

Joanna Gruba

ORCID: 0009-0005-3516-1968

*Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej
w Krakowie*

Aleksandra Czudek

ORCID: 0009-0002-5506-2105

*Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej
w Krakowie*

***Onoterapia jako forma rehabilitacji psychoruchowej osób
z niepełnosprawnością***

Onoterapy as a form of psychomotor rehabilitation for people with disabilities

Abstrakt

Terapia wykorzystująca kontakty ze zwierzętami, zwana również zooterapią lub animaloterapią stanowi znaczący element zarówno głównych działań leczniczych, jak i terapii wspomagających. Za najpopularniejszą, najłatwiej dostępną i najczęściej stosowaną formę zooterapii na świecie uważa się dogoterapię. Innymi przykładami takiej terapii są m.in. felinoterapia, hipoterapia czy też zyskująca na popularności onoterapia – czyli terapia przy udziale osłów. Badania naukowe wyraźnie dowodzą znaczącego spektrum korzyści wynikających z terapii z udziałem zwierząt. Eksperti zauważają wyraźny wpływ tych terapii na redukcję objawów zaburzeń psychicznych oraz niesprawności fizycznych. Niemniej jednak, głównym celem i najbardziej pożądanym efektem animaloterapii jest poprawa jakości życia jednostki oraz usprawnienie jej codziennego funkcjonowania. To właśnie te rezultaty stanowią centralny punkt zainteresowania naukowców i terapeutów pracujących w obszarze animaloterapii.

Słowa kluczowe: onoterapia, rehabilitacja, niepełnosprawność

Abstract

Therapy using contact with animals, also called zotherapy or animal therapy, is a significant element of both main therapeutic activities and supporting therapies. Dog therapy is considered the most popular, most accessible and most frequently used form

of zootherapy in the world. Other examples of such therapy include: felinotherapy, hippotherapy or the increasingly popular onotherapy - i.e. therapy with the participation of donkeys. Scientific research clearly demonstrates the significant range of benefits of animal-assisted therapy. Experts note a clear impact of these therapies on reducing the symptoms of mental disorders and physical disabilities. Nevertheless, the main goal and the most desired effect of animal therapy is to improve the quality of life of an individual and improve his or her daily functioning. These results are the central point of interest of scientists and therapists working in the field of animal therapy.

Keywords: onotherapy, rehabilitation, disability

Propozycja cytowania: Gruba, J., Czudek, A. (2024). Onoterapia jako forma rehabilitacji psychoruchowej osób z niepełnosprawnością. *Zeszyty Naukowe Pedagogiki Specjalnej*, 17, 297-312.

Wprowadzenie

Terapia wykorzystująca kontakt ze zwierzętami, nazywana także zooterapią lub animaloterapią, istnieje w dziedzinie medycyny od lat 60. XX wieku i stanowi ważny element zarówno głównego leczenia, jak i terapii wspomagającej (Girczys-Poędniok, Pudło, Szymłak, Pasierb, 2014). Naturalne, jak i zdobyte w czasie procesu udomowienia cechy zwierząt wzbudzają zainteresowanie człowieka oraz stymulują wiele jego zmysłów. W związku z terapeutycznym wpływem zwierząt na człowieka, wyróżnia się kilka funkcji (fizyczne, psychiczne, edukacyjne, motywacyjne, wielostronne), na podstawie których zauważono polepszenie się funkcjonowania pacjenta w wielu aspektach (Chmiel, Kubińska, Derewiecki, 2014). Do funkcji fizycznych zaliczamy takie działania, w których ciało pacjenta doznaje różnych bodźców, np. zostaje wprowadzone w ruch trójwymiarowy podczas siedzenia na koniu czy osie, gdy ciało porusza się do przodu, na boki oraz rotacyjnie, co wpływa na kształtowanie się prawidłowego wzorca chodu, orientacji przestrzennej i równowagę (Chmiel, Kubińska, Derewiecki, 2014). Kolejnym przykładem należącym do tej kategorii jest odczuwanie ciepła pochodzącego od zwierząt, gdyż ich temperatura jest zazwyczaj wyższa od ludzkiej, co pozytywnie oddziałuje na rozluźnienie oraz ukrwienie mięśni (Chmiel, Kubińska, Derewiecki, 2014). Wyróżnia się również funkcje psychiczne animaloterapii, ponieważ przebywanie wśród zwierząt pozwala często złagodzić

