



**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

**Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΝΟΣΟΥ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ
ΠΑΛΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ**

**ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ
ΚΟΥΚΟΥΡΙΚΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2017

**Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΝΟΣΟΥ**

Animal role in therapy of mental disease

ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Λαβδανίτη Μαρία

Τσαλογλίδου Αρετή

Καυκιά Θεοδώρα

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	10
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΝΟΣΟΣ	
1.1 Εισαγωγή	12
1.2 Η ψυχική υγεία και οι ψυχικές ασθένειες	13
1.2.1 Ταξινόμηση ψυχικών νόσων, επιπολασμός και επιπτώσεις	14
1.2.2 Θεραπευτική αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου στο παρελθόν και τη σύγχρονη εποχή	17
1.4 Σύνοψη	18
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο Η ΕΝΤΑΞΗ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ	
2.1 Εισαγωγή	19
2.2 Ιστορικά στοιχεία	19
2.3 Θεωρητικά πλαίσια και δεδομένα	22
2.4 Σύνοψη	25
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ ΚΑΙ ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΚΥΠΤΟΥΝ	
3.1 Εισαγωγή	26

3.2 Γενικά οφέλη της θεραπείας με ζώα στην ψυχική υγεία και ερμηνεία των εννοιολογικών ορισμών που αφορούν σε αυτή.....	27
3.3 Οφέλη της ένταξης ζώων στις σύγχρονες μεθόδους θεραπείας ψυχικών νόσων για παιδιά, ενήλικες και ηλικιωμένους ασθενείς	31
3.3.1 Κατάθλιψη	32
3.3.2 Αυτισμός	34
3.3.3 Άνοια	38
3.3.4 Σχιζοφρένεια	40
3.3.5 Διαταραχές άγχους	42
3.3.6 Έτερες ψυχικές νόσοι	44
3.4 Ερευνητικά δεδομένα για τα οφέλη της χρήσης ζώων στη θεραπεία ψυχικά ασθενών	46
3.5 Σύνοψη	49

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΜΕ ΖΩΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ

4.1 Εισαγωγή	51
4.2 Αρχές και παράμετροι που διέπουν τη χρήση ζώων στη θεραπεία	51
4.3 Ο ρόλος των νοσηλευτών στην υλοποίηση των θεραπευτικών προγραμμάτων	54
4.4 Τα ζώα θεραπείας	56
4.4.1 Ο σκύλος	57
4.4.2 Ο ίππος	59

4.4.3 Το δελφίνι	60
4.4.4 Τα αγροτικά και άλλα ζώα	61
4.5 Εφαρμογές προγραμμάτων θεραπείας με ζώα	62
4.5.1 Ανά τον κόσμο	63
4.5.2 Στην Ελλάδα	64
4.6 Σύνοψη	66

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5° ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ

5.1 Εισαγωγή	67
5.2 Επιφυλάξεις- Παράγοντες κινδύνου- Αντιρρήσεις για τη χρήση της θεραπείας	67
5.3 Σύνοψη	71

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6° ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΖΩΩΝ

6.1 Εισαγωγή	72
6.2 Συμπεράσματα και προτάσεις για την αξιοποίηση των δεδομένων και την περαιτέρω εξέλιξη του πεδίου της έρευνας	73
6.3 Σύνοψη	75

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	76
-----------------------	-----------

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ78

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ97

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα εργασία πραγματεύεται το θέμα του ρόλου των ζώων στη θεραπεία των ψυχικών ασθενειών. Είναι γνωστό ότι η επιβάρυνση της ψυχικής νόσου στον εικοστό πρώτο αιώνα συνεχίζει να αυξάνει, προκαλώντας εξαιτίας των πολυδιάστατων επιπτώσεών της σημαντικό κοινωνικοοικονομικό αντίκτυπο σε όλες τις χώρες του κόσμου. Ως αποτέλεσμα στα συστήματα υγείας ανά τον κόσμο παρατηρείται μια αναντιστοιχία ανάμεσα στην ανάγκη παροχής θεραπευτικών προγραμμάτων για τους ψυχικά ασθενείς και στην πρακτική εφαρμογή τους. Στην επιτακτική αυτή ανάγκη έρχεται να προσφέρει τις υπηρεσίες της μια συμπληρωματική μορφή θεραπείας που φαίνεται να κερδίζει έδαφος τις τελευταίες δεκαετίες, η επονομαζόμενη θεραπεία ψυχικών νόσων με τη συμβολή των ζώων. Βασισμένη σε έρευνες που διεξήχθησαν αρχικά κατά τη δεκαετία του 1960 και ξεκινώντας εμπειρικά στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, βασίζεται στα οφέλη που προκαλεί η παρουσία ενός ζώου στην συναισθηματική αλλά και σωματική υγεία του ανθρώπου. Η θεραπεία της ψυχικής νόσου μέσω ζώων, ως εναλλακτική ή συμπληρωματική μορφή θεραπείας γίνεται πλέον αποδεκτή και στην Ευρώπη από πληθώρα επαγγελματιών υγείας για τα δυνητικά της οφέλη.

Με επιστημονική σκέψη και σχεδιασμό, εκπαιδευμένα ζώα που πληρούν ορισμένα κριτήρια εντάσσονται, κατέχοντας μάλιστα κεντρικό ρόλο, στο πλάνο φροντίδας ψυχικά ασθενών συνεισφέροντας στην επίτευξή των στόχων της θεραπείας. Σκύλοι, γάτες, πτηνά, άλογα και δελφίνια καθώς και πλήθος άλλων ζώων μπορούν να δράσουν καταλυτικά στο όλο θεραπευτικό περιβάλλον δίνοντας στον ασθενή τη δυνατότητα να μετριάσει το στρες του, να χαλαρώσει και να γίνει δεκτικότερος στην επικοινωνία του με τον θεραπευτή. Ως αποτέλεσμα εφαρμόζονται πλέον πληθώρα επιστημονικών προγραμμάτων που βασίζονται στις ευεργετικές επιδράσεις των ζώων στους ασθενείς και ειδικότερα στους ψυχικά νοσούντες. Τα προγράμματα αυτά μπορούν να περιλαμβάνουν μια σειρά από δραστηριότητες, όπως την απλή επαφή με το ζώο, τη φροντίδα και περιποίηση του καθώς και τη διενέργεια αθλητικών ασκήσεων με τη βοήθεια ή την παρουσία του ζώου. Δύνανται να πραγματοποιηθούν σε ενδονοσοκομειακά ή όχι πλαίσια, σε

μια σειρά από διαφορετικές κατά το επιθυμητό εγκαταστάσεις και να ενταχθούν κατά το δυνατό σε πλήθος θεραπευτικών προσεγγίσεων ανεξαρτήτως της θεωρητικής τους υποδομής και προέλευσης.

Δεδομένων των παραπάνω στοιχείων σχετικά με τη σημαντικότητα των ψυχικών νόσων και των επιπτώσεών τους καθώς και με τη δυνατότητα διερεύνησης και εφαρμογής ενός νέου σχετικά πλάνου φροντίδας τους- αυτό με τη συμβολή των ζώων- με σχετικά χαμηλό κόστος και πολλά εμφανιζόμενα οφέλη, καθίσταται εμφανής η αξία μελέτης του συγκεκριμένου θέματος, για να διαφωτιστεί έστω κατά το ελάχιστο η νέα αυτή δυνατότητα θεραπείας και η προοπτική ευρύτερης ένταξής της στα γνωστά συμβατικά θεραπευτικά προγράμματα για τις ψυχικές νόσους.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η ανάδειξη μέσω ερευνητικών δεδομένων και θεωρητικών πλαισίων του ρόλου των ζώων στη θεραπεία της ψυχικής νόσου. Η ψυχική νόσος ως έννοια καλύπτει ένα ευρύ φάσμα διαταραχών που χαρακτηρίζονται από ποικίλα διαφορετικά συμπτώματα αλλά και την εμφάνιση κοινών παθολογικών στοιχείων όπως οι παράταιρες, υπερβολικές ή παράλογες σκέψεις και συναισθήματα, η μη φυσιολογική συμπεριφορά και η έλλειψη ικανότητας σύναψης φυσιολογικών διαπροσωπικών σχέσεων. Το κόστος της περίθαλψης και φροντίδας όσον αφορά στην ψυχική υγεία παγκοσμίως είναι ιδιαίτερα υψηλό ενώ αναμένεται να αυξηθεί με βάση τα ερευνητικά στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας σε ακόμη μεγαλύτερα ποσοστά. Τα παραδοσιακά θεραπευτικά σχήματα περιλαμβάνουν κυρίως φαρμακευτική αγωγή και ψυχοθεραπεία ενώ σε σοβαρότερες περιπτώσεις οι ψυχικά ασθενείς εγκλείονται σε ψυχιατρικές κλινικές και ιδρύματα, πολλές φορές ισοβίως.

Στην επιτακτική ανάγκη εφαρμογής νέων και αποτελεσματικών μορφών θεραπείας για την ψυχική νόσο έρχεται να συμβάλλει με τα πλεονεκτήματά της η λεγόμενη θεραπεία με τη βοήθεια ζώων. Η υποβοηθούμενη από ζώα θεραπεία ψυχιατρικών ασθενών, η Animal Assisted Therapy (AAT), όπως είναι γνωστή στη διεθνή ορολογία, παρουσιάζοντας ενθαρρυντικά αρχικά ερευνητικά αποτελέσματα και στοιχεία ως προς τα δυνητικά της οφέλη, δε συνιστά ξεχωριστή σχολή ψυχοθεραπείας, αλλά μπορεί να εφαρμοστεί ως εναλλακτική ή συμπληρωματική μορφή θεραπείας. Έχει την αρχή της στον μακροχρόνιο δεσμό μεταξύ ανθρώπου και ζώου και στις ευεργεσίες που προκύπτουν για το πρώτο μέλος της σχέσης αυτής. Παρότι τα ζώα υπήρξαν παρόντα σε διάφορα θεραπευτικά περιβάλλοντα ανά τους αιώνες, πατέρας της θεραπείας ψυχικά ασθενών με τη βοήθεια ζώων θεωρείται ο Αμερικανός Boris Levinson, ψυχοθεραπευτής παιδιών, ο οποίος το 1961 πρώτος κατέγραψε με επιστημονικό τρόπο τα ευρήματά του από την ευεργετική παρουσία ενός σκύλου στην υγεία των μικρών ασθενών του. Στα έτη που ακολούθησαν πραγματοποιήθηκαν και άλλες έρευνες που τα αποτελέσματά τους ενισχύουν τις απόψεις του Αμερικανού ψυχοθεραπευτή. Στη σύγχρονη εποχή

η θεραπεία μέσω ζώων ορίζεται εννοιολογικά ως η καθοδηγούμενη αλληλεπίδραση μεταξύ ενός ειδικά εκπαιδευμένου ζώου και του ασθενούς ως ατόμου ή ομάδας, η οποία κατευθύνεται από τον θεραπευτή-χειριστή του ζώου. Οι παρεμβάσεις αυτές μπορούν να λάβουν χώρα σε ποικίλα περιβάλλοντα και περιλαμβάνουν πλήθος δραστηριοτήτων που έχουν ως στόχο να προάγουν την υγεία ως ολότητα και να μειώσουν τα αρνητικά συμπτώματα της ψυχικής νόσου.

Το πρώτο κεφάλαιο της εργασίας αυτής αναφέρεται στις έννοιες της ψυχικής υγείας και της ψυχικής νόσου γενικά, κάνοντας μια σύντομη αναδρομή στη θεραπευτικές προσεγγίσεις των ψυχικών διαταραχών ανά τους αιώνες καθώς και στα κυριότερα σύγχρονα σχήματα θεραπείας. Στο δεύτερο κεφάλαιο παρουσιάζεται η ένταξη των ζώων στα θεραπευτικά πλαίσια μέσα από μια σύντομη καταγραφή των σημαντικότερων σταθμών του παρελθόντος και την παρουσίαση θεωρητικών ψυχολογικών μοντέλων στα οποία βασίζεται αλλά και σύγχρονων ερευνητικών στοιχείων που τη στηρίζουν. Το τρίτο κεφάλαιο καταγράφει τα πλεονεκτήματα και οφέλη που προκύπτουν από τη θεραπεία με τη βοήθεια ζώων στις γνωστότερες μορφές ψυχικών παθήσεων παιδιών, ενηλίκων και ηλικιωμένων. Στο τέταρτο κεφάλαιο διερευνώνται οι αρχές που διέπουν την ένταξη των ζώων στη θεραπεία, παρουσιάζονται σύγχρονα ανά τον κόσμο θεραπευτικά προγράμματα που βασίζονται στη χρήση ζώων και γίνεται αναφορά στο ρόλο του νοσηλευτή για την διεξαγωγή και προώθηση τέτοιων προγραμμάτων. Στο επόμενο κεφάλαιο σημειώνονται οι περιορισμοί της εν αναφορά θεραπευτικής επιλογής, όπως επίσης και οι αντιδράσεις – ενστάσεις επιστημόνων ή εκπροσώπων ζωοφιλικών ομάδων και οργανισμών. Στο έκτο και τελευταίο κεφάλαιο καταγράφονται τα συμπεράσματα που προέκυψαν από την συγκέντρωση των στοιχείων για το ρόλο των ζώων στη θεραπεία της ψυχικής νόσου και επισημαίνονται προτάσεις για περαιτέρω έρευνα και αξιοποίηση των θεωρητικών γνώσεων σε πρακτικό επίπεδο προς όφελος των ψυχικά νοσούντων συνανθρώπων μας.

Κεφάλαιο 1^ο ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΝΟΣΟΣ

1.1 Εισαγωγή

Οι ψυχικές διαταραχές ως όρος χρησιμοποιούνται για να καλύψουν ένα ιδιαίτερα ευρύ φάσμα συμπτωμάτων και καταστάσεων με κοινό παρονομαστή τα διάφορα παθολογικά στοιχεία στη σκέψη, τις πράξεις αλλά και την επικοινωνία του ανθρώπου που νοσεί, με τους άλλους. Περικλείουν καταστάσεις όπως οι φοβίες και άλλες αγχώδεις διαταραχές, η κατάθλιψη και άλλες συναισθηματικές αποκλίσεις, όπως και σοβαρότερες νόσους επί παραδείγματος η σχιζοφρένεια και άλλες ψυχώσεις. Αφορούν ανθρώπους κάθε ηλικίας και φύλου, κάθε εθνότητας και πολιτισμού. Η ψυχική νόσος είναι πολυπαραγοντικής αιτιολογίας, ενώ επιβαρυντικοί παράγοντες αδιαμφισβήτητα θεωρούνται τα κληρονομικά χαρακτηριστικά, οι διάφορες εγκεφαλικές και νευρολογικές παθήσεις αλλά και το κοινωνικό περιβάλλον στο οποίο ο άνθρωπος γεννιέται και ωριμάζει.

