester (1999) ötleteinek felhasználásával témacentrikus csoportmunkát alkalmaztam, amely az ismeretnyújtást és strukturált gyakorlatokat ötvözt. A tematikusan orientált csoportmunka támogató és fejlesztő hatású lehet, részben az önismeret fejlesztése által. Figyeltem arra, hogy a gyakorlatokat, úgy válogassam össze, hogy állatokat is tudjak használni bennük. Ezáltal dolgoztunk az AAT- állat asszisztált terápiás módszerrel. Valamint a beavatkozás három hónapja alatt a gyerekek állatokkal laktak együtt, ezáltal a AAA- állat asszisztált aktivitást alkalmaztuk. A következőkben e két alkalmazott állat-terápiás módszert ismertetem részletesebben Illés Anett összeállítása alapján.

- *AAT (animal assisted therapy) – állat asszisztált terápia.* Konkrét terápiás módszer, ahol fejlesztési célkitűzésekkel használják az állatokat, amelyek mellett, hogy motivációs tényezők a kliensek számára, részt vesznek aktívan a különböző tevékenységek kivitelezésében. Segítségükkel fejleszthetők olyan pszichés funkciók, mint érzékelés, észlelés, emlékezet, figyelem, gondolkodás, a motoros funkciók esetén nagy mozgások, finommozgások koordinációja, helytelen mozgások korrekciója, adekvát mozgások kialakítása, tartási hibák csökkentése, egyensúlyérzék. Emellett hatékony életminőség javítása, személyiségfejlődés és képességfejlesztés esetében.
- *AAA (animal assisted activity) - állat asszisztált aktivitás.* A módszer lényege az állat jelenlétében van. Pusztán a vele való kontaktus előnyeit használják fel. E terápia során nem követnek konkrét fejlesztési célt. Ennek ellenére számos mentálhigiénés hatása kimutatott: kommunikációs, kapcsolatteremtési képességeket fejleszt, szociabilitást, empátiát és motivációs tényezőket aktivál.

Kutatási eredmények

A diagnosztikus módszerek alapján, amelyeket a kiinduló diagnózis felállításához és a hatásvizsgálatban alkalmaztam, a következő eredményeket találtam.

Én-kép skála, melynek 58 tételből álló kérdései az én-kép selfet, a tanulással kapcsolatos selfet, a szülőkkel/felnőttekkel kapcsolatos selfet, a szociabilitás és társakkal kapcsolatos selfet valamint a konformitással kapcsolatos selfet értékeli, a következő eredményeket kaptam:



1. ábra: Én-kép kérdőív eredményei

Forrás: saját szerkesztés

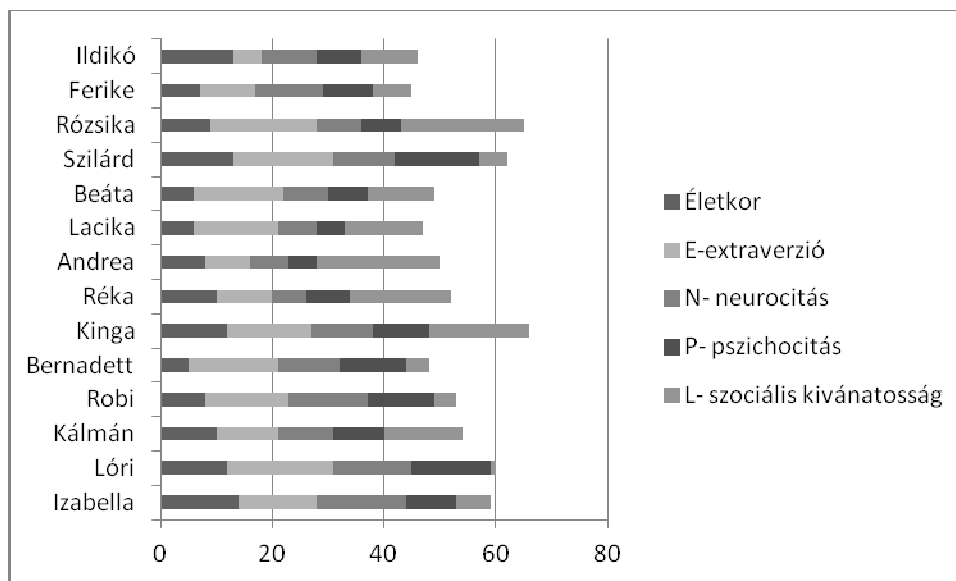
A 1. grafikonon látható, hogy minden gyereknek, önmagához képest, a poszt teszt eredményei magasabbak. Értékeik valamennyi esetben javultak, annak ellenére, hogy a maximális 50 pontot senkinek sem sikerült elérni.