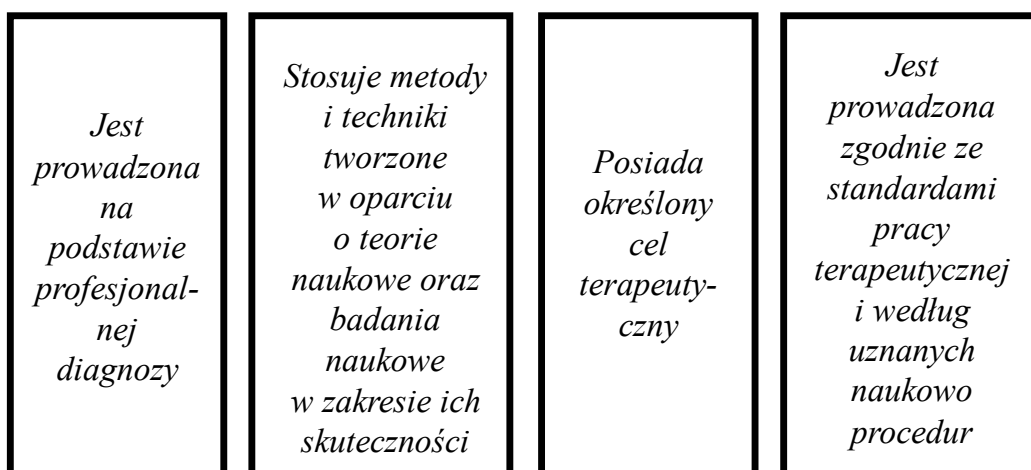
objawy zaburzeń psychicznych, zmniejsza poczucie samotności, a zwiększa poczucie własnej wartości oraz sprawczości (Girczys-Poędniok, Pudło, Szymbak, Pasierb, 2014). u osób korzystających z animaloterapii, która niesie ze sobą wiele pozytywnych skutków, zaobserwowano polepszenie ich funkcjonowania oraz jakości życia poprzez m.in. obniżenie poziomu lęku, drażliwości, odczuwania samotności, czy też podwyższenie nastroju oraz samooceny (Girczys-Poędniok, Pudło, Szymbak, Pasierb, 2014; Charry-Sánchez, Pradilla, Talero-Gutiérrez, 2018). Zajęcia zooterapeutyczne dają możliwość przeplatania treści edukacyjnych z zabawą. W czasie interakcji ze zwierzęciem, dziecko łatwiej przyswaja nową wiedzę, wzbogaca słownictwo, ćwiczy liczenie oraz orientację w przestrzeni (Chmiel, Kubińska, Derewiecki, 2014). Obecność zwierząt jest doskonałą formą motywacji pacjenta do ćwiczeń, ponieważ stają się one dla niego przyjemnością. Często on sam nie zdaje sobie sprawy z tego, że ten rodzaj zajęć jest dla niego formą terapii i rehabilitacji, przez co chętniej uczestniczy w aktywnościach z danym gatunkiem zwierzęcia. Warto podkreślić, że animaloterapia stanowi obszar interwencji terapeutycznych, które łączy korzystne efekty wielu funkcji jednocześnie, działając sposobem wielostronny. Wpływa ona pozytywnie m.in. na reakcje emocjonalne, samoocenę, kondycję fizyczną, zachowania społeczne oraz funkcje poznawcze (Girczys-Poędniok, Pudło, Szymbak, Pasierb, 2014).

Dogo-, felino- i hipoterapia jako element procesu rehabilitacji

Animaloterapia obejmuje metody wykorzystujące interakcje z różnymi gatunkami zwierząt, zależnie od celów terapeutycznych i potrzeb uczestników. W światowej praktyce największą popularnością cieszy się jednak dogoterapia (Nawrocka-Rohnka, 2010), zwana również kynoterapią (Jagielski, Jagielska, Pyszora, 2014). Opiera się ona na wykorzystaniu psów do celów terapeutycznych, edukacyjnych czy społecznych. W tym miejscu należy podkreślić, że żaden czworonóg nie rodzi się gotowym do roli terapeuty. Mimo, że pewne rasy mogą być częściej wykorzystywane w dogoterapii ze względu na pewne cechy, to jednak kluczowe znaczenie ma indywidualny