Λόγω των συμπτωμάτων που προκαλεί η ψυχική νόσος επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό την καθημερινότητα του ασθενούς, δρώντας καταλυτικά στην ικανότητα του για ανεξαρτησία και αυτοεξυπηρέτηση, για δράση και εργασία, για τη σύναψη ομαλών σχέσεων με τους άλλους ανθρώπους και τελικώς υποβαθμίζοντας την ίδια την ποιότητα της ζωής του. Δια μέσου των αιώνων έχουν σημειωθεί σημαντικές εξελίξεις στον τρόπο θεραπευτικής αντιμετώπισης των ψυχικά ασθενών γεγονός που οφείλεται στην πρόοδο της επιστήμης και της γνώσης μας σχετικά με τη λειτουργία και την παθολογία του εγκεφάλου. Σήμερα είναι πλέον αποδεκτό ότι η πλειοψηφία των ψυχικά νοσούντων έχει τη δυνατότητα να αναρρώσει και να βιώσει μια σχετικά φυσιολογική ζωή, δεδομένου ότι θα δεχτεί έγκαιρη και επαρκή θεραπεία.^[1]

Ωστόσο ανά τον κόσμο, ακόμη και στη σύγχρονη εποχή, η ψυχική ασθένεια συνδέεται με μειωμένη αναζήτηση επιστημονικής βοήθειας ή μειωμένης ποιότητας παροχή θεραπείας, γεγονός που δείχνει να οφείλεται στην ύπαρξη αρνητικών κοινωνικών στερεοτύπων αλλά και σε δυσλειτουργίες και ελλιπή οργάνωση των συστημάτων περίθαλψης. Για την σωστή φροντίδα του ψυχικά ασθενή απαιτείται ο κατάλληλος συνδυασμός θεραπευτικών σχημάτων καθώς και η ενεργητική

συμμετοχή του κοινωνικού δικτύου που με τη σωστή επιμόρφωση θα απαλλαγεί από λανθασμένες για την ψυχική νόσο πεποιθήσεις και θα στηρίξει τον άνθρωπο που πάσχει.

1.2 Η ψυχική υγεία και οι ψυχικές ασθένειες

Η υγεία, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ορίζεται ως η κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και διανοητικής ευεξίας και όχι απλώς ως η απουσία νόσου ή παθολογικών στοιχείων. Επιπλέον ψυχική υγεία είναι η κατάσταση εκείνη κατά την οποία το άτομο συνειδητοποιεί και διατηρεί τον έλεγχο των λειτουργιών και ικανοτήτων του ώστε να καθίσταται ικανό να ανταπεξέρχεται στις απαιτήσεις της καθημερινότητας και να αντιμετωπίζει τις στρεσογόνες καταστάσεις της ζωής. Το υγιές ψυχικά άτομο έχει τη δυνατότητα να είναι δραστήριο και παραγωγικό καθώς και να συνεισφέρει με τις δυνατότητές του στο κοινωνικό σύνολο. [2]

Παρόλη την πρόοδο που έχει σημειωθεί στις επιστήμες της νευροφυσιολογίας και της ψυχιατρικής, παρατηρούνται μεγάλες ελλείψεις ανά τον κόσμο στην παροχή προληπτικής και θεραπευτικής φροντίδας για την ψυχική νόσο γενικότερα. Το γεγονός αυτό οφείλεται σε μεγάλο ποσοστό στην περιορισμένη ακόμη κατανόηση του εγκεφάλου και της κυτταρικής και μοριακής του δομής. Επιπλέον οι επενδύσεις παγκοσμίως που αφορούν σε έρευνες σχετικά με την αιτιολογία και την αντιμετώπιση των νευροψυχικών διαταραχών είναι δυσανάλογα χαμηλές σε σχέση με τις οικονομικές επιπτώσεις που αυτές άμεσα ή εμμέσως προκαλούν. Σε λιγότερο βαθμό, η ύπαρξη κοινωνικών στερεοτύπων σχετικά με την ψυχική νόσο και το στίγμα που αυτή επιφέρει στους πάσχοντες αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα στην αναζήτηση και αποδοχή της θεραπείας.^[1]

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας έχοντας λάβει υπόψη τις ελλείψεις, τους περιορισμούς και τις σύγχρονες προκλήσεις στην αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών έθεσε συγκεκριμένες προτεραιότητες με σκοπό την υπέρβαση των εμποδίων στην παροχή κατάλληλων και επαρκών θεραπευτικών παρεμβάσεων. Κοινός παρονομαστής στη στοχοθεσία αυτή είναι η ολιστική αντιμετώπιση του

ψυχικά ασθενή με ολοκληρωμένα πλάνα φροντίδας που θα οργανώνονται και θα εφαρμόζονται με τη συνεργασία ενός δικτύου ειδικών από διάφορους επιστημονικούς τομείς, όπως ψυχιάτρους και νευρολόγους, γενικούς ιατρούς, ψυχοθεραπευτές και κοινωνικούς λειτουργούς, φυσιοθεραπευτές και εργοθεραπευτές αλλά και κάθε απαιτούμενο επιστημονικό ή κοινωνικό φορέα. Ως κοινός σκοπός εργασίας τους θα τίθεται η βελτίωση της ποιότητας ζωής του ασθενή στο μέγιστο βαθμό και συνεπώς η κατά το δυνατό ομαλή ένταξή του στο κοινωνικό σύνολο.^[2]

Γίνεται λοιπόν κατανοητό ότι μία από τις σημαντικότερες προκλήσεις στον τομέα της ψυχικής υγείας είναι ο περιορισμός ιδρυματοποίησης των ασθενών, του ισόβιου δηλαδή ή μακροχρόνιου εγκλεισμού τους σε ψυχιατρικές κλινικές και άσυλα και η επανάκτηση της ικανότητας διαβίωσης τους εντός του κοινωνικού συστήματος και του οικείου διαπροσωπικού περιβάλλοντος. Για να πραγματοποιηθεί αυτό απαραίτητη καθίσταται η περεταίρω εξέλιξη των επιστημών που μελετούν την φυσιοπαθολογία των ψυχικών διαταραχών, η διεξαγωγή ερευνών σχετικά με την κατάλληλη εφαρμογή προληπτικών παρεμβάσεων για την προώθηση της ψυχικής υγείας στο γενικό πληθυσμό, η εφαρμογή επιτυχημένων στρατηγικών φροντίδας προσιτών σε όλους τους ασθενείς και η κοινωνική ευαισθητοποίηση και επιμόρφωση σχετικά με την ψυχική νόσο.^[3]

1.2.1 Ταξινόμηση ψυχικών νόσων, επιπολασμός και επιπτώσεις

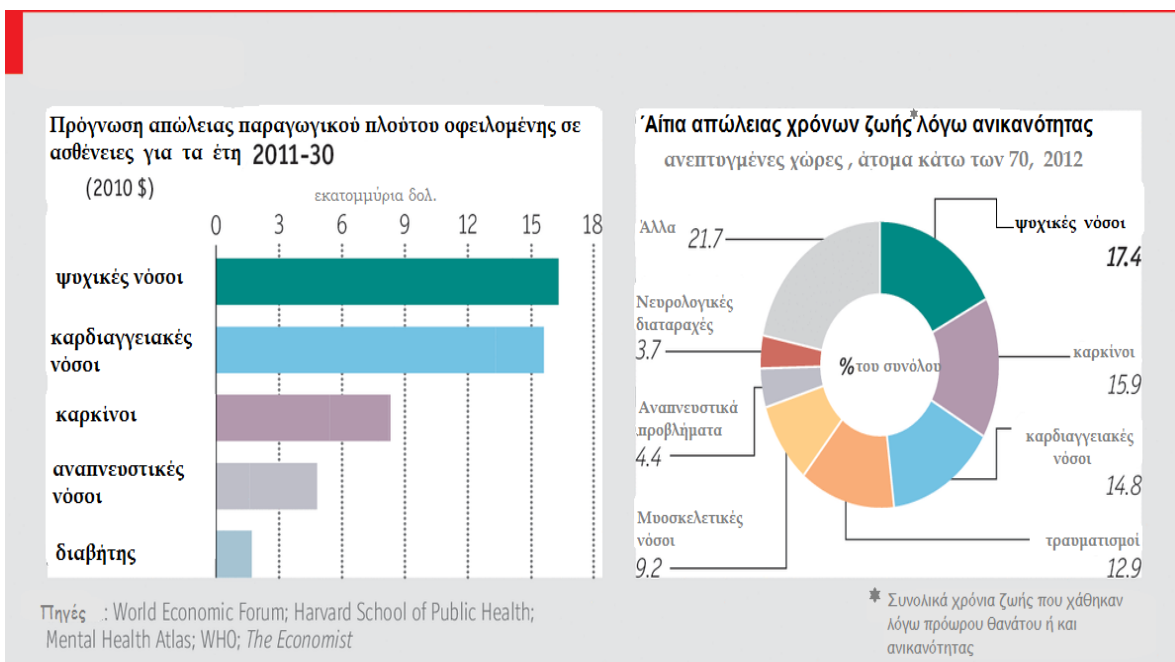
Με βάση τη διεθνή ταξινόμηση νόσων και συναφών προβλημάτων υγείας από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και την αναθεωρημένη για το 2016 δέκατη έκδοσή του οι ψυχικές διαταραχές διαχωρίζονται στις εξής παρακάτω μεγάλες κατηγορίες οι οποίες εμφανίζονται στον *πίνακα 1*.^[5]

1. Οργανικές ψυχικές διαταραχές συμπεριλαμβανομένης της άνοιας
2. Ψυχωτικές διαταραχές και νόσοι με συμπτώματα ψευδαισθητικών σκέψεων και παραισθήσεων
3. Διαταραχές της διάθεσης και του συναισθήματος
4. Διαταραχές άγχους και νευρώσεις
5. Διαταραχές που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών
6. Διαταραχές προσωπικότητας
7. Διαταραχές που σχετίζονται με την ανάπτυξη, όπως αυτισμός και νοητική καθυστέρηση
8. Διαταραχές συμπεριφοράς
9. Διαταραχές που αφορούν στην παιδική και εφηβική κυρίως ηλικία
10. Διαταραχές που αφορούν στην πρόσληψη τροφής και άλλα ψυχοσωματικά συμπτώματα

πίνακας 1. Διεθνής ταξινόμηση ψυχικών νόσων ICD-10

Κάθε μία από τις κατηγορίες περιλαμβάνει στις περισσότερες περιπτώσεις πλήθος διαταραχών με διαφορεικά και λιγότερο ή περισσότερο σοβαρά συμπτώματα που επιβαρύνουν τη ζωή και την καθημερινότητα του ασθενούς. Επιπλέον οι έρευνες έχουν δείξει ότι το φορτίο και οι επιπτώσεις της ψυχικής νόσου επεκτείνονται πέραν του ασθενούς, στο οικογενειακό περιβάλλον, το κοινωνικό σύνολο, αλλά και την οικονομία συνολικά, εξαιτίας του μεγάλου κόστους περίθαλψης και της απώλειας εργατικού δυναμικού - οι σοβαρά ασθενείς δεν αποτελούν μέρος του - από τον παραγωγικό τομέα. Μάλιστα η επιβάρυνση από το κόστος της ψυχικής νόσου συνεχίζει να αυξάνει με μεγάλους ρυθμούς παγκοσμίως. Με βάση στοιχεία από την Παγκόσμια Τράπεζα και τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας το κόστος αυτό θα έχει φτάσει τα έξι τρισεκατομμύρια δολάρια έως το 2030. Παράλληλα η εκτίμηση του κόστους από την απώλεια παραγωγής

που θα οφείλεται στην ψυχική νόσο εκτιμάται ότι θα ξεπεράσει τα δεκαπέντε εκατομμύρια δολάρια έως το 2030 όπως παρουσιάζει ο πίνακας 2 . Όσον αφορά στον επιπολασμό και τις κοινωνικές συνέπειες των ψυχικών διαταραχών παγκοσμίως, με βάση στοιχεία του 2012, υπολογίστηκε ότι η ψυχική νόσος αποτελεί πλέον τη σημαντικότερη αιτία απώλειας χρόνων ζωής στις ανεπτυγμένες χώρες και σε άτομα κάτω των εβδομήντα ετών, αφήνοντας στην δεύτερη και τρίτη θέση τον καρκίνο στις διάφορες μορφές του και τις καρδιαγγειακές νόσους αντιστοίχως^[6]. (πίνακας 2)



Economist.com

πίνακας 2. Οι συνέπειες της ψυχικής νόσου σε κοινωνικοοικονομικό και ατομικό επίπεδο

Με τα παραπάνω καταδεικνύεται η στενή σχέση ανάμεσα στην κοινωνική και οικονομική ευημερία και ανάπτυξη και την επιμέλεια για τη θεραπευτική αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου. Το γεγονός αυτό θα ήταν δυνατόν να αποτελέσει ισχυρό κίνητρο για τους διάφορους οργανισμούς υγείας, την Παγκόσμια Τράπεζα, τους διακρατικούς μηχανισμούς παροχής περίθαλψης και γενικά τους διάφορους φορείς και τις υπηρεσίες προώθησης και προστασίας της υγείας, ώστε να επενδύσουν τα απαραίτητα ποσά στον τομέα της έρευνας για την ψυχική υγεία και την θεραπευτική αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου.^[7]

1.2.2 Θεραπευτική αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου στο παρελθόν και τη σύγχρονη εποχή