Leglátványosabb fejlődés a kérdőív alapján:

- Andrea esetében 9 pont, akinél javult a szülőkkel/hozzá közel álló felnőttekkel kapcsolatos selfje, a szociabilitás és társakkal kapcsolatos selfje és az én-kép selfje.
- Szilárd esetében 8 pont, akinél főleg az én-kép és a szociabilitás, társakkal kapcsolatos self változott pozitívan.
- Kálmán esetében 7 pont a javulás, ahol az én-kép self változott a legtöbbet.

- Réka esetében 6 pont, nála a tanulással kapcsolatos self pontszáma nőtt leg-többet.
- Ferike és Bernadett 5 ponttal javított. Legnagyobb fejlődés náluk a szocia-bilitás és társakkal kapcsolatos selfnél történt.
- A többiek esetében az értékek továbbra is a problémás kategóriába tartoznak.

JEPO személyiség-kérdőív, (Eysenck, 1975) által kialakított EPQ (Eysenck Personality Inventory) fiatalokra érvényes változata, melyet Kálmánchey Márta és Kozáki Béla (1981) adaptált és standardizált magyar viszonyokra. A kérdőív négy alapskálából áll. Az E-skálához 22 item tartozik, az N-hez 24, a P-hez 17 és az L-hez 23. Kutatásunkban a következő eredményeket találtuk, lásd 2. ábra.



2. ábra: Eysenck-féle személyiség-kérdőív gyermek változatának eredményei

Forrás: saját szerkesztés

Eysenck-féle személyiség-kérdőív gyermek változatának eredményeit (preteszt), összehasonlítva a magyarországi vizsgálatok átlagaival kitűnik, hogy a gyerekek instabilabbak, ugyanakkor naivabbak is és a társadalmi elvárásoknak való megfelelni igyekecsük (konformitásuk) fokozottabb.

Az E-extraverzió skálán, mely olyan tulajdonságokat jelöl mint a társaság-kedvelés, izgalomkeresés, élénkség, cselekvőkészség és dominancia, az átlagtól (13,97) való eltérést találtam legtöbb esetben. Legkiemelkedőbb Ildikó 5, Andrea 8 valamint Lóri, Rózsika 19, Szilárd 18-as értéke.

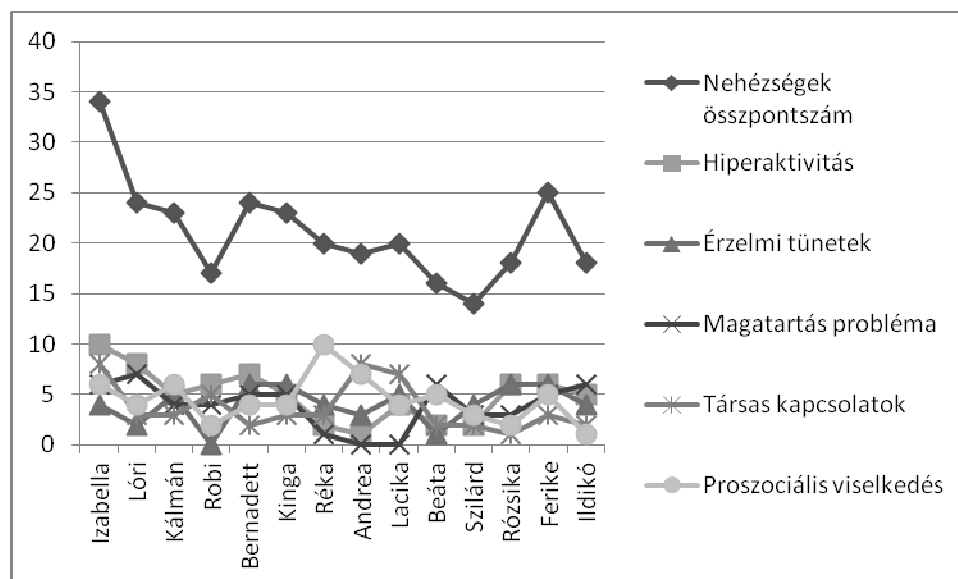
Az N-skála (neurocitás), vagy más néven érzelmi stabilitás-labilitás dimenziói arra vonatkoznak, hogy a személy milyen könnyen és gyakran borul ki, keseredik el, lesz rosszkedvű, szorongó és levert. Átlag értéktől (6,67) való negatív eredményt találtam

Andrea és Lacika kivételével mindegyiknél.