temperament i stopień wykszolenia danego zwierzęcia. (Madajczyk, Wypych, b.d.). A zatem, czym powinien wyróżniać się idealny kandydat na psa-terapeutę? Zazwyczaj są to psy, których charakterystyczne cechy rasowe nie wskazują tendencji do agresywnych zachowań (Jagielski, Jagielska, Pyszora, 2014). Muszą one mieć łagodne usposobienie, spokojny temperament, przyjazne nastawienie nie tylko do ludzi, ale i innych psów (Madajczyk, Wypych, b.d.). Ponadto zwierzęta te powinny cechować się słuszością, ufnością, cierpliwością i radością, a także dobrym zdrowiem, odpornością na stres i czerpaniem przyjemności z dotyku innych osób, nie tylko swojego opiekuna oraz chęcią współpracy (Karbowiczek, Mielczarek, 2007). Dogoterapia kierowana jest do osób w każdym wieku, jednak najczęściej biorą w niej udział dzieci i stosuje się ją w wielu placówkach specjalnych jak i masowych, edukacyjnych, terapeutycznych. Badania przeprowadzone w 2010 roku wskazują na istnienie kilku warunków, które muszą być spełnione, aby sesje terapeutyczne z udziałem zwierząt przyniosły pożądane efekty. Po pierwsze, dogoterapia musi odbywać się regularnie przez co najmniej miesiąc, by widoczne były efekty jej działania (Nawrocka-Rohnka, 2010). Co więcej, wymogiem jest to, aby była ona prowadzona przez osoby odpowiednio przeszkolone w zakresie prowadzenia terapii z udziałem zwierząt, a także mające doświadczenie w pracy daną grupą wiekową (Nawrocka-Rohnka, 2010). W przypadku, gdy dogoterapia nie przynosi pożądanych efektów, pacjentowi często proponowany jest inny rodzaj animaloterapii – felinoterapia (Horoszewicz, Tomczak, Niedziółka, 2017). Koty zazwyczaj cechują się większym spokojem i delikatnością, niż psy, dzięki czemu możliwe jest utrzymanie z nimi kontaktu fizycznego dla osób, które nie poruszają się samodzielnie, jak i dla osób starszych (Magiera, Klocek, Penar, 2018). W związku z tym, tę formę terapii stosuje się również w hospicjach oraz na oddziałach opieki paliatywnej (Horoszewicz, Tomczak, Niedziółka, 2017). Literatura przedmiotu wskazuje, że felinoterapia stosowana jest również z powodzeniem wśród młodszych pacjentów, szczególnie dzieci w spektrum autyzmu, z nadpobudliwością ruchową, czy z mózgowym porażeniem dziecięcym (Horoszewicz, Tomczak, Niedziółka, 2017). Obecność

kotów wpływa na poprawę kondycji psychicznej, jak i fizycznej pacjenta, pomaga w budowaniu relacji społecznych, angażuje oraz motywuje do udziału w procesie terapii, a także wspomaga regulację/autoregulację poziomu jego emocji (Bednarczyk, 2019). Tym, co wyróżnia felinoterapię spośród pozostałych rodzajów animaloterapii jest fakt, iż koty nie potrzebują szczególnego szkolenia, ponieważ bazuje się na ich wrodzonych cechach oraz rodzajach zachowań, co z kolei wiąże się z tym, że nie każdy kot może być terapeutą (Łapińska, 2014). Ważne, by lubił on kontakt z człowiekiem oraz innymi zwierzętami, od pierwszych chwil życia był uczony obecności oraz dotyku innych ludzi, noszenia obroży i chodzenia na smyczy, a także przyzwyczajony do odgłosów życia codziennego oraz ulicznych hałasów (Golemani in., 2012). Według aktualnych wytycznych Polskiego Związku Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących, felinoterapia musi spełniać następujące kryteria:



Rysunek 1. Wytyczne PZZiPZP dotyczące felinoterapii

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Związek Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących (b.d.).

Animaloterapia to kompleksowy obszar interwencji terapeutycznych, który nie opiera się jedynie na kontaktach z małymi zwierzętami domowymi. Przykładem terapeutycznego zwierzęcia o większych rozmiarach jest koń. Hipoterapia, o której mowa, została scharakteryzowana w Kanonach Polskiej Hipoterapii, stworzonych

przez Polskie Towarzystwo Hipoterapeutyczne. Według tej definicji jest to: „ukierunkowane działanie terapeutyczne, mające służyć poprawie funkcjonowania człowieka w sferach fizycznej, emocjonalnej, poznawczej i społecznej, podczas którego specjalnie dobrany i przygotowany koń stanowi integralną część procesu terapeutycznego” (Gasińska i in., 2007). W Polsce stosuje się tę metodę terapii nie tylko w postaci jazdy na koniu, ale również samego kontaktu z nim (Walaszek, Szurmik, Marszałek, Walaszek, Burdacki, 2016). Pakulska i współpracownicy (2010) wyróżniają kilka form hipoterapii:



Rysunek 2. Formy hipoterapii

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Pakulska, Rutkowska-Podołowska, Podołowski (2010)

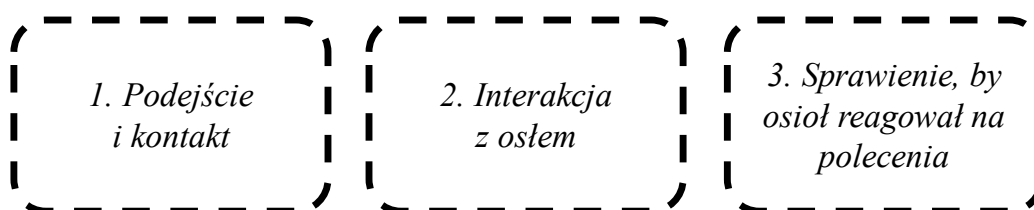
Jedną z nich jest terapia ruchem konia, podczas której pacjent siedzi na koniu, a głównym czynnikiem oddziałującym na niego jest sam ruch konia. W tym czasie od danej osoby nie wymaga się podejmowania żadnych aktywności. Nieco bardziej aktywizującą pacjenta formą terapii jest fizjoterapia na koniu. Przy pomocy fizjoterapeuty, który również dba o jak najbardziej prawidłową postawę siedzenia na koniu, dana osoba wykonuje różne ćwiczenia mające na celu poprawę zaburzonych funkcji organizmu. Dla osób, którym niepełnosprawność fizyczna uniemożliwia jazdę konną, kierowana jest terapia kontaktem z koniem. Podczas tej formy pacjent ma okazję do nawiązania emocjonalnej więzi ze zwierzęciem, czego efektem jest poprawa jakości i sposobu zawierania kontaktów społecznych. Istotą

psychopedagogicznej jazdy konnej oraz woltyżerki jest poprawa funkcjonowania pacjenta w wielu aspektach: poznawczym, intelektualnym, emocjonalnym i fizycznym przy pomocy działań pedagoga, psychologa albo terapeuty zajęciowego (Pakulska, Rutkowska-Podołowska, Podołowski, 2010). Ostatnim z wymienionych w schemacie elementów jest jazda konna dla osób z niepełnosprawnością, która również przynosi wiele pozytywnych efektów terapeutycznych. Jedną z fundamentalnych korzyści wynikających z doświadczania rytmicznego ruchu konia jest obniżenie napięcia mięśni, zwiększenie aktywności ruchowej oraz poprawa samopoczucia podopiecznego. Co więcej, dla osób spędzających większość czasu na wózku, możliwość jazdy konnej zazwyczaj jest powodem odczuwania radości oraz wzmocnienia poczucia własnej wartości (tamże).

Onoterapia jako forma rehabilitacji psychoruchowej osób z niepełnosprawnością

Jedną z coraz częściej pojawiających się w Polsce form animaloterapii jest onoterapia, czyli terapia z udziałem osłów. Główną cechą tego zwierzęcia, działającą na korzyść terapii jest jego łagodna natura (aspekt behawioralny), którą wykorzystuje się do przywrócenia spontanicznej komunikacji (Borioni i in., 2012). Co więcej, wzrost i wygląd osłów (aspekt fizyczny) sprawiają, że pacjenci czują się przy nich bezpiecznie - nie odczuwają lęku, a wręcz wzbudza się w nich opiekuńczość. Ze względu na warunki fizyczne, osły znakomicie sprawdzają się w pracy nie tylko z dziećmi, jednak na swoim grzbiecie mogą wozić osoby ważące maksymalnie 50kg (Dziurka, Długosz, 2016). Jedną z naturalnych cech osła jest ciekawość, dlatego również w czasie terapii jest on zainteresowany tym, co go otacza. W czasie onoterapii pacjenci potrafią zaufać osłom, ponieważ zwierzęta te wykazują się także cierpliwością oraz nawiązują aktywną relację z człowiekiem. Terapia ta nie polega tylko na przewożeniu osób na grzbiecie osła. Zależnie od stanu pacjenta, często jej główną postacią może być niemniej ważny kontakt z osłem, podczas gdy osoba ta wykonuje takie czynności, jak głaskanie czy czyszczenie zwierzęcia.