Στο μεγαλύτερο μέρος της ανθρώπινης ιστορίας η αντιμετώπιση των ψυχικά ασθενών υπήρξε από αρνητική έως και βάνουση. Αιώνες πριν η ψυχική ασθένεια συνδεόταν με το υπερφυσικό και αποδιδόταν είτε σε κακά πνεύματα είτε στην ηθική κατάπτωση του ανθρώπου η οποία επέφερε ως τιμωρία την εισβολή της νόσου στη ζωή του. Ως αποτέλεσμα οι συνηθέστερες τακτικές για την ανακούφιση του μολυσμένου από την ψυχική διαταραχή ατόμου ήταν οι λοβοτομές και οι διατρήσεις κρανίων, οι εξορκισμοί, οι ηλεκτροθεραπείες και τα σωματικά βασανιστήρια. Κατά συνέπεια ο ψυχικά ασθενής όχι μόνο δεν επεδείκνυε βελτίωση αλλά παρουσίαζε επιδείνωση και σε πολλές περιπτώσεις αποκτούσε επιπλέον σωματικές και διανοητικές αναπηρίες. Η ύπαρξη ψυχικής νόσου στιγμάτιζε τον ασθενή και τους συγγενείς του και το κοινωνικό αυτό στίγμα ήταν αιτία να περιορίζεται ο ασθενής στην καλύτερη των περιπτώσεων εντός της οικίας του, να αποδιώχνεται από την οικογένειά του και να ζει ως άστεγος, ή να εγκλείεται σε φυλακές, άσυλα και ψυχιατρικά ιδρύματα, στα οποία πολλές φορές οι υπεύθυνοι-φροντιστές δεν είχαν εκπαιδευτεί ούτε διέθεταν τα προσόντα για μια τέτοια ευθύνη. Σε πολλά τέτοια άσυλα ασθενών οι συνθήκες διαβίωσης ήταν απάνθρωπες, γεγονός που άρχισε να μεταβάλλεται μόλις στις αρχές του 19^{ου} αιώνα με τις σημαντικές προόδους στους τομείς της φαρμακολογίας, της ψυχιατρικής και των κοινωνικών επιστημών.^[4]

Συνεπώς, η θεραπευτική αντιμετώπιση για τις ψυχικές νόσους έχει εξελιχθεί σε μεγάλο βαθμό παράλληλα με την πρόοδο της επιστήμης και του ανθρώπινου πολιτισμού. Στη σύγχρονη εποχή κυριαρχεί το πρότυπο μιας ανθρωπιστικής και ολιστικής προσέγγισης του ανθρώπου που υποφέρει από ψυχικές διαταραχές. Στόχος των σύγχρονων θεραπευτικών προσεγγίσεων είναι ο περιορισμός ιδρυματοποίησης των ψυχικά ασθενών και η επανένταξή τους στο κοινωνικό πλαίσιο. Η βελτίωση της ποιότητας ζωής του ασθενούς και η εξάλειψη των αρνητικών συμπτωμάτων των ψυχικών διαταραχών πραγματοποιείται πλέον με ένα συνδυασμό μεθόδων κυριότερες από τις οποίες είναι η φαρμακοθεραπεία και

η ψυχοθεραπεία, ατομική και ομαδική, μέσω των ψυχολογικών ομάδων υποστήριξης. Ωστόσο η εισαγωγή και διαμονή ασθενών σε ιδρύματα και κλινικές ψυχικής υγείας συνεχίζει να υφίσταται εφόσον κρίνεται απαραίτητη από τους ειδικούς. Παράλληλα έχουν αρχίσει να εμφανίζονται στο προσκήνιο νέες, εναλλακτικές ή συμπληρωματικές μορφές θεραπείας της ψυχικής νόσου που έχουν παρουσιάσει θετικά αρχικά αποτελέσματα. Μία από αυτές είναι και η θεραπεία μέσω ζώων, η οποία θα αναλυθεί διεξοδικά στα επόμενα κεφάλαια. ^[8]

1.3 Σύνοψη

Η ψυχική υγεία συνιστά απαραίτητη προϋπόθεση για τη δυνατότητα του ανθρώπου να ζει αρμονικά, να αναπτύσσεται και να είναι λειτουργικός εντός του κοινωνικού του περιβάλλοντος. Οι ψυχικές διαταραχές επηρεάζουν σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό τη δυνατότητα αυτή, προκαλώντας δυσαρμονίες στη σκέψη, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά. Με βάση τα χαρακτηριστικά και τη συμπτωματολογία τους οι ψυχικές διαταραχές διακρίνονται σε επιμέρους κατηγορίες. Οι επιπτώσεις της ψυχικής νόσου είναι πολυμορφικές και αφορούν τον ίδιο τον ασθενή και το οικογενειακό του περιβάλλον, το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο αλλά και την οικονομία των κρατών που καλούνται να περιθάλψουν τους ψυχικά ασθενείς και να παρέχουν κατάλληλη θεραπευτική φροντίδα. Εν τω μεταξύ ο επιπολασμός των ψυχικών διαταραχών αυξάνει παγκοσμίως και επιτακτική παρουσιάζεται η ανάγκη σχεδιασμού και εφαρμογής σύγχρονων τρόπων βελτίωσης ή και αποκατάστασης της υγείας των ασθενών στα πλαίσια της κοινότητας. Στόχος αποτελεί ο κατά το δυνατόν περιορισμός εγκλεισμού τους στα ψυχιατρικά ιδρύματα-πρακτική που θυμίζει μεθόδους του παρελθόντος κατά το οποίο ο ψυχικά ασθενής, ισόβια περιορισμένος, αντιμετωνιζόταν με σκληρότητα και προκαταλήψεις. Οι κυριότερες σύγχρονες μέθοδοι αποτελούν ως επί το πλείστον συνδυασμό φαρμακευτικής αγωγής και ψυχολογικής υποστήριξης, ενώ συμπληρωματικές μορφές θεραπείας έρχονται στο προσκήνιο. Μία από αυτές είναι η αποκαλούμενη θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων.

Κεφάλαιο 2^ο Η ΕΝΤΑΞΗ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΩΝ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ

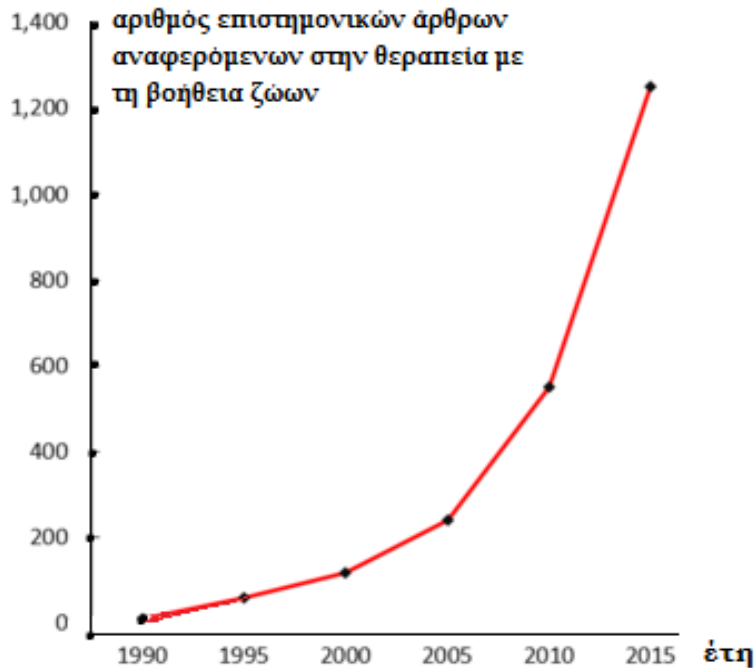
2.1 Εισαγωγή

Ο δεσμός ανάμεσα σε άνθρωπο και ζώα έχει τις ρίζες του στην αρχαιότητα και είναι πλέον αποδεκτό το γεγονός ότι η ύπαρξη κατοικιδίων επιφέρει οφέλη στην ψυχική υγεία πολλών ανθρώπων, δρώντας ανακουφιστικά, χαλαρωτικά και αποφορτίζοντας τους από τις εντάσεις και το άγχος της καθημερινότητας. Η χρήση των ζώων για θεραπευτικούς σκοπούς έχει συνεπώς και αυτή μακράιωνη ιστορία, ωστόσο μόλις τον 20^ο αιώνα διευρύνθηκε το ενδιαφέρον πολλών ερευνητών και επαγγελματιών υγείας σχετικά με τις θετικές συνέπειες της αλληλεπίδρασης των ζώων με τον άνθρωπο που νοσεί και τα δυνητικά οφέλη για την υγεία του. Οι έρευνες που αφορούν στη συγκεκριμένη αλληλεπίδραση πολλαπλασιάστηκαν και το ενδιαφέρον στράφηκε κυρίως στη βοήθεια που η επαφή με ζώα μπορεί να προσφέρει στους ανθρώπους που ασθενούν ψυχικά. Τα αποτελέσματα των ερευνών αυτών οδήγησαν στην εδραίωση μιας συμπληρωματικής ή και εναλλακτικής μορφής θεραπείας για διάφορες κατηγορίες ψυχικής νόσου, αυτής που είναι γνωστή ως «θεραπεία με τη βοήθεια ζώων». Παράλληλα οι επιστήμονες έχουν ξεκινήσει την αναζήτηση των υποκείμενων μηχανισμών που δύνανται να ερμηνεύσουν τα οφέλη που προκύπτουν από τη θεραπεία αυτή και να θεμελιώσουν με τον τρόπο αυτό τις θεωρητικές βάσεις που θα υποστηρίξουν τα παρόντα εμπειρικά δεδομένα.^[9]

2.2 Ιστορικά στοιχεία

Το ενδιαφέρον των ερευνητών και των εκπροσώπων των επιστημών ψυχικής υγείας για την καινοτόμο θεραπεία τόσο ψυχικών όσο και σωματικών νόσων με τη βοήθεια των ζώων εντάθηκε από τη δεκαετία του 1990 και μετέπειτα, ενώ δείχνει βαθμιαία να αυξάνει έως και σήμερα, γεγονός που φανερώνεται από

τον αριθμό των επιστημονικών άρθρων που είναι αφιερωμένα σε αυτή σε διεθνές επίπεδο. (πίνακας 3) ^[10]



πίνακας 3. Η αύξηση του αριθμού άρθρων σχετικά με τη θεραπευτική αξιοποίηση των ζώων

Ωστόσο, η πρώτη γραπτή αναφορά σχετικά με τη θεραπευτική αξία των ζώων στην ψυχική υγεία του ανθρώπου εντοπίζεται κατά τον 4^ο π.Χ. αιώνα, στο «κατ'ιατρείον» σύγγραμμα του Ιπποκράτη, σύμφωνα με το οποίο συστήνεται σε ανθρώπους που υποφέρουν από αϋπνίες, ο προ της κατάκλισης, χαλαρωτικός περίπατος με το άλογο. Σε πιο πρόσφατους καιρούς, ο William Tooke, βρετανός κληρικός εισήγαγε στο νοσοκομείο ψυχικά ασθενών της Υόρκης, το οποίο είχε ιδρυθεί από Κουακέρους μοναχούς το 1792 στη Βρετανία, ζώα όπως κουνέλια και πτηνά προς όφελος της θεραπείας των τροφίμων. Τα ζώα περιφέρονταν ελεύθερα στους προαύλιους χώρους του νοσοκομείου και οι ασθενείς είχαν τη δυνατότητα να τα προσεγγίσουν και να τα φροντίσουν. Το 1830 οι επίτροποι κρατικής φιλανθρωπίας της Βρετανίας πρότειναν να τοποθετηθούν ζώα σε όλα τα ψυχιατρικά ιδρύματα της χώρας ώστε να δημιουργηθεί μια πιο ευχάριστη, χαλαρωτική και λιγότερο αποπνικτική ατμόσφαιρα για τους ασθενείς. Το 1867, στο

Bielfield της δυτικής Γερμανίας και στο νοσοκομείο για τους επιληπτικούς ασθενείς εφαρμόστηκαν πρωτόκολλα θεραπείας με τη βοήθεια αγροτικών ζώων, όπως τα άλογα και τα πτηνά αλλά και κατοικιδίων όπως οι σκύλοι και οι γάτες. Στην Αμερική και συγκεκριμένα σε στρατιωτικό νοσοκομείο της Ουάσιγκτον για ψυχικές διαταραχές, εισήχθησαν ζώα με τα οποία οι ασθενείς μπορούσαν να αλληλεπιδρούν καθημερινά, ενώ κατά το 1944-45 σε νοσοκομείο αυτή τη φορά της Νέας Υόρκης για βετεράνους στρατιωτικούς με ψυχικά προβλήματα, εγκαταστάθηκε φάρμα ζώων στην οποία ο καθένας είχε τη δυνατότητα να εργαστεί και να συμμετέχει στις δραστηριότητες που εμπειρείχε. Το έτος 1962 αποτελεί σταθμό για την ανάπτυξη της θεραπευτικής μεθόδου των ψυχικά ασθενών με τη βοήθεια ζώων, καθώς ο αμερικανός ψυχοθεραπευτής παιδιών Boris Levinson μετά από πολυετή προσωπική έρευνα με αυτιστικά παιδιά, εκδίδει το σύγγραμμα του με τίτλο «ο σκύλος ως συν-θεραπευτής», στο οποίο καταγράφει τις εμπειρίες και τα συμπεράσματά του σχετικά με τον καταλυτικό ρόλο που ένα ζώο μπορεί να διαδραματίσει στη διεξαγωγή και επιτυχή έκβαση της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας. Ως επακόλουθο της αίσθησης που προκάλεσαν οι απόψεις του Levinson, κατά τη δεκαετία του 1970, η παρουσία ζώων- «συνθεραπευτών», εφαρμόστηκε σε πολλά ιδρύματα και κλινικές ψυχικής υγείας σε Ευρώπη και Αμερική, με πιο γνωστή την περίπτωση των αμερικανών ψυχιάτρων Samuel και Elizabeth Corson. Το 1976 ιδρύθηκε το «διεθνές σωματείο σκύλων- θεραπευτών», από την Elaine Smith, σκοπός του οποίου κατέστη η οργάνωση θεραπευτικών προγραμμάτων για ψυχικά ασθενείς με την παρουσία σκύλων καθώς και η ενημέρωση του κοινού και των επαγγελματιών υγείας για τα πολλαπλά οφέλη της συγκεκριμένης θεραπείας. Το 1977 ιδρύθηκε η γνωστή ως και σήμερα «*Delta Society*», ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός με σκοπό την διεξαγωγή μελετών σχετικά με το ρόλο των ζώων στη θεραπεία ψυχικά ασθενών και η υλοποίηση προγραμμάτων στα διάφορα κέντρα ψυχικής υγείας. Το 1981 πραγματοποιήθηκε το πρώτο διεθνές συνέδριο αμιγώς αφιερωμένο στα δυνητικά οφέλη της παρουσίας των ζώων στην ανθρώπινη υγεία, ενώ το 1990 ιδρύθηκε ο διεθνής οργανισμός μελέτης και συντονισμού των δράσεων που σχετίζονται με την αλληλεπίδραση ζώου και ανθρώπου στα πλαίσια ψυχοθεραπευτικών