P-skála (pszichocitást) eredményeik szembe tűnően magasabbak az átlagos 0,56-nál. Kimagasló Szilárd 15, Lóri 14, Robi és Bernadett 12 értékei. Ezen a dimenzión a magas értékeket adó személyek ellenséges, manipulatív, impulzív és szokatlan élményeket kereső viselkedésre hajlamosak.

L-skála (szociális-kíváncsiság vagy hazugság skála), mely olyan tulajdonságokat mutat, mint szabálytudat, lelkiismeretesség, engedelmesség, figyelmesség értékeik több esetben is eltérnek az átlagos 10,94-től. Magas Andrea, Rózsika 22, Kinga, Réka 18 esetében. Nagyon alacsony Lóri 1, Robi és Bernadett 4 értéke.

Képességek és Nehézségek Kérdőív (Strenght and Difficulty Questionnaire, SDQ, Goodman, R. 1997, ford. Rózsa S.). Ez a kérdőív a 4-16 éves korú gyerekek viselkedési sajátosságainak méréséhez készült, hasonlóan a CBCL-hez, mellyel szemben azonban előnye, hogy a gyerek képességeit is méri, nem csak a problémás területeket. Létezik egy szülők és egy tanárok számára készült változat is. A kérdőív tételei a következő faktorokba sorolhatók: hiperaktivitás, érzelmi tünetek, magatartásbeli problémák, kortársakkal való kapcsolat nehézségei, proszociális magatartás.



3. ábra: Képességek és Nehézségek kérdőív eredményei

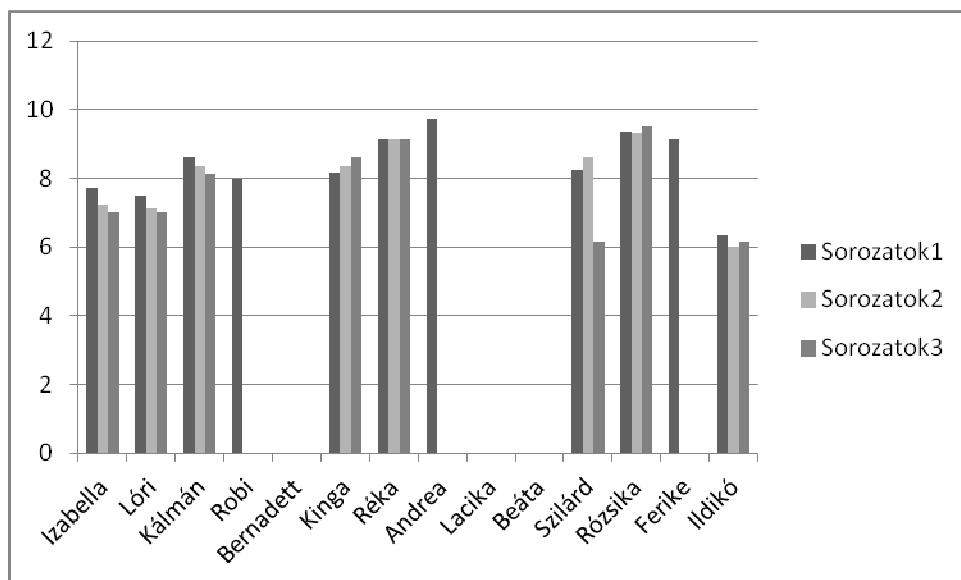
Forrás: saját szerkesztés

A képességek és nehézségek kérdőív standard eredményei alapján, 3. ábra:

- Hiperaktivitás esetén problémás viselkedés mutatható ki Izabella, Lóri, Bernadett. Borderline Robi, Rózsika és Ferike esetében.
- Érzelmi tünetek esetén problémás viselkedés mutatható ki Kálmán, Bernadett, Kinga, Lacika, Rózsika, Ferike. Borderline Izabella, Réka, Szilárd és Ildikó esetében.
- Magatartásbeli problémák esetén problémás viselkedés mutatható ki: Izabella, Lóri, Robi, Kálmán, Bernadett, Kinga, Beáta, Ferike, Ildikó. Borderline Szilárd és Rózsika esetében.
- Társas kapcsolatok esetén problémás viselkedés mutatható ki Izabella, Robi, Andrea, Lacika. Borderline Lóri, Kálmán, Kinga és Ferike esetében.
- Proszociális viselkedés esetén probléma mutatható ki Lóri, Robi, Bernadett, Kinga, Lacika, Szilárd, Rózsika, Ildikó. Borderline Beáta, Ferike esetében.