Kontakt z osłem pozytywnie wpływa zarówno na osoby z niepełnosprawnością ruchową, jak i intelektualną. Onoterapia dedykowana jest również osobom z zaburzeniami psychicznymi, czy też osobowości, a także trudnościami społecznymi (Dziurka, Długosz, 2016). Warto zaznaczyć, iż opisywana terapia jest szczególnie skuteczna w pracy z osobami z zaburzeniami afektywnymi i emocjonalnymi. Borioni i współpracownicy (2012) wyróżniają trzy etapy programu rehabilitacji z udziałem osła:



Rysunek 3. Etapy programu rehabilitacji

Źródło: opracowanie własne na podstawie Borioni i współautorów (2012)

Pierwszy - i zarazem najważniejszy etap animaloterapii, rozpoczyna się od budowania zaufania między pacjentem a osłem oraz jego terapeutą. Na tym etapie podejmowane są próby przezwyciężania lęku, który początkowo może wystąpić u pacjenta oraz następuje przyzwyczajanie się do obcowania wśród danego zwierzęcia (Franczyk, 2012). Etap drugi obejmuje różne formy interakcji, takie jak pielęgnacja i szczotkowanie osła, prowadzenie go, głaskanie. W etapie trzecim uczymy osobę sprawczości, umiejętności zarządzania sobą, ale również zwierzęciem, braniem za nie odpowiedzialności. Trzeba jednak pamiętać, że wymienione wyżej etapy są wyłącznie drogowskazem i muszą być adekwatnie modyfikowane w zależności od możliwości psychofizycznych podopiecznego. Czynności towarzyszące onoterapii mają na celu poprawę samopoczucia pacjenta, dzięki czemu pozostałe stosowane metody terapeutyczne, będą mogły wpływać bardziej efektywnie na funkcjonowanie tej osoby (Karatosidi, Marsico, Tarricone, 2013).

Założenia metodologiczne

Celem przeprowadzonego badania było lepsze zrozumienie natury pracy onoterapeuty, technik stosowanych w terapii onoterapeutycznej oraz efektów i wyzwań związanych z praktyką zawodową w Polsce. Przedmiotem badań były wypowiedzi onoterapeutki, jej narracja, która poddana została analizie. Aby rozpoznać sytuację związaną z pracą terapeutyczną z wykorzystaniem osłów, przeprowadzono indywidualny wywiad online (Walentynowicz-Moryl, 2017). Uczestniczka badania czynna zawodowo jest od ponad 10 lat, zaś związana z onoterapią od 2017 roku. Jest członkinią Polskiego Stowarzyszenia Hodowców Osłów oraz posiada certyfikat ukończenia szkolenia z zakresu onoterapii.

Analiza materiału empirycznego

Refleksje dotyczące zainteresowania się onoterapią

W 2009 roku ukończyłam kurs hipoterapii Polskiego Towarzystwa Hipoterapeutycznego i zaczęłam prowadzić zajęcia hipoterapeutyczne. W tym samym roku kończyłam studia magisterskie na kierunku surdopedagogika i moja praca magisterska była o roli zwierząt w życiu osób niesłyszących. W tej pracy wymieniałam rodzaje terapii przy udziale zwierząt i natknęłam się na onoterapię właśnie. Jednakże informacji w Internecie było niewiele porównywalnie jak w przypadku delfinoterapii. Wtedy ta forma terapii w Polsce była znana ewentualnie z teorii. Nikt nie prowadził tego rodzaju terapii. Mijały lata i gdzieś cały czas siedziało mi to w głowie. Jednak dopiero kilka lat później około 2017 roku zaczęłam coraz śmieiej myśleć o osłach i onoterapii. Niestety w dobie obecnych dwudniowych kursów specjalistycznych lub o zgrozo online szukałam czegoś co ma „ręce i nogi”, czyli odpowiednią ilość godzin i przede wszystkim znajomość tematu. Trafiłam na małżeństwo Arka i Sarę Valentini Pstrong, którzy wspólnie z hodowlą osłów w Lubachowie organizowali kurs onoterapii, składający się niejako z trzech części: ABC Osła, Przewodnik Osła oraz właściwą Onoterapię. Zanim jednak zapisałam się na kurs minęło kolejnych kilka lat, gdyż

nadal temat onoterapii w Polsce jest tematem mocno raczkującym, choć w ciągu ostatnich dwóch lat nabiera popularności. Zanim jednak wzięłam udział w kursie spędziłam kilka dni w towarzystwie osłów w gospodarstwie agroturystycznym Arka i Sary. To była miłość od pierwszego wejrzenia, wiedziałam, że osły muszą znaleźć się i u mnie.