παρεμβάσεων. Τέλος η «Delta Society», εξέδωσε το 1996 το πρώτο εγχειρίδιο για τη θεραπεία μέσω ζώων και τις δραστηριότητες που εμπεριέχει, παραθέτοντας τους ορισμούς και αποσαφηνίζοντας τις έννοιες που περιλαμβάνονται στο πλαίσιο της θεραπείας αυτής.^[11]

2.3 Θεωρητικά πλαίσια και δεδομένα

Στην προσπάθεια τους να υποστηρίξουν τις ενθαρρυντικές παρατηρήσεις τους σχετικά με τα οφέλη της ένταξης των ζώων στη θεραπεία των ψυχικών νόσων, οι ειδικοί πρότειναν αρκετές θεωρίες από τον χώρο των κοινωνικών επιστημών αλλά και της επιστήμης της Ψυχολογίας. Ωστόσο δεν έχει ακόμη διατυπωθεί ένα κοινό και ευρέως αποδεκτό θεωρητικό πλαίσιο επί του οποίου δύναται να θεμελιωθεί ένα ερμηνευτικό μοντέλο για τη θεραπεία των ψυχικών διαταραχών με τη βοήθεια των ζώων. Έως και του παρόντος τέσσερα είναι τα κυριότερα θεωρητικά σχήματα με τα οποία καθίσταται δυνατή η ερμηνεία των πλεονεκτημάτων της υποβοηθούμενης από ζώα θεραπείας ψυχικά ασθενών. Η θεωρία της *βιοφιλίας*, η θεωρία της *κοινωνικής μεσολάβησης ή υποστήριξης*, η θεωρία της *προσκόλλησης και των «μεταβατικών αντικειμένων»* και οι *γνωστικές ψυχολογικές θεωρίες*.^[12]

α. Η θεωρία της βιοφιλίας:

Ο όρος βιοφιλία, που σημαίνει αγάπη για τη ζωή και κατ' επέκταση αγάπη για όλα φυσικά συστήματα και τους οργανισμούς επινοήθηκε από τον κοινωνικό ψυχολόγο Erich Fromm το 1973. Ο Fromm υποστήριξε πως ο άνθρωπος είναι γενετικά προδιατεθειμένος να αναζητά την εγγύτητα, την επαφή και τη δημιουργία δεσμών με τη φύση και τα έμβια όντα. Η υπόθεση της βιοφιλίας ήρθε σε χρήση το 1984, όταν ο Edward O. Wilson, ένας Αμερικανός βιολόγος, συνειδητοποιώντας τις συνέπειες της απομάκρυνσης του ανθρώπου από τη φύση για την υγεία μας, έγινε πρωτοπόρος σε μια νέα σχολή σκέψης που επικεντρώθηκε στην ανάγκη επιστροφής του ανθρώπου πίσω στην θεραπευτική επαφή με το φυσικό περιβάλλον. Η θεωρία της βιοφιλίας επιπλέον προτείνει ότι ο άνθρωπος διαθέτει το ένστικτο για παρατήρηση των υπόλοιπων φυσικών οργανισμών, ώστε να

αυξήσει τις πιθανότητες του για επιβίωση, εφόσον το παρατηρούμενο ον λειτουργεί ως σηματοδότης καταστάσεων ασφάλειας ή κινδύνου. Ως αποτέλεσμα, η ένταξη ενός ήρεμου και φιλικού ζώου στη θεραπεία και η δυνατότητα αλληλεπίδρασης μαζί του, μεταδίδει ηρεμία στον ασθενή μειώνοντας τους δείκτες του άγχους και την έκλυση των στρεσογόνων ορμονών με όλες τις θετικές συνέπειες που συνεπάγονται. ^[13]

β. Η θεωρία της κοινωνικής μεσολάβησης ή υποστήριξης :

Η θεωρία αυτή δίνει έμφαση στις κοινωνικές επιδράσεις της επαφής με τα ζώα, τονίζοντας τη δυνατότητα των ζώων να μειώνουν το αίσθημα της μοναξιάς, να βελτιώνουν τη διάθεση και να αυξάνουν τη συναισθηματική πληρότητα του ανθρώπου. Το ίδιο το ζώο, επισημαίνουν οι ερευνητές, αποτελεί σημαντική συντροφιά για τον ασθενή, παρουσιάζοντας μια απροϋπόθετα φιλικά προσκείμενη προς αυτόν συμπεριφορά. Επιπλέον λειτουργεί ως παράγοντας διευκόλυνσης των υπόλοιπων κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και εν προκειμένω αυτής μεταξύ του ασθενούς και του θεραπευτή. Με τον τρόπο αυτό η παρουσία των ζώων συντελεί στη δημιουργία εμπιστοσύνης ανάμεσά τους και επισπεύδει τη θεραπευτική διαδικασία. Μια περαιτέρω παρατήρηση των ερευνητών είναι πως ένα ζώο, αποτελώντας ένα ουδέτερο, εξωτερικό και φαινομενικά μη σχετικό με τη θεραπεία ερέθισμα, μπορεί να διευκολύνει την έναρξη και τη ροή μιας συζήτησης και να δημιουργήσει στον ασθενή το κίνητρο να εξωτερικεύσει τα συναισθήματά και τις σκέψεις του. ^[13]

γ. Η θεωρία της προσκόλλησης και των «μεταβατικών αντικειμένων»:

Σύμφωνα με τους ειδικούς η θεωρία της προσκόλλησης είναι ιδιαίτερα σημαντική στην ερμηνεία της αξίας που έχει η ένταξη των ζώων στη θεραπευτική διαδικασία. Με βάση τη θεωρία αυτή ο άνθρωπος διαθέτει έμφυτη την ανάγκη δημιουργίας συναισθηματικών δεσμών μέσω των οποίων ενδυναμώνει την αυτοπεποίθησή του και ενισχύει την αυτοεικόνα του, στοιχεία που προωθούν την επίτευξη των θεραπευτικών στόχων. Οι δεσμοί αυτοί αφορούν και μπορούν να αναπτυχθούν και μέσω της αλληλεπίδρασης του ανθρώπου με τα ζώα. Συνυφασμένη με τη θεωρία της προσκόλλησης είναι και αυτή των «μεταβατικών αντικειμένων», η οποία εισήχθη από την Ψυχοδυναμική σχολή της επιστήμης της Ψυχολογίας. Ως

«μεταβατικό» ορίζεται το αντικείμενο που λειτουργεί σαν υποκατάστατο του ζωτικού συναισθήματος της πρωταρχικής στοργής και αγάπης που δέχεται το βρέφος από τη μητέρα, κατά τη στιγμή απομάκρυνσής της. Συνεπώς τα μεταβατικά αντικείμενα εμφανίζονται για πρώτη φορά στη βρεφική ηλικία, όταν ο άνθρωπος συνειδητοποιεί ότι αποτελεί ξεχωριστή οντότητα από το περιβάλλον και τα πρόσωπα γύρω του και αποζητά να αντισταθμίσει την απώλεια του συναισθήματος της ηρεμίας και της ασφάλειας. Η λειτουργία των «μεταβατικών αντικειμένων» συνεχίζει να υφίσταται και στη μετέπειτα ζωή του ανθρώπου, συντελώντας στην εξοικείωση του με άγνωστα ή στρεσογόνα περιβάλλοντα. Κατά συνέπεια στα θεραπευτικά πλαίσια, τα ζώα είναι δυνατό να αποτελέσουν για τον ασθενή «μεταβατικά αντικείμενα», προσφέροντας του ανακούφιση κατά τις αρχικές κυρίως φάσεις της θεραπείας, έως ότου επιτευχθεί η ανάπτυξη εμπιστοσύνης μεταξύ ασθενούς και θεραπευτή.^[14]

δ. Οι γνωστικές ψυχολογικές θεωρίες:

Οι γνωστικές θεωρίες της Ψυχολογίας βασίζονται στην υπόθεση ότι υφίσταται αμοιβαία σχέση ανάμεσα στις σκέψεις, τις ιδέες και τις πεπτοιθήσεις του ανθρώπου και τη συμπεριφορά που εκδηλώνει. Ως στόχος της θεραπείας καθίσταται η μεταβολή των αρνητικών αντιλήψεων του ασθενούς και στην υιοθέτηση ωφέλιμων και λειτουργικών διανοητικών παραστάσεων σχετικά με την εικόνα για τον εαυτό του και τον κόσμο. Η αλλαγή αυτή είναι δυνατό να επέλθει και μέσω της παρατήρησης, της μίμησης και της συσχέτισης με εξωτερικούς παράγοντες. Σ' αυτό ακριβώς το σημείο υπεισέρχεται η συμβολή της παρουσίας των ζώων στη θεραπεία, διότι μέσω αυτών ο ασθενής μπορεί να εκμάθει κατάλληλες δεξιότητες και συμπεριφορές, γεγονός που οφείλεται στο εξής πλεονέκτημα που είναι συνυφασμένο με τη ίδια τη φύση των ζώων: χάρη στις άμεσες, ειλικρινείς και έκδηλες αντιδράσεις τους απέναντι στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος, ευχάριστα ή ανεπιθύμητα, προσφέρουν πολύτιμη ανατροφοδότηση προς τον ασθενή ανάλογα με τη συμπεριφορά που αυτός εκδηλώνει. Κατά συνέπεια ο ασθενής, παρατηρώντας τα αποτελέσματα των πράξεών του αναδιοργανώνει τη σκέψη και ανακατευθύνει τη συμπεριφορά του προς τα επιθυμητά πρότυπα.^{[12], [13]}

2.4 Σύνοψη

Ο δεσμός του ανθρώπου με τα ζώα είναι γνωστός από την προϊστορία ακόμη, όταν ο άνθρωπος, εξημερώνοντάς τους πρώτους άγριους λύκους, κατανόησε τα οφέλη που προέκυπταν από τη σχέση αυτή, για την ίδια του την καθημερινή επιβίωση. Η δυνατότητα ένταξης των ζώων σε θεραπευτικές διαδικασίες με σκοπό τη βελτίωση της υγείας του ανθρώπου, διαπιστώθηκε κατά την αρχαιότητα, αξιοποιήθηκε όμως επίσημα για πρώτη φορά κατά τον 18^ο αιώνα στην Ευρώπη, παρότι «πατέρας» της θεραπείας μέσω ζώων θεωρείται ο Αμερικανός ψυχοθεραπευτής Boris Levinson ο οποίος έζησε και έδρασε στην Αμερική κατά τον 19^ο αιώνα, οπότε και άρχισε η διεξοδικότερη και εντατικότερη έρευνα και μελέτη για τα αποτελέσματα της θεραπείας αυτής από ειδικούς διαφόρων επιστημονικών κατευθύνσεων. Παράλληλα ξεκίνησε η προσπάθεια ερμηνείας των πλεονεκτημάτων που η θεραπεία προσφέρει με βάση ψυχολογικές και κοινωνικές θεωρίες, χωρίς ακόμη ωστόσο να υπάρξει ένα ενιαίο αποδεκτό μοντέλο επί του οποίου να θεμελιώνονται τα θετικά εμπειρικά δεδομένα από τη χρήση της θεραπείας.

Κεφάλαιο 3^ο Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ ΚΑΙ ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΚΥΠΤΟΥΝ

3.1 Εισαγωγή

Οι ιδιοκτήτες ζώων συντροφιάς γνωρίζουν ήδη τα πλεονεκτήματα που προσφέρει στην καθημερινότητά τους η αλληλεπίδραση με τα ζώα. Οι σύγχρονες έρευνες δείχνουν πως τα οφέλη αυτά είναι δυνατό να ενταχθούν στα πλαίσια της θεραπευτικής διαδικασίας διαφόρων διαταραχών της υγείας του ανθρώπου. Η αξιοποίηση της επαφής με τα ζώα διευρύνεται και καθίσταται επικουρικός συντελεστής στη θεραπεία πολλαπλών νόσων και κυρίως εκείνων που αφορούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου. Η χρήση της αλληλεπίδραση με τα, ειδικώς εκπαιδευμένα για το σκοπό αυτό, ζώα εφαρμόζεται προς βελτίωση των ψυχικών, κοινωνικών, συναισθηματικών αλλά και σωματικών λειτουργιών του ασθενούς. Οι θεραπευτικές συνεδρίες μπορούν να λάβουν χώρα σε διάφορες εγκαταστάσεις και εμπεριέχουν δραστηριότητες όπως το παιχνίδι, η άθληση και η φροντίδα του ζώου. Πραγματοποιούνται σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο και όπως κάθε άλλη μορφή θεραπείας προσαρμόζονται ανά περίπτωση ώστε να απευθύνονται στις ανάγκες του κάθε ασθενούς. Στη σύγχρονη εποχή η θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων είναι αρκετά διαδεδομένη στην Αμερική αλλά και σε χώρες της Ευρώπης. Τα ζώα τα οποία περιλαμβάνονται και συμμετέχουν στη θεραπευτική διαδικασία είναι κυρίως οι σκύλοι, οι γάτες και τα δελφίνια, ωστόσο εφόσον κρίνεται σκόπιμο και καθίσταται δυνατό, εντάσσονται στα προγράμματα και αγροτικά ζώα, όπως άλογα, κουνέλια και διάφορα πτηνά. Με βάση τα στοιχεία των ερευνητών η παρουσία των ζώων στη θεραπεία μπορεί να προκαλέσει αισθήματα ηρεμίας και αισιοδοξίας στους ενήλικες αλλά και τα παιδιά, ενώ παράλληλα διευκολύνει τη δημιουργία εμπιστοσύνης ανάμεσα στον ασθενή και τον θεραπευτή ευνοώντας την επίτευξη των θεραπευτικών στόχων. Η θεραπεία με τη μεσολάβηση των ζώων δεν συνιστά μεμονωμένη σχολή ψυχοθεραπείας, ούτε είναι δυνατό να επιφέρει θετικά αποτελέσματα για όλους τους ανθρώπους με όλων των ειδών τις διαταραχές.