A *post teszt* eredményeinél változást találtam:

- Én-kép kérdőívénél több esetben magasabb értékeket találtam a szociabilitás és társakkal kapcsolatos selfnél, én-képnél. Egyes gyerekeknél meg a szülőikkel/hozzá közel álló felnőttekkel kapcsolatos self vagy a tanulással kapcsolatos self értékei javultak.
- HJEPQ kérdőívénél javult az érzelmi stabilitás-labilitás (N) skála átlaga, a korábbi 10,3-ról 8,9-re. Látványos változás Szilárd és Kálmán esetében történt, ahol közel hárompontnyi csökkenést mértem.
- A képességek és nehézségek kérdőív esetében az állatfoglalkozások hatására Réka, Szilárd és Izabella érzelmi tüneteket mutató értékei csökkentek annyira, hogy átkerültek a nem problémás kategóriába. A proszociális viselkedés értékei Ferike és Beáta esetében javultak.



4. ábra: Tanulmányi eredmények

Forrás: saját szerkesztés

Tanulmányi eredményeiknél, (4. ábra) négy esetben mutatható ki pozitív változás. Két esetben negatív. A többi viszont nem értékelhető, mivel vagy óvodások, vagy ez az első iskolás évük. Ezek alapján sajnos a hipotézisem nem tudom bizonyítani.

1. táblázat: kérdőívfelvételek összesített eredményei

		Kérdőív	átlag	szórás	t	p
Kísérleti csoport	Elő-mérés	Én-kép	22.50	6.93		5%
		HJEPQ	11.12	1.60		szignifikancia-
		SDQ	7.02	6.29		szint
		CBCL	31.07	15.76		t.95=2.13
	Utó-mérés	Én-kép	27.92	7.02	1.41	1%
		HJEPQ	10.72	1.82		szignifikancia-
		SDQ	6.95	6.34		szint
		CBCL	29.85	14.91		t.995=4.60

Forrás: saját szerkesztés

A kérdőívek összesített eredményeinél, 1. táblázat mivel a számított t kisebb, mint az 5%-os szignifikanciaszinthez tartozó érték, az elfogadási tartományba tartozik, ezért meg kell tartanom a null hipotézist, vagyis a beavatkozás nem volt hatásos. Még 1%-os szignifikanciaszinten is azonos döntésre jutottam.

Ha statisztikailag nem is, de elmondhatom, hogy a tréninget minden gyerek pozitívan értékelte. Véggkövetkeztetésként megállapíthatom, hogy a jól megszervezett állatfoglalkozás csodákra képes. Segít gyerekeknek megtanulni a bizalmat, szeretetet és felelősségvállalást.

A kérdőív eredményeivel az önértékelés és szociális kompetencia területén a tréningcsoport szignifikáns javulását állapítottam meg. A csoportmunka hathatós, támogató és fejlesztő hatású volt. A kezdeti félelmeket legyőzve a gyerekek nagy szeretettel fogadták az állatokat. Az első héten körülöttük forgott a világ, annyi segítő kéz akadt, hogy etetési programot kellett kialakítanunk. A hetek teltevel lankadt a motiváció, kivétel a kutyánál. Mivel „Rex” állandó játszótársnak bizonyult, mindvégig a szeretet fókuszában maradt. Rengeteget foglalkoztak vele, játszottak, etették, fürdették, tanították. A foglalkozásokon is szívesen voltak vele.

A zebrapintyüket unták meg leghamarabb, Réka és Kálmán vette pártfogásba, a többiek viszont csak akkor foglalkoztak vele, ha szabadon engedhették. A macska igazából önálló személyiség lett, néha kikövetelte a gyerekek simogatását, máskor teljesen visszahúzódtóluk. A hörcsögöt és nyulat gondozták meg rendezték, de mivel nem voltak igazán interaktívak, nem ők lettek a kedvencek.