Onoterapia – dla kogo jest przeznaczona?

Onoterapia przeznaczona jest dla osób niepełnosprawnych, ale tak naprawdę kontakt z osłami jest cudownym przeżyciem nawet dla osób w pełni sprawnych. Każdy może „coś” wyciągnąć dla siebie. z uwagi na to, że onoterapia różni się choćby tym od hipoterapii, że w tej pierwszej nie dosiadamy osłów. Są zdecydowanie mniejsze od koni oraz nie mają terapeutycznego ruchu. Sadzanie na osły odbywa się raczej jako jeden z elementów i to raczej krótkotrwały. Wskazań do onoterapii jest zdecydowanie więcej niż przeciwwskazań. Mniej także jest przeciwwskazań do onoterapii niż hipoterapii z uwagi na fakt, że właśnie się na nich nie jeździ. Do przeciwwskazań należy m.in. silna alergia na sierść, niepohamowany lęk przed osłem. Moje osły mają dopiero 2 lata, więc jeszcze nie pracują jako terapeuci, aczkolwiek zgłaszają się już dzieci z przedszkoli integracyjnych / terapeutycznych, a na hipoterapii dzieci z MPD, autyzmem, zespołem Downa lub niepełnosprawnością intelektualną o różnych stopniach.

Przebieg szkolenia osła - przyszłego terapeuty

Osły szkolę sobie sama i moje dzieci. Takie szkolenie polega na nauce bycia czyszczonym, prowadzenie na kantarze, chodzenia na uwiązaniu, oswajania z różnymi „dziwnymi” przedmiotami, żeby osły spokojnie reagowały na otoczenie. Nasz dzień z życia osła – przyszłego terapeuty polega poza wylegiwaniem się na pastwisku, zabawami ze sobą i jedzeniem trawy na wyżej wymienionych czynnościach, czyli przygotowywania osłów do pracy przyszłych terapeutów. Osły są niesamowicie mądre i szybko się uczą, ja kupiłam osły, które ukończyły rok, więc szkolenie rozpoczęłam od razu.

Charakterystyka pożądanych cech osła

Osiół pomimo tego, że słynie z upartości tak naprawdę jest spokojnym zwierzęciem, ciekawskim, towarzyskim i zdecydowanie bardziej stadnym niż koń. Osiół najlepiej czuje się z drugim osłem, ale nawet jak są w stadzie w momencie, kiedy człowiek pojawia się na pastwisku podchodzą do człowieka, podczas gdy konie raczej nie mają takiej potrzeby. Osły też szybko się uczą, są mniej płochliwe niż konie, w upały lubią się wylegiwać na pastwisku co u koni raczej bywa alarmujące (potencjalne poważne choroby – z wyjątkiem źrebaków, lub starszych koni).

Opis pierwszego kontaktu pacjenta ze zwierzęciem – terapeutą

Pierwszy kontakt pacjenta z osłem, to najczęściej głaskanie, przywitanie się. Osły jak wspominałam same inicjują często kontakt, są ciekawe nowych osób. Dla dzieci są też bardziej przystępne niż konie choćby z racji wzrostu – konie nawet niższych ras budzą jednak respekt, a osiołki są drobniejsze, niskie (ok. 100 cm w kłębie).

Struktura sesji onoterapeutycznej

Sesja to jest 30 min. Mniej nie ma sensu, więcej też nie, żeby nie znudzić pacjenta. Zajęcia mają określoną strukturę. Zajęcia opracowywane są pod danego pacjenta w zależności od tego co chcemy na zajęciach ćwiczyć. Taka sesja najczęściej odbywa się cyklicznie raz w tygodniu, podobnie to wygląda z hipoterapią. To się tyczy zajęć indywidualnych. Jeśli chodzi o zajęcia grupowe terapia z osłami wówczas może trwać dłużej w zależności od ilości dzieci. z hipoterapii nie lubię tej formy i kiedy zgłaszają się przedszkola bądź ośrodki to traktuję to raczej jako oprowadzanki, gdyż zajęcia takie nie odbywają się cyklicznie.

Korzyści płynące z onoterapii

Onoterapia oddziałuje niemalże na wszystkie sfery człowieka: poznawczą, emocjonalną, społeczną. Osły są stoickie, spokojne i człowiekowi udziela się ich nastrój. W zależności od tego co chcemy osiągnąć i od indywidualnych predyspozycji pacjentów obserwujemy korzyści z hipoterapii. Aczkolwiek ośmielę się pokusić o stwierdzenie, że już od pierwszego kontaktu z osłem można zauważyć pozytywne efekty terapii / kontaktu ze zwierzęciem.