Μπορεί όμως, να προσφέρει πολύτιμη βοήθεια σε πολλές περιπτώσεις. Στο κεφάλαιο που ακολουθεί γίνεται η παρουσίαση των γενικών πλεονεκτημάτων της συγκεκριμένης θεραπείας καθώς και της προσφοράς της στην αντιμετώπιση συγκεκριμένων ψυχικών διαταραχών. Παράλληλα, πραγματοποιείται η καταγραφή σύγχρονων ερευνητικών στοιχείων και δεδομένων που φαίνεται να υποστηρίζουν τα ευεργετικά αποτελέσματα της θεραπευτικής για τις ψυχικές νόσους αλληλεπίδρασης με τα ζώα. ^[15]

3.2 Γενικά οφέλη της θεραπείας με ζώα στην ψυχική υγεία και η ερμηνεία των εννοιολογικών ορισμών που αφορούν σε αυτή

Η επαφή με τα ζώα κατέχει σημαντική θέση στη ζωή πολλών ανθρώπων καθώς η παρουσία τους και μόνο μπορεί να συμβάλλει στην ψυχική ηρεμία και ευημερία τους. Ωστόσο φαίνεται πως τα ζώα μπορούν να προσφέρουν πολλά περισσότερα από μια απλή συντροφιά. Η ένταξη τους στη θεραπεία της ψυχικής κυρίως νόσου είναι γεγονός εδώ και αρκετές δεκαετίες, ενώ τα οφέλη που επιτυγχάνονται δείχνουν σημαντικά. Η πολλαπλότητα της ορολογίας η οποία ίσχυε μέχρι πριν λίγα χρόνια, σχετικά με τη θεραπευτική χρήση των ζώων και των ενεργειών που περιλαμβάνει, προκάλούσε σύγχυση στους ειδικούς και καθιστούσε επιτακτική την ανάγκη επισημοποίησης σταθερών εννοιών, κοινών και ευρέως αποδεκτών. Αναμφίβολα δεν εντάσσεται στα πλαίσια της θεραπείας κάθε πράξη προσέγγισης του ασθενούς από ένα ζώο που επισκέπτεται τα νοσηλευτικά ιδρύματα ή κλινικές αν δεν πληρούνται ορισμένες βασικές προϋποθέσεις. Η «*Delta Society*», μία από τις μεγαλύτερες οργανώσεις στην Αμερική, η οποία είναι υπεύθυνη για την οργάνωση και παροχή προγραμμάτων θεραπείας με ζώα, έχει εκδώσει τους παρακάτω ορισμούς που αφορούν στην ένταξη των ζώων στα θεραπευτικά πλαίσια: ^[16]

α. Θεραπεία με τη συνδρομή ζώων (animal-assisted therapy):

Είναι ένα στοχευμένο και δομημένο θεραπευτικό πρόγραμμα στο οποίο πραγματοποιείται η εισαγωγή ζώων που πληρούν συγκεκριμένα κριτήρια στη θεραπευτική διαδικασία, ως αναπόσπαστο και ζωτικό μέρος αυτής, με στόχο τη βελτίωση των γνωστικών, συναισθηματικών, κοινωνικών και σωματικών

λειτουργιών του ασθενούς. Σχεδιάζεται και εφαρμόζεται από ειδικούς επιστήμονες του τομέα παροχής υγείας, οι οποίοι έχουν επιπλέον εκπαιδευτεί για τα συγκεκριμένα προγράμματα και δύνανται να λάβει χώρα σε πληθώρα εγκαταστάσεων, όπως νοσηλευτικά ιδρύματα, κλινικές και άλλους χώρους αποκατάστασης, οίκους ευγηρίας, φυλακές, ιδιωτικές κατοικίες και φάρμες ζώων. Στη μορφή αυτή θεραπείας, όπως και στις υπόλοιπες, γίνεται καταγραφή της πορείας της και αξιολόγηση επίτευξης των αρχικών στόχων, οι οποίοι έχουν τεθεί για κάθε ασθενή. Απευθύνεται σε μεμονωμένους ασθενείς ή και σε ομάδες ασθενών ανάλογα με το σχεδιασμό και τα αντικειμενικά κριτήρια που έχουν τεθεί. Η θεραπεία με τη συνδρομή ζώων δεν εξαρτάται από κάποια συγκεκριμένη ψυχολογική θεωρία, αλλά μπορεί να ενσωματωθεί σε διάφορους τύπους αυτών.^[16]

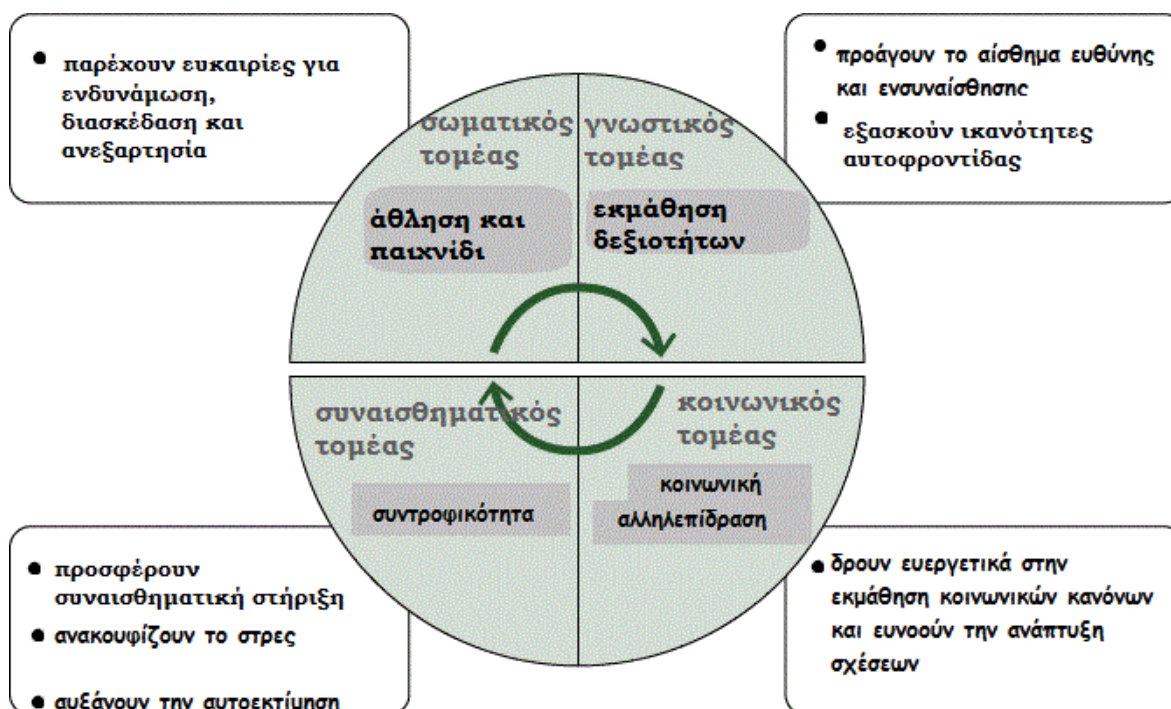
β. Δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με τα ζώα (animal-assisted activities):

Πρόκειται για ευκαιρίες επαφής των ασθενών με ειδικά εκπαιδευμένα ζώα, οι οποίες συντονίζονται από ειδικούς επαγγελματίες ή και εθελοντές, ελλείψει συγκεκριμένου προγράμματος θεραπείας και θέσεως θεραπευτικών στόχων. Οι επισκέψεις των ζώων στους χώρους διαμονής των ασθενών πραγματοποιούνται αυθόρμητα, χωρίς να προϋποθέτεται η καταγραφή και αξιολόγηση της πορείας τους.^[16]

γ. Παρέμβαση της συμβολής των ζώων σε προγράμματα υγείας (animal-assisted intervention): Η έννοια αυτή αφορά στο ευρύτερο πεδίο ένταξης της θεραπείας με ζώα σε εκπαιδευτικά προγράμματα με σκοπό την επιμόρφωση των επαγγελματιών υγείας προς οργάνωση και υλοποίηση τέτοιων θεραπευτικών προγραμμάτων.^[16]

Τα θεραπευτικά προγράμματα με τη βοήθεια των ζώων τίθενται σε εφαρμογή για την υποστήριξη παιδιών, εφήβων, ενηλίκων και ηλικιωμένων ασθενών που υποφέρουν από ψυχικές διαταραχές. Τα οφέλη που προκύπτουν επιτυγχάνονται μέσω της αλληλεπίδρασης με τα εκπαιδευμένα ζώα, είτε αυτή σχετίζεται με το άγγιγμα και την περιποίηση τους, είτε με την απλή παρατήρηση του ζώου και της σχέσης του με τον εκπαιδευτή-φροντιστή του. Τα δυνητικά αυτά οφέλη αρχικώς πηγάζουν από το γεγονός ότι η επαφή με τα ζώα αποτελεί

δυναμική υποστηρικτική πηγή για τον ασθενή χάρη στην αποδοχή και τη θετική ανταπόκριση των ζώων προς αυτόν. Όπως απεικονίζει ο πίνακας 4 τα πλεονεκτήματα της θεραπείας με τη συνδρομή ζώων εκτείνονται σε διάφορους τομείς της προσωπικότητας των ασθενών και συγκεκριμένα το συναισθηματικό, το γνωστικό, τον κοινωνικό αλλά και τον τομέα των σωματικών λειτουργιών: ^[17]



πίνακας 4. Τα γενικά οφέλη της θεραπευτικής αλληλεπίδρασης με τα ζώα

α. συναισθηματική στήριξη και ανακούφιση άγχους:

Έχει παρατηρηθεί ότι η αλληλεπίδραση με τα ζώα επιδρά θετικά σε ασθενείς κατά τη διάρκεια στρεσογόνων καταστάσεων εντός της θεραπευτικής διαδικασίας. Το όλο περιβάλλον της θεραπείας μετατρέπεται σε φιλικότερο και λιγότερο απειλητικό και οι ασθενείς φαίνεται να αισθάνονται πιο ήρεμοι και χαλαροί, όταν ένα ζώο συμμετέχει ακόμη και ως απλή παρουσία στη θεραπευτικές συνεδρίες. Τα ζώα αποτελούν μια απτή πηγή ευχαρίστησης και παρηγοριάς. Οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι κατά την επαφή με τα ζώα εκλύονται νευροδιαβιβαστές όπως η σεροτονίνη και

οι ενδορφίνες, οι οποίες προξενούν αίσθημα ευδαιμονίας και ηρεμίας, ενώ παράλληλα μειώνεται η έκκριση στρεσογόνων ορμονών όπως η κορτιζόλη και η αδρεναλίνη, γεγονός που επιπλέον συντελεί στην μείωση της αρτηριακής πίεσης και του καρδιακού ρυθμού. Επιπροσθέτως, οι ασθενείς, καθώς περιποιοούνται τα ζώα, έχουν τη δυνατότητα να αναπτύξουν δεξιότητες φροντίδας και ενσυναίσθησης. Συγχρόνως η αλληλεπίδραση με αυτά επιδρά καταλυτικά στη σχέση των ασθενών με το θεραπευτή, συντελώντας στην απόκτηση εμπιστοσύνης μεταξύ τους. Αφενός λοιπόν επιτυγχάνεται η εξομάλυνση επιβαρυντικών συναισθημάτων αφετέρου δε εισάγεται στη θεραπευτική διαδικασία το στοιχείο του γέλιου και της χαράς, η αξία των οποίων δε θα πρέπει να υποβαθμίζεται και αυτό διότι μέσω αυτών βελτιώνεται η συναισθηματική κατάσταση και η ποιότητα ζωής των ανθρώπων γενικότερα.^[18]

β. εκμάθηση γνωστικών δεξιοτήτων αυτοφροντίδας και βελτίωση αυτοεικόνας:

Οι ασθενείς που υποφέρουν από ψυχικές νόσους νιώθουν συχνά αδύναμοι, ευάλωτοι και εξαρτημένοι από άλλους ανθρώπους. Με την παρουσία των ζώων γίνονται εν δυνάμει φροντιστές μιας άλλης οντότητας - του ζώου – για την οποία πολλές φορές νιώθουν υπεύθυνοι, αναλαμβάνοντας δραστηριότητες που σχετίζονται με την επιβίωσή του. Το γεγονός αυτό συντελεί στην ενδυνάμωση της αυτοπεποίθησης και εμπιστοσύνης προς τον ίδιο τους τον εαυτό. Επιπλέον πολλά οφέλη φαίνεται να αποκομίζουν οι ηλικιωμένοι ασθενείς, στους οποίους παρατηρείται μια σταδιακή έκπτωση του τομέα των γνωστικών δεξιοτήτων, όπως για παράδειγμα αυτές που συνδέονται με τη μνήμη, την αυτοφροντίδα, την υγιεινή και την καθαριότητα. Η ανάληψη πρακτικών δραστηριοτήτων που σχετίζονται με την περιποίηση των ζώων εκ μέρους των ηλικιωμένων ασθενών θέτει το κίνητρο και τονώνει τη μνήμη ως προς την φροντίδα και του εαυτού, ενώ παράλληλα, η συζήτηση θεμάτων αυτοφροντίδας δείχνει να πραγματοποιείται με λιγότερη δυσφορία κατά της θεραπευτικές συνεδρίες υπό την παρουσία ενός ζώου.^[18]

γ. καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων:

Η ψυχική νόσος εν πολλοίς αποκόπτει τον ασθενή από τον κοινωνικό του περίγυρο, όχι μόνο λόγω του στίγματος που επιφέρει αλλά και εξαιτίας της