Összegzés

Kutatásomban sikerült megerősítenem előzetes feltevésemet, vagyis az állatoknak igenis vannak pozitív hatásai a szociálisan hátrányos helyzetű gyerekekre is. Az állattal való foglalkozás hatására, a kérdőívek eredményeinek alapján, fejlődést állapítottam meg a következő területeken:

- Stressz szint. Mérhető módon a Gyerekviselkedési kérdőív szorongási mutatói jelzik. Az állatok segítették problémamegoldó képességük javulását azáltal, hogy társaságukban nyugodtabbá váltak.
- Szociális kompetencia. Fejlődését mutatja a Képességek és Nehézségek kérdőív mellett az én-kép: szociabilitás és társakkal kapcsolatos mutatói. Ennek magyarázata, hogy a terápiás foglalkozások alatt mélyült a társakkal való kapcsolat a közös élmény hatására, melyben az állatok szociális katalizátorként szerepet játszottak.

- Érzelmi stabilitás. Kimutatható a neurocitás skála értékeinek csökkenésében, valamint a Képességek és Nehézségek kérdőív érzelmi tüneteket mutató értékeinek javulásában. Magyarázata, hogy az állat jelenlétével és játékosságával biztonságot nyújtott a gyermekeknek, biztonságérzetüket növelte.
- Empátiás készségeik fejlődtek. Az állattal való beszéd a testbeszédre épül, melynek minél kifejezőbbnek kell lennie, ahhoz, hogy a kommunikáció zavartalanul alakuljon.

Mindezek mellett bővült az ismeretük az állatról, viselkedéséről és az állatgondozásról. Nem utolsó sorban társra találtak, ragaszkodó és kitartó társat találtak a kutyában.

Beavatkozásom alapján elmondhatóm, hogy a segítségnyújtás egyik lehetséges formája lehet a csoportmunka. Ezt bizonyította a témacentrikus, strukturált gyakorlatokra épülő csoportmunkánk.

Köszönetnyilvánítás: Köszönöm az otthon lakóinak közreműködésüket. Lelkes hozzáállásuk nélkül talán el sem készülhetett volna dolgozatom.

Irodalomjegyzék

- Borsos, B. (2007): Az ökofalu koncepciója és helye a fenntartható település- és vidékfejlesztésben. PhD értekezés, PTE TTK Földrajzi Intézet, Pécs, 207 p.
- Bagdy, E., Telkes, J. (1999): Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában. Nemzeti Tankönyvkiadó. Budapest
- Bernd, L., Sabine, A. (2008): Csak bátran Til tigris. Medicina kiadó. Győr
- Comer, R. (2005): A lélek betegségei. Osiris Könyvkiadó, Budapest.
- Coren, S. (2002): Mancsnyomok. Gabo Könyvkiadó, Borsod
- Heiman, M. (1967): The relationship between man and dog. Psychoanalytíz Quarterly, 25, 568-585.
- Hines, L. (2003): Historical Perspectives on the Human-animal bond. American Behavioral Scientist, 47, 7-14.
- Illés, A. (2006): AI módszer a kutyás terápiában. <http://mek.oszk.hu/03800/03851/index.phtml>
- Kacsó, D.Á. (2009): Örökbefogadás és nevelőszülőség a segítő szakember szemével. Kolozsvári Egyetemi kiadó.

- Kaduson, H., Schaefer, C. (2009): 101 játékterápiás technika. Animula kiadó. Budapest.
- Mester, Zs. (1999): Paletta. Infopress. Székelyudvarhely.
- Sátori, Á. (2007): Az állatokhoz való viszony a társas-társadalmi kapcsolatok rendszerében. Elte. Budapest

Abstract

Animal-assisted therapy (AAT), is a therapeutic intervention that involves animals, into the treatment plan. It has been discovered by the American psychologist Boris Levinson, 1960. Animals have positive effects on humans. The effect of human-animal interaction has been rigorously researched, showing a wide variety of benefits, under the influence of AAT activities endorphines are released, blood pressure becomes normalized, the feelings of loneliness and sadness attenuate. The aim of this study was to determinate how animals can improve children emotional and physical well-being.

Keywords: Animal assisted therapy, JEPO, CBCL, SDQ