Różnice między onoterapią a hipoterapią

Pomimo tego, że na kursie onoterapii prowadzący wykazywali ogromną przewagę onoterapii nad hipoterapią to dla mnie najważniejszą różnicą jest po prostu samo zwierzę. Osioł to nie mały koń. Ja w ramach hipoterapii prowadziłam także terapię kontaktem z koniem, czyli terapię bez wsiadania na konia. Mając jednak osły uważam, że terapia kontaktem w tym przypadku jest dużo przyjemniejsza właśnie przez to, że osioł łatwiej wchodzi w kontakt z człowiekiem niż koń. Druga rzecz – konie mają terapeutyczny ruch – osły nie, bo mają różną liczbę kręgów i ich chód jest mniej harmonijny niż koni.

Onoterapia jako forma wsparcia innych terapii

Onoterapia jak i hipoterapia są metodami wspomagającymi terapię. Idealnym rozwiązaniem jest stała współpraca między terapeutami danego pacjenta.

Wnioski z badania

- Na podstawie przeprowadzonego wywiadu stwierdzono, że:
- Onoterapia przeznaczona jest dla osób niepełnosprawnych, ale korzystają z niej także osoby w pełni sprawne.

- Onoterapia różni się od hipoterapii nie tylko zwierzęciem-terapeutą, ale również m.in. jego wielkością oraz tym, że osły nie mają terapeutycznego ruchu. Ich chód jest mniej harmonijny, dlatego się ich nie dosiada.
- Występuje niewiele przeciwwskazań do korzystania z onoterapii, m.in. silna alergia na sierść, niepohamowany lęk przed osłem.
- Szkolenie osłów polega na nauce bycia czyszczonym, prowadzenia na kantarze, chodzenia na uwiązanie. Oswaja się je także z różnymi przedmiotami, by spokojnie reagowały na otoczenie.
- Osioł jest spokojnym, ciekawskim, towarzyskim i stadnym zwierzęciem, dlatego potrzebuje towarzystwa drugiego osła.
- Pierwszy kontakt pacjenta z osłem najczęściej polega jedynie na głaskaniu, przywitaniu się.
- Indywidualna sesja onoterapeutyczna trwa 30 minut. Odbywa się najczęściej co tydzień i jej przebieg ma określoną strukturę w zależności od potrzeb pacjenta. Zajęcia grupowe mogą mieć czas wydłużony w zależności od liczby uczestniczących w nich osób.
- Onoterapia oddziałuje na poznawczą, emocjonalną oraz społeczną sferę człowieka.
- Pozytywne efekty terapii/kontaktów ze zwierzęciem można zauważyć już od pierwszego spotkania z osłem.
- Osioł łatwiej wchodzi w kontakt z człowiekiem niż koń, dlatego terapia kontaktem z osłem przebiega w przyjemniejszy sposób, niż z koniem.
- Onoterapia jest metodą wspomagającą terapię, dlatego istotna jest stała współpraca między terapeutami danego pacjenta.

Podsumowanie

Onoterapia jest jedną z wielu form animaloterapii stosowanych na całym świecie. Mimo iż jest stosunkowo młodą dziedziną, to obecnie zyskuje ona coraz większą popularność w Polsce. Wyróżnia się pozytywnymi efektami terapii nawet już po pierwszych spotkaniach ze zwierzęciem. Cechy charakterystyczne dla osłów powodują to, że terapia jest przyjemna i równocześnie bardzo pożyteczna dla korzystających z niej pacjentów. z tej formy animaloterapii może

korzystać prawie każdy. Występuje jedynie kilka przeciwwskazań do jej stosowania m.in. wynikających z występowania alergii na sierść. Ponieważ onoterapia jest metodą wspierającą terapię, wskazana jest współpraca między terapeutami danego pacjenta, by w pełni dążyć do uzyskania oczekiwanych efektów, a także do ogólnej poprawy zdrowia fizycznego oraz psychicznego.