περιστολής των δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για την κοινωνική αλληλεπίδραση του ανθρώπου και τη σύναψη ομαλών κοινωνικών σχέσεων. Επιπλέον αν η νόσος οδηγήσει στη εισαγωγή του ασθενούς σε κλινική, αυτομάτως τελείται η αποκοπή από το κοινωνικό του περιβάλλον και η υποβάθμιση της ποιότητας ζωής του. Η ένταξη των ζώων στη θεραπεία αυτών των ασθενών συντελεί στην εν μέρει παράταση ενός φυσιολογικού τρόπου ζωής - τα ζώα αποτελούν για πολλούς ανθρώπους εξαιρετική συντροφιά - και στην καλλιέργεια των απολεσθέντων κοινωνικών δεξιοτήτων. Ακόμη και μέσω της απλής παρατήρησης της σχέσης του θεραπευτή με το ζώο και της μεταξύ τους αλληλεπίδρασης αποκτούν πληροφορίες για τις αποδεκτές και μη, κοινωνικές συμπεριφορές. Ως αποτέλεσμα ο ασθενής μαθαίνει πώς οι πράξεις του επηρεάζουν εκείνους που τις δέχονται και εξασκείται στον αυτοέλεγχο και την αυτοσυγκράτηση. Ένα ακόμη βασικό στοιχείο είναι ότι τα ζώα ανταποκρίνονται με άμεσο τρόπο στις κινήσεις και τις διαθέσεις των ανθρώπων προς αυτά. Η θετική ή αρνητική αυτή τους ανταπόκριση βοηθά τον ασθενή στην υιοθέτηση κατάλληλων μορφών συμπεριφοράς.^[18]

δ. παροχή ευκαιριών για δραστηριότητα και εκγύμναση:

Η θεραπεία με τη συνδρομή των ζώων παρέχει τα κίνητρα και τις δυνατότητες για συμμετοχή σε δραστηριότητες φυσικής άσκησης, οι οποίες ενδυναμώνουν σωματικά τον ασθενή και προσφέρουν παράλληλα χαρά και διασκέδαση. Το περπάτημα και το τρέξιμο, η γυμναστική και το παιχνίδι με τα ζώα συντελούν στην παραγωγή ενδορφινών και τη βελτίωση της διάθεσης. Συνεισφέρουν επίσης στην εξάσκηση της αδρής και λεπτής κινητικότητας οι οποίες σε κάποιους ασθενείς με ψυχικές διαταραχές έχουν επηρεαστεί σημαντικά.^[19]

3.3 Οφέλη της ένταξης ζώων στις σύγχρονες μεθόδους θεραπείας ψυχικών νόσων για παιδιά, ενήλικες και ηλικιωμένους ασθενείς

Αποτελέσματα μελετών σχετικά με τους ασθενείς που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές έχουν επιβεβαιώσει ότι η συμμετοχή σε θεραπευτικά

προγράμματα με ζώα, σε συνδυασμό με την πραγματοποίηση άλλων περισσότερο παραδοσιακών θεραπευτικών παρεμβάσεων, έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση του άγχους και των συμπτωμάτων κατάθλιψης, την ελάττωση συμπεριφορών που συνδέονται με τη νόσο καθώς και τη βελτίωση των κοινωνικών τους αλληλεπιδράσεων. Οι ειδικοί βέβαια υποστηρίζουν πως αδιαμφισβήτητα ο κάθε ασθενής εμφανίζει μια δική του αυτόνομη πορεία όσον αφορά στη διαδικασία της αποκατάστασης, στην οποία οι παραδοσιακές θεραπείες, παρουσιάζουν σταθερά εδώ και χρόνια θετικά αποτελέσματα. Ωστόσο η αναζήτηση νέων μεθόδων και τεχνικών για εκείνους που δεν ανταποκρίνονται στα βασικά σχήματα παρέμβασης ή και που διάκεινται θετικά σε νέες μορφές θεραπείας, καθίσταται ζωτικής σημασίας. Η θεραπεία με τη συνδρομή ζώων φαίνεται μέσω των στοιχείων των έως τώρα ερευνών ως μια εφικτή και δυναμική εναλλακτική για παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους ασθενείς με διάφορες μορφές ψυχικών διαταραχών.^[20]

3.3.1. Κατάθλιψη

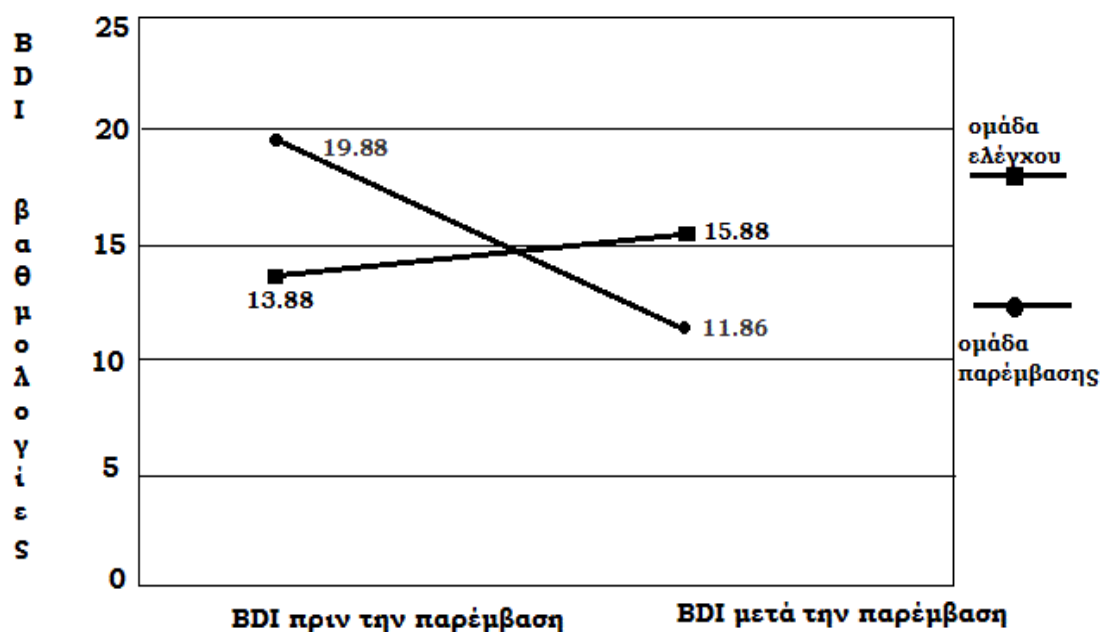
Η κατάθλιψη αποτελεί ψυχική διαταραχή με σημαντικό και συνεχώς αυξανόμενο δείκτη επιπολασμού στη σύγχρονη εποχή. Πρόκειται για διαταραχή της διάθεσης, η οποία προκαλεί απώλεια ενδιαφέροντος για κάθε δραστηριότητα, απώλεια του συναισθήματος χαράς και ικανοποίησης από τη ζωή, αίσθημα κόπωσης, διαστρέβλωση της αυτοεικόνας και ελάττωση της αυτοπεποίθησης καθώς και μείωση της ικανότητας συγκέντρωσης, της ποιότητας του ύπνου και της όρεξης. Επηρεάζει την ικανότητα του ανθρώπου να λειτουργήσει φυσιολογικά και να ανταπεξέλθει στις απαιτήσεις της καθημερινότητας. Αντιμετωπίζεται με ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες καθώς και φαρμακευτική αγωγή, ενώ τα τελευταία έτη τα προγράμματα παρέμβασης με τη βοήθεια των ζώων ολοένα κερδίζουν έδαφος ως συμπληρωματικό κυρίως στοιχείο στη θεραπεία της.^[21]

Μελέτες έχουν δείξει πως η αλληλεπίδραση με τα ζώα προκαλεί βιοχημικές αλλαγές στον εγκέφαλο του ασθενούς και έκλυση νευροδιαβιβαστών που βελτιώνουν τη διάθεση και προκαλούν χαλάρωση και καταστολή του άγχους. Παράλληλα επιτυγχάνονται και άλλα οφέλη στις σωματικές λειτουργίες του

ασθενούς όπως η μείωση της αρτηριακής πίεσης και του σφυγμού και η αύξηση της δραστηριότητας και κινητικότητας, ενώ όλα τα παραπάνω συντελούν στην καλύτερη και ταχύτερη αποκατάσταση της υγείας του. Τα δυνητικά ψυχικά οφέλη είναι η συναισθηματική υποστήριξη και η ελάττωση του αισθήματος απομόνωσης και μοναξιάς, η καλλιέργεια δεξιοτήτων ενσυναίσθησης, η ανόρθωση της αυτοεικόνας και αυτοπεποίθησης και η βελτίωση του προσανατολισμού προς την πραγματικότητα γενικότερα.^[22]

Η ενασχόληση με τα ζώα δύναται συνάμα να συντελέσει στη διανοητική απομάκρυνση του ασθενούς από τη νόσο και τα συμπτώματα αυτής και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής του. Οι δραστηριότητες που εκείνος αναλαμβάνει εν σχέσει με τα ζώα θεραπείας, τον παροτρύνουν να διατηρείται ενεργός και να εκτελεί επίσης σε τακτική βάση και τις απαραίτητες πράξεις αυτοφροντίδας του ίδιου. Συχνά δημιουργείται ένας στενός δεσμός ανάμεσα στον ασθενή και τα ζώα, ο οποίος αποτελεί πηγή στήριξης και κίνητρο για δέσμευση προς τη θεραπευτική διαδικασία. Παράλληλα, η επαφή με τα ζώα βελτιώνει τις κοινωνικές δεξιότητες των ασθενών με κατάθλιψη, διασπώντας τα στενά όρια της περιθωριοποίησης που πιθανώς υπόκεινται και παρέχοντας ευκαιρίες για αλληλεπίδραση με άλλους ανθρώπους, γεγονός βασικό για την πορεία της θεραπείας τους.^[23]

Ως συμπέρασμα η θεραπεία της κατάθλιψης με τη συνδρομή ζώων δύναται να παρουσιάσει θετικά και ενθαρρυντικά αποτελέσματα όπως δείχνουν και στοιχεία από διάφορες έρευνες και μελέτες - μία από αυτές απεικονίζεται στον *πίνακα 5* – ενώ η ανάγκη για περαιτέρω ενασχόληση με τον τομέα αυτό εκ μέρους των ερευνητών καθίσταται επιτακτική για τη γενικότερη αποδοχή και καθιέρωσή της.



πίνακας 5 . απεικόνιση κατάθλιψης με βάση το BDI ψυχομετρικό τεστ πριν και μετά από δραστηριότητες παρέμβασης με σκύλο σε ηλικιωμένους ασθενείς

3.3.2 Αυτισμός

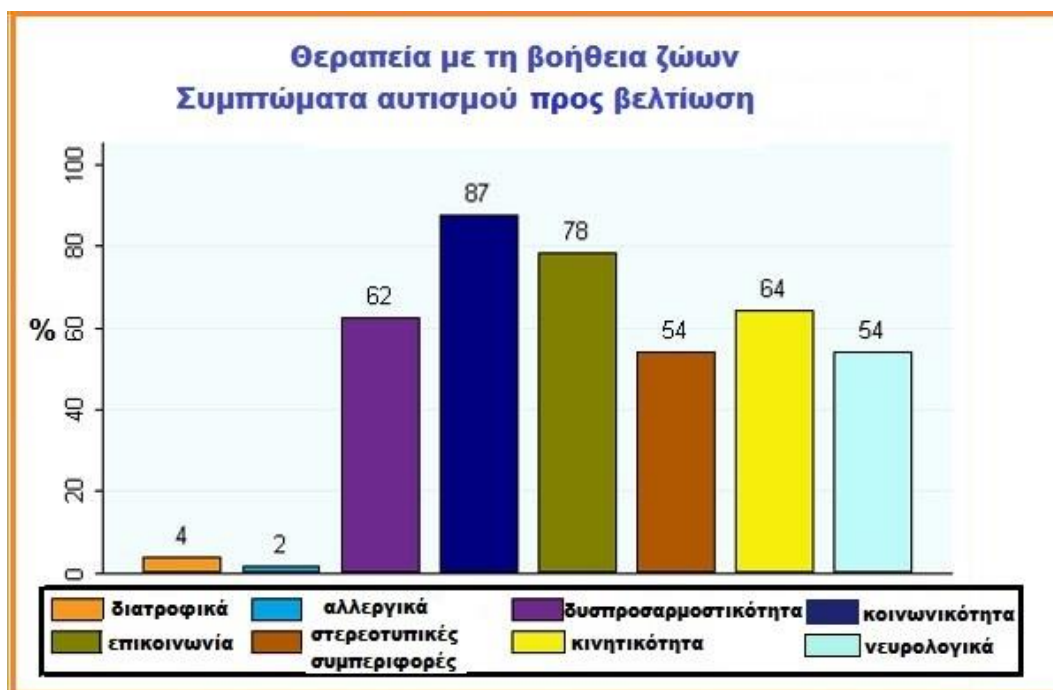
Ο αυτισμός ανήκει στο ευρύ φάσμα των διάχυτων αναπτυξιακών διαταραχών, η σοβαρότητα των συμπτωμάτων των οποίων μπορεί να διακυμανθεί από μέτρια έως μεγάλη. Επηρεάζει τις φυσιολογικές λειτουργίες του εγκεφάλου που σχετίζονται κυρίως με την επικοινωνία και τις κοινωνικές δεξιότητες. Κοινά σημεία στους ασθενείς με αυτισμό είναι η ελλιπής αισθητηριακή ανταπόκριση, η προβληματική λεκτική και μη επικοινωνία, η απουσία ικανότητας φυσιολογικών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και η εμφάνιση περιορισμένων και επαναλαμβανόμενων τύπων κίνησης και συμπεριφοράς. Στις περισσότερες περιπτώσεις ο αυτισμός εκδηλώνεται στα πέντε πρώτα έτη της παιδικής ηλικίας και ακολούθως επηρεάζει την εφηβική και ενήλικη ζωή. Συχνά ο ασθενής με αυτισμό εμφανίζει συνοδές νόσους και συμπτώματα όπως επιληψία, κατάθλιψη, διαταραχές άγχους και σύνδρομο

υπερκινητικότητας. Αντιμετωπίζεται κυρίως με ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες και διενέργεια λογοθεραπειών και εργοθεραπειών.^[24]

Η θεραπεία με ζώα, όπως οι έρευνες καταδεικνύουν θα μπορούσε να έχει θετικά αποτελέσματα στα παιδιά με αυτισμό. Τα ζώα διαθέτουν χαρακτηριστικά που δε διαθέτει ο άνθρωπος, τα οποία λειτουργούν θετικά προς τα συμπτώματα του αυτισμού. Απέναντι στη χαμηλή αισθητηριακή ανταπόκριση που προκαλείται από τον αυτισμό, τα ζώα παρέχουν δυναμικά πολυαισθητηριακά ερεθίσματα – δυνατούς και ξεκάθαρους επαναλαμβανόμενους ήχους, ζωηρές οπτικές εικόνες, ξεχωριστή και ειδική μυρωδιά και ευχάριστη αφή. Το γεγονός αυτό συντελεί στη δυνατότητα που έχουν τα ζώα για μια ιδιαίτερη μη λεκτική επικοινωνία μαζί τους. Μελέτες δείχνουν πως η ένταξη ενός ζώου στη θεραπεία παιδιών με αυτισμό επηρεάζει θετικά τις αντιδράσεις και τη συμπεριφορά τους γενικότερα. Τα παιδιά φαίνονται περισσότερο ευδιάθετα και συγκεντρωμένα, ενώ ελαττώνονται τα παγιωμένα μοτίβα της κινησιολογίας τους και η τάση τους για απομόνωση καθώς και τα λοιπά χαρακτηριστικά της αυτιστικής συμπεριφοράς. Η έκλυση των ορμονών που οφείλεται στην επαφή με τα ζώα, οδηγεί παράλληλα στην βελτίωση και αύξηση των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων των παιδιών, ακόμη και σε εκείνα που εκδηλώνουν έντονη απόσυρση από το περιβάλλον και τους ανθρώπους γύρω τους.^{[25], [27], [28]}

Κατά τη θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων θέτονται ως στόχοι προς αντιμετώπιση πολλά διαφορετικά συμπτώματα του αυτισμού όπως παρουσιάζει ο *πίνακας 6*.^[26] Στα σημαντικότερα οφέλη της θεραπείας ανήκουν η βελτίωση της επικοινωνίας του παιδιού και των κοινωνικών του δεξιοτήτων καθώς και ο έλεγχος και ο περιορισμός των στερεοτυπικών συμπεριφορών. Τα ζώα όχι μόνο αποτελούν τα ίδια αποτελεσματική συντροφιά, αλλά παράλληλα παρέχουν δυνατότητες - αποτελώντας το κίνητρο τους - για επιπλέον κοινωνικές επαφές και επικοινωνία. Ταυτόχρονα βοηθούν το παιδί να λειτουργήσει εντός του κοινωνικού περιγύρου και να ελαττώσει το άγχος του. Επιπλέον αποτελούν εστιακό σημείο συγκέντρωσης για το παιδί όταν αυτό έχει να αντιμετωπίσει

υπερδιεγερτικές αισθητηριακές καταστάσεις και ερεθίσματα, γεγονός που το βοηθά να παραμένει πιο ήρεμο και χαλαρό.^[27]

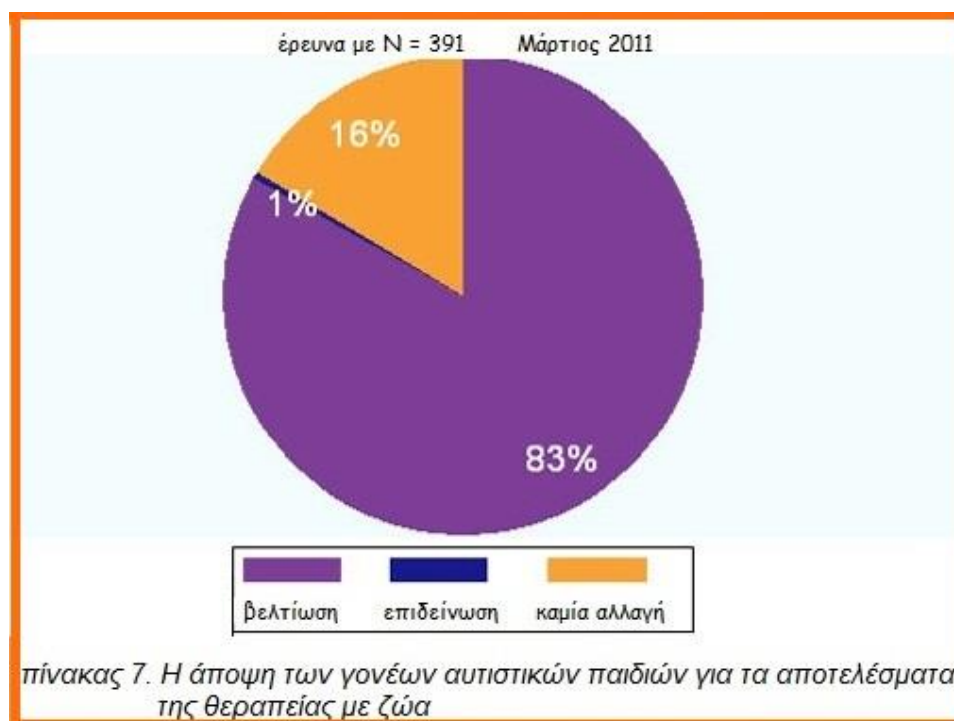


πίνακας 6. Στοχευμένα συμπτώματα αυτισμού κατά τη θεραπεία με ζώα

Επιπροσθέτως μέσω της φροντίδας και περιποίησης του ζώου, το παιδί αποκτά δεξιότητες καθημερινής αυτοφροντίδας και προάγει την αυτοεικόνα και αυτοπεποίθησή του. Η ενασχόληση με τα ζώα μπορεί επίσης να αυξήσει τη δύναμη του παιδιού καθώς και να βελτιώσει τους τομείς της λεπτής και αδρής του κινητικότητας. Τα ζώα όχι μόνο αποτελούν κίνητρο ανάληψης σημαντικών δραστηριοτήτων για τα παιδιά αλλά και πρότυπο για τη μάθησή τους. Μέσω της παρατήρησης της προσωπικής τους αλληλεπίδρασης με αυτά αλλά και εκείνης των άλλων ανθρώπων με τα ζώα, τα παιδιά διδάσκονται κοινωνικές συμπεριφορές, αναπτύσσουν ιδέες, πρότυπα και εσωτερικές προσδοκίες και προδιαγραφές που σχετίζονται με τις φυσιολογικές συμπεριφορές και ανθρώπινες σχέσεις.^[29]

Όπως σημειώθηκε παραπάνω τα στοιχεία από πολλές σύγχρονες έρευνες αποδεικνύουν την ύπαρξη πλεονεκτημάτων της θεραπείας με ζώα για

τη διαταραχή του αυτισμού. Ανάμεσα σε αυτά ανήκουν και οι δείκτες ικανοποίησης των γονέων από τα παιδιά που συμμετέχουν σε αντίστοιχα προγράμματα θεραπείας, για τα οφέλη που προκύπτουν στην προσωπικότητα και συμπεριφορά των παιδιών τους (πίνακας 7).^[26]



Οι έρευνες αυτές πραγματοποιήθηκαν κυρίως για προγράμματα που συμπεριέλαβαν τη θεραπευτική συμμετοχή σκύλων, αλόγων και δελφινιών, ζώα τα οποία έχουν κριθεί ως τα πλέον αποτελεσματικά για τον τομέα των αναπτυξιακών διαταραχών παιδιών και ενηλίκων. Ας αναφερθεί δε ότι η θεραπευτική ιππασία παρουσιάζει - λόγω της φυσιολογίας και κινησιολογίας του ίππου - επιπλέον οφέλη ως προς τη βελτίωση των κινητικών λειτουργιών των ασθενών με αυτισμό.^[29]

Η διενέργεια μελλοντικών ερευνών ως προς τις ευεργετικές συνέπειες της θεραπείας με ζώα για τους ασθενείς με αυτισμό και άλλες αναπτυξιακές διαταραχές κρίνεται απαραίτητη για την εδραίωσή της και την ένταξή της στα παραδοσιακά γνωσιακά και συμπεριφορικά μοντέλα θεραπείας.

3.3.3 Άνοια

Η άνοια είναι μια διαταραχή που αφορά κατά το σύνηθες ανθρώπους της τρίτης ηλικίας και είναι χρόνιας και εξελικτικής φύσεως. Εμφανίζεται με πτώση των γνωστικών λειτουργιών και κυρίως της μνήμης, της σκέψης, του προσανατολισμού, της αντίληψης, της μάθησης και της επικοινωνίας. Δεν πρόκειται για περιορισμούς που εντάσσονται στη φυσιολογική διαδικασία του γήρατος, αλλά για παθολογικές καταστάσεις. Η επιδείνωση της γνωστικής λειτουργίας συχνά συνοδεύεται από απώλεια του συναισθηματικού ελέγχου και της δυνατότητας κοινωνικών αλληλεπιδράσεων. Η άνοια αποτελεί μία από τις πλέον σημαντικές αιτίες ανικανότητας για αυτοεξυπηρέτηση και αυτοσυντήρηση στους ηλικιωμένους σε παγκόσμιο επίπεδο, καθώς τους αφαιρεί τη δυνατότητα επιτέλεσης των καθημερινών τους δραστηριοτήτων. Μεγάλο είναι και το ποσοστό των ασθενών με άνοια που εισάγονται τελικώς σε ψυχιατρικά ιδρύματα ή γηριατρικές κλινικές. Η νόσος του *Alzheimer* είναι ο συνηθέστερος αιτιολογικός παράγοντας της άνοιας.^{[30]. [31]}

Τα ζώα και κυρίως οι σκύλοι εδώ και πολλά χρόνια λαμβάνουν μέρος σε προγράμματα επισκέψεων σε κλινικές ηλικιωμένων ασθενών που πάσχουν από άνοια, προσφέροντας μια ευκαιρία για δημιουργία δεσμών τρυφερότητας και για διασκέδαση. Οι ειδικοί επί της νόσου ωστόσο υποστηρίζουν πως πολλά περισσότερα μπορεί να είναι τα οφέλη για τους ασθενείς από την εφαρμογή στοχευμένων θεραπευτικών παρεμβάσεων με τη συνδρομή των ζώων. Οι άνθρωποι που πάσχουν από άνοια είναι δυνατό να εκδηλώσουν διάφορα συμπτώματα και συμπεριφορές κατά την πορεία επιδείνωσης της νόσου. Καθώς αυτή εξελίσσεται, ο ασθενής συνήθως αποκόπτει τους δεσμούς και την επαφή με το περιβάλλον και τον κοινωνικό του περίγυρο, απομονώνεται και περιορίζει κατά μεγάλο βαθμό την κίνηση και τις δραστηριότητές του. Η παρουσία ενός ζώου θεραπείας έχει παρατηρηθεί ότι θα ήταν δυνατό να αποτελέσει τη μόνη εναπομείνασα λειτουργική γέφυρα επικοινωνίας του ασθενούς με την πραγματικότητα γύρω του. Αποτελέσματα ερευνών δείχνουν ότι η θεραπεία με τη συμβολή ζώων μπορεί να βελτιώσει τις κοινωνικές και

επικοινωνιακές συμπεριφορές και δεξιότητες ασθενών με άνοια. Έχει παρατηρηθεί ότι πολλές φορές οι ασθενείς μπορεί να αναπτύξουν πιο εύκολα επικοινωνία με τα ζώα παρά με τους ανθρώπους που τους περιβάλλουν. Η επαφή αυτή με τα ζώα παρέχει το έναυσμα και την κινητήρια δύναμη απεγκλωβισμού τους από το περιθώριο και τη μοναχικότητα που έχει επιφέρει η νόσος.^[32]

Τα αποτελέσματα μελετών έχουν δείξει ότι η θεραπεία με ζώα δύναται να λειτουργήσει προληπτικά και θεραπευτικά επί των συνεπειών που προκαλεί η άνοια και στη συναισθηματική υγεία των ασθενών, ελαττώνοντας σημαντικά τα αρνητικά της συμπτώματα, όπως η επιθετικότητα και οι ψυχωτικές συμπεριφορές, η σύγχυση, η ευερεθιστότητα και οι καταθλιπτικές τάσεις. Τα χαρακτηριστικά αυτά αποτελούν κοινά σημεία αναφοράς ανάμεσα στους ασθενείς με άνοια. Η επαφή και η αλληλεπίδραση με τα ζώα μπορεί επίσης να μειώσει και τα συμπτώματα από άλλη μια συνήθη διαταραχή στους ασθενείς με άνοια, το γνωστό ως «*σύνδρομο της δύσης*», κατά το οποίο οι ασθενείς παρουσιάζουν έντονα σημεία ανησυχίας, σύγχυσης και επιθετικότητας τις πρώτες βραδινές ώρες. Η παρουσία του ζώου θεραπείας δρα εφησυχαστικά στην ψυχική κατάσταση του ασθενούς, παρέχοντας ασφάλεια και συντροφιά.^[30]

Επιπλέον οι δραστηριότητες με τα ζώα θεραπείας, όπως η περιποίηση, η γυμναστική, το περπάτημα και το παιχνίδι, παρέχουν στους ασθενείς ευχάριστο κίνητρο για έξοδο από την ακινησία και βελτίωση της φυσικής κατάστασης και των σωματικών τους λειτουργιών. Το γεγονός αυτό συντελεί στη μείωση του αισθήματος μυϊκού άλγους, την αύξηση των κινητικών ικανοτήτων, τον περιορισμό περιστατικών πτώσεων των ασθενών και την ενίσχυση δεξιοτήτων διατροφής και αυτοφροντίδας. Οι γενικές προσδοκίες των ειδικών σχετικά με τα οφέλη της θεραπείας με ζώα στους ασθενείς με άνοια - *πίνακας 9* - καταδεικνύουν τη σημαντικότητα της ανάγκης για διεκπεραίωση επιπλέον ερευνών προς εδραίωση της εφαρμογής της.^{[33], [34]}

- μείωση πόνου
- μείωση διαταραχών λόγου
- βελτίωση κοινωνικής συμπεριφοράς
- βελτίωση συναισθηματικής κατάστασης
- βελτίωση αδρής κινητικότητας
- βελτίωση λεπτής κινητικότητας
- αύξηση ανεξαρτησίας
- βελτίωση συντονισμού χεριού - ματιού
- βελτίωση λειτουργικότητας σε όλα τα επίπεδα
- βελτίωση συγκέντρωσης και προσοχής
- βελτίωση φυσικής κατάστασης και αντοχής
- αύξηση μυϊκής δύναμης άνω και κάτω άκρων
- μείωση συμπτωμάτων κατάθλιψης