Bibliografia

- Bednarczyk, M. (2019). Felinoterapia jako forma wsparcia włączenia społecznego i rehabilitacji osób niepełnosprawnych. *Student niepełnosprawny. Szkice i rozprawy*, 17(10), 67-75.
- Borioni, N., Marinaro, P., Celestini, S., Del Sole, F., Magro, R., Zoppi, D., Mattei, F., Dall'Armi, V., Mazzarella, F., Cesario, A., Bonassi, S. (2012). Effect of equestrian therapy and onotherapy in physical and psycho-social performances of adults with intellectual disability: a preliminary study of evaluation tools based on the ICF classification. *Disability and rehabilitation*, 34(4), 279–287. <https://doi.org/10.3109/09638288.2011.605919>
- Charry-Sánchez, J. D., Pradilla, I., Talero-Gutiérrez, C. (2018). Animal-assisted therapy in adults: a systematic review. *Complementary therapies in clinical practice*, 32, 169–180. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.06.011>
- Chmiel, K., Kubińska, Z., Derewiecki, T. (2014). Terapie z udziałem zwierząt w rehabilitacji różnych form niepełnosprawności. *Problemy Higieny i Epidemiologii*, 95(3), 591-595.
- Dziurka, D., Długosz, B. (2016). Sposoby użytkowania osłów. *Wiadomości Zootechniczne*, 54(3).
- Franczyk, A. (2012). Dogoterapia w pracy terapeutycznej. *Biuletyn Logopedyczny*, 26, 52-64.
- Gasińska, M., Krupiński, J., Należyty, M., Paszkiewicz, A., Smolak, W., Solecka, I., Strumińska, A., Ustjan, D., Wońska, M. (2007). *Kanony polskiej hipoterapii*. Polskie Towarzystwo Hipoterapeutyczne.

- Girczys-Poędniok, K., Pudło, R., Szymłak, A., Pasierb, N. (2014). Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej. *Psychiatria*, 11(3), 171-176.
- Goleman, M., Drozd, L., Karpiński, M., Czyżowski, P. (2012). Felinoterapia jako alternatywna forma terapii z udziałem zwierząt. *Medycyna Weterynaryjna*, 68(12), 732-735.
- Horoszewicz, E., Tomczak, E., Niedziółka, R. (2017). Zwierzę terapeutyczne—kot. *Wiadomości Zootechniczne*, 55(4).
- Jagielski, D., Jagielska, A., Pyszora, A. (2014). Dogoterapia—historia, założenia, cele. Propozycja zastosowania w opiece paliatywnej. *Med Paliat Prakt*, 8(4), 163-167.
- Karatosidi, D., Marsico, G., Tarricone, S. (2013). Modern use of donkeys. *Iranian Journal of Applied Animal Science*, 3(1), 13-17.
- Karbowniczek, J., Mielczarek, J. (2016). Dogoterapia jako naturalna metoda wspomaganie, leczenia i rehabilitacji dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce*, (4/2), 37-45.
- Łapińska, J. (2014). Potęga kociego mrużenia. *Kocie Sprawy*, 134–135
- Madajczyk, M., Wypych, M. (2020). „Domowa dogoterapia” czyli pies dla dziecka z niepełnosprawnością. Gdynia: Fundacja Dogtor, Gdyńskie Centrum Zdrowia.
- Magiera, A., Klocek, C., Penar, W. (2018). Animaloterapia jako współczesne narzędzie poprawy zdrowia człowieka. *Sztuka Leczenia*, 2, 85-90.
- Nawrocka-Rohnka, J. (2010). Dogoterapia jako metoda wspomaganie rehabilitacji dziecka z zaburzeniami rozwoju. *Nowiny Lekarskie*, 79(4), 304-310.
- Pakulska, J., Rutkowska-Podołowska, M., Podołowski, G. (2010). Nowoczesne formy działalności gospodarczej szansą rozwoju obszarów wiejskich. W: B. Kryk, M. Malicki (red.), *Rolnictwo w kontekście zrównoważonego rozwoju obszarów wiejskich* (s. 175-194). Szczecin: Wydawnictwo Economicus.
- Walaszek, R., Szurmik, T., Marszałek, A., Walaszek, K., Burdacki, M. (2016). Medyczne, pedagogiczne, psychologiczne i społeczne oddziaływania hipoterapii. *Medycyna Rodzinna*, 2, 91-97.

Walentynowicz-Moryl, K. (2017). Indywidualny wywiad online – technika asynchroniczna. *Relacje. Studia z nauk społecznych*, (3), 55-65.

Netografia

Związek Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących (b.d.). *Felinoterapia – definicje, standardy pracy*. Pobrano z <https://www.zooterapia.org.pl/zooterapia/felinoterapia-definicje-standardy-pracy> dnia 12 listopada 2023 roku.