πίνακας 8. Στόχοι θεραπείας με ζώα για τους ηλικιωμένους ασθενείς με άνοια

3.3.4 Σχιζοφρένεια

Η σχιζοφρένεια αποτελεί μια σοβαρή ψυχική νόσο που επηρεάζει περισσότερους από εικοσιένα εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως στη σύγχρονη εποχή. Τα συμπτώματά που εμφανίζει είναι κυρίως ο αποπροσανατολισμός και η αλλοίωση της σκέψης, της αντίληψης της πραγματικότητας, του λόγου και της επικοινωνίας, της αυτοεικόνας και της ικανότητας αυτοφροντίδας αλλά και της γενικότερης συμπεριφοράς. Κοινό σημείο αναφοράς για τους ασθενείς με σχιζοφρένεια είναι η ύπαρξη παραισθήσεων και ψευδαισθήσεων, στοιχείο που εντείνει την εκδήλωση παράλογων και μη συμβατών με το περιβάλλον συμπεριφορών. Η σχιζοφρένεια παρά τη σοβαρότητα της θεωρείται ως ένα βαθμό αντιμετωπίσιμη με το συνδυασμό φαρμακευτικής αγωγής, ψυχοθεραπείας αλλά και με συμπληρωματικές μεθόδους θεραπείας όπως αυτής με τη συμβολή των ζώων.^[35]

Μάλιστα μελέτες έχουν δείξει πως η αλληλεπίδραση των ασθενών με σχιζοφρένεια με τα ζώα θεραπείας έχει τη δυνατότητα για θετικά αποτελέσματα επί του συμπτώματος της ανηδονίας, χαρακτηριστικό που προκαλείται από τη νόσο και σχετίζεται με την έλλειψη ικανότητας βίωσης του αισθήματος της ευχαρίστησης με καταστάσεις και δραστηριότητες που φυσιολογικά την προκαλούν. Έχει παρατηρηθεί ότι η εφαρμογή προγραμμάτων θεραπείας με ζώα σε ψυχιατρικά ιδρύματα ασθενών με σχιζοφρένεια κερδίζει της προτίμηση των τροφίμων εν σχέση με τα υπόλοιπα προσφερόμενα μοντέλα θεραπείας, ενώ παράλληλα η συμμετοχή σε αυτά έδειξε μείωση του αισθήματος απάθειας και της εκδήλωσης των αρνητικών συμπτωμάτων της νόσου. Επιπλέον τα επίπεδα κορτιζόλης των ασθενών φαίνεται να σημειώνουν πτώση με το πέρας των αναφερόμενων προγραμμάτων, γεγονός που δείχνει τη μείωση του άγχους και του στρες στους ανθρώπους που πάσχουν από σχιζοφρένεια.^{[36], [37]}

Η θεραπευτική αξιοποίηση της αλληλεπίδρασης με τα ζώα, σύμφωνα με αποτελέσματα μελετών, παρέχει στους ασθενείς το κίνητρο και τη δυνατότητα για τη γενικότερη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους. Έρευνες παρουσιάζουν όχι μόνο την μείωση των αρνητικών συμπτωμάτων της νόσου αλλά και την εκδήλωση θετικών συμπεριφορών που σχετίζονται με δραστηριότητες της καθημερινότητας και πράξεις αυτοεξυπηρέτησης των ασθενών. Μέσα από την τακτική επαφή με τα ζώα και την εκτέλεση ενεργειών όπως η περιποίηση και φροντίδα τους, οι ασθενείς βελτιώνουν την αυτοπεποίθησή τους και καθίστανται περισσότερο δραστήριοι και υπεύθυνοι και στην προσωπική τους ζωή (πίνακας 9).^[38]

Το πλέον σημαντικό στοιχείο που οι έρευνες έχουν καταδείξει ως τώρα για τα αποτελέσματα της θεραπείας με ζώα για τους ασθενείς με σχιζοφρένεια είναι πως μπορεί να παράγει συγκεκριμένα πρακτικά οφέλη για εκείνους, και μάλιστα σε περιοχές και τομείς που οι παραδοσιακές θεραπείες φαίνονται ανεπαρκείς, όπως στο σύμπτωμα της ανηδονίας των ασθενών, το οποίο επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την ποιότητα της καθημερινής τους ζωή. Η συνεχής εξέλιξη των μελετών για τα δυναμικά οφέλη της εν μελέτη θεραπείας θα κατορθώσει πιθανώς να θεμελιώσει τη γενικότερη αποδοχή και εδραίωσή της.^[38]

Δραστηριότητες	Σημείο εκκίνησης Βαθμοί*	9 μήνες μετά Βαθμοί*
Καθαριότητα περιβάλλοντος χώρου	2.06	3.26
Υγεία	2.71	3.40
Ελεύθερος χρόνος	1.25	2.27
Διαχείριση χρημάτων	1.75	2.62
Μετακίνηση	1.67	3.06
Διατροφή	3.78	3.98
Περιποίηση και αυτοφροντίδα	2.75	3.24

πίνακας 9. Απεικόνιση ικανότητας ανεξάρτητης επιτέλεσης δραστηριοτήτων σε ασθενείς με σχιζοφρένεια πριν και μετά από εννιάμηνο πρόγραμμα θεραπευτικής ιππασίας

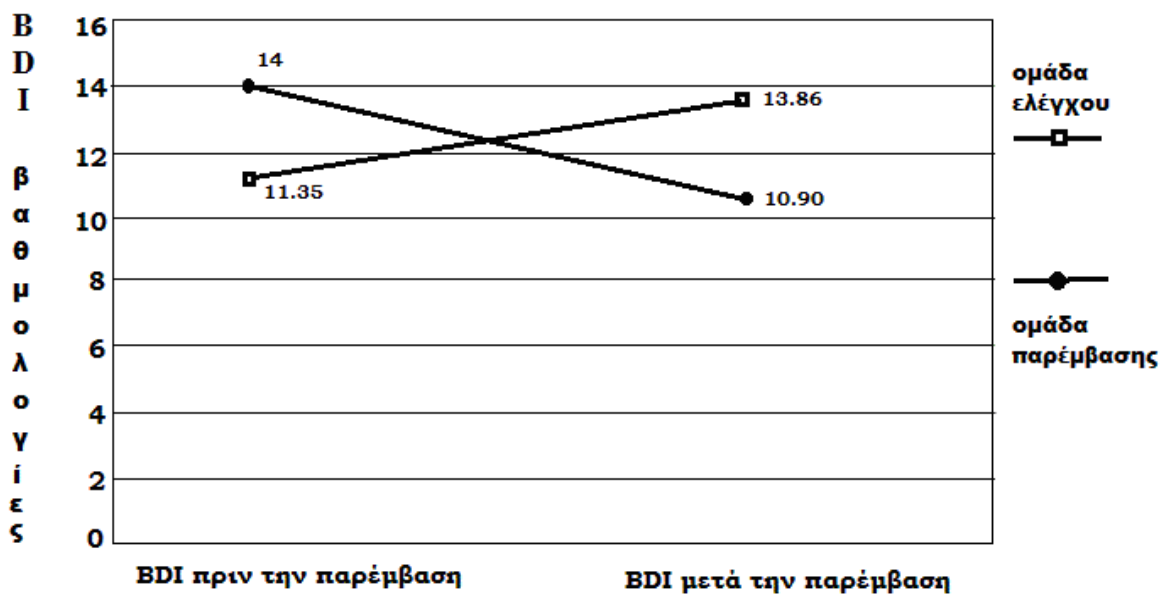
* Βαθμολογίες στην κλίμακα 0-4, όπου 0 = δε συμβαίνει ποτέ και 4 = συμβαίνει πάντα

3.3.5 Διαταραχές άγχους

Οι αγχώδεις διαταραχές σχετίζονται με τα αυξημένα επίπεδα στρες, άγχους, ανησυχίας και έντασης που εκδηλώνονται όχι μόνο για προσωρινό διάστημα κατά την αντιμετώπιση καταστάσεων απειλητικών για τον άνθρωπο και φυσιολογικά αγχογόνων, αλλά επεκτείνονται χρονικά και επηρεάζουν την ικανότητα του να λειτουργήσει αποτελεσματικά στους διάφορους τομείς τις καθημερινής του ζωής. Τα συμπτώματα που προκαλούν σχετίζονται με αισθήματα διαρκούς ανησυχίας, αυξημένης μυϊκής έντασης, ψυχικής και σωματικής κόπωσης και ευερεθιστότητας. Οι ασθενείς εμφανίζουν ακόμη δυσκολία στη συγκέντρωση, απώλεια αυτοελέγχου, αποσυντονισμό της λειτουργίας του ύπνου και τάσεις απόσυρσης. Επιπλέον οι

διαταραχές άγχους θεωρούνται επιβαρυντικός παράγοντας για καρδιαγγειακές νόσους. Στις αναφερόμενες διαταραχές εντάσσονται οι φοβίες, οι κρίσεις πανικού, το μετατραυματικό στρες και η γενικευμένη αγχώδης διαταραχή.^[39]

Πολλαπλές έρευνες έχουν τονίσει το γεγονός ότι η επαφή των ασθενών που πάσχουν από κάποια αγχώδη διαταραχή με τα ζώα θεραπείας προκαλεί μείωση των ορμονών του άγχους και πτώση των σφίξεων και τις αρτηριακής πίεσης. Οι ασθενείς αισθάνονται περισσότερο ήρεμοι και χαλαροί κατά και μετά τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με αυτά ή και με την απλή παρουσία των ζώων στις ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες. Πέραν τούτου οφέλη όσον αφορά στην πτώση των επιπέδων του άγχους αποκομίζουν με τη θεραπεία μέσω ζώων και ασθενείς οι οποίοι πάσχουν και από διαφορετικές ψυχικές νόσους και που η ύπαρξη του στρες επιβαρύνει την κατάσταση τους (πίνακας 10). Μάλιστα διάφορες μελέτες έχουν επισημάνει τη στατιστικώς σημαντική ελάττωση του στρες σε ασθενείς διαφορετικών διαγνώσεων που διαμένουν σε ψυχιατρικά ιδρύματα.^[40]



πίνακας 10. απεικόνιση άγχους με βάση το BDI ψυχομετρικό τεστ πριν και μετά από δραστηριότητες παρέμβασης με σκύλο σε ηλικιωμένους ασθενείς

Οι ειδικοί αναζητώντας τα αίτια για τα οποία η θεραπεία με ζώα οδηγεί στη μείωση του στρες διατύπωσαν διάφορες απόψεις. Η γυμναστική και η άσκηση οι

οποίες εντάσσονται στις δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με ζώα, προκαλούν την αναστολή της έκλυσης κορτιζόλης και αύξηση της παραγωγής ορμονών που επιφέρουν χαλάρωση και ευφορία. Παράλληλα, οι δραστηριότητες που περιλαμβάνονται στην επαφή με τα ζώα, φαίνεται να είναι λιγότερο απαιτητικής φύσεως εν σχέσει με τις παραδοσιακές ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, οι οποίες δημιουργούν μεγαλύτερη ψυχική ένταση και αμηχανία στους ασθενείς. Επιπλέον η παρουσία του ζώου και η απτική επαφή με αυτό διαθέτει χαλαρωτικές δυνάμεις και παρέχει το αίσθημα ασφάλειας και εμπιστοσύνης.^[41]

Ωστόσο θα πρέπει να σημειωθεί ότι τα αποτελέσματα των ερευνών αποδεικνύουν τα βραχυπρόθεσμα οφέλη της θεραπείας με ζώα στους ασθενείς με διαταραχές άγχους. Είναι σαφώς απαραίτητη η μελέτη των πιθανώς μακροπρόθεσμων μεταβολών που η θεραπεία παρέχει στα γενικά επίπεδα άγχους των ασθενών.

3.3.6 Έτερες ψυχικές νόσοι

Ο εθισμός σε ουσίες εντάσσεται στην ευρεία λίστα των ψυχικών διαταραχών με βάση τη διεθνή ταξινόμηση νόσων από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας^[5]. Η βασική μέθοδος θεραπείας είναι η ένταξη των ασθενών σε κλινικές αποτοξίνωσης, όπου παρέχεται κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή, ψυχοθεραπεία και εργοθεραπεία.

Στο τομέα της αποκατάστασης της υγείας των ασθενών με εθισμό σε ουσίες έρχεται να προσφέρει τη συμβολή της και η θεραπεία με ζώα, η οποία παρέχεται από εξειδικευμένους παρόχους υγείας που συνεργάζονται με τους κατεξοχήν θεραπευτές των κλινικών. Οι συνεδρίες μπορεί να πραγματοποιηθούν ατομικά είτε ομαδικά, ενώ παρέχεται αφενός σαφής καθοδήγηση προς τους ασθενείς για τις δραστηριότητες που πρέπει να αναλάβουν και αφετέρου επιτήρηση της ασφάλειας αυτών και της ορθής διεξαγωγής των απαραίτητων ενεργειών που περιλαμβάνονται. Η όλη διαδικασία απαιτεί την ενεργητική συμμετοχή του ασθενούς, απέχοντας κατά πολύ από τις συνήθεις ψυχολογικές θεραπείες,

γεγονός που σε συνάρτηση με τα γενικά πλεονεκτήματα της επαφής με τα ζώα, παρέχει πολλαπλά οφέλη στον άνθρωπο που νοσεί. ^[42]

Οι δραστηριότητες που εκτελούνται κατά την επαφή με τα ζώα συντελούν στη δημιουργία αισθήματος μιας πολύ χρήσιμης για τους ασθενείς ρουτίνας, η οποία καθίσταται παράγοντας απεγκλωβισμού τους από τη συνεχή διανοητική ενασχόληση με τα συμπτώματα της νόσου. Επί πλέον οικειοποιούμενοι το ρόλο του φροντιστή ενισχύουν την αυτοπεποίθηση και αυτοεικόνα τους, ενώ παράλληλα δημιουργώντας δεσμούς με τα ζώα γίνονται αποδοχείς απροϋπόθετης τρυφερότητας και συναισθηματικής υποστήριξης. ^[42]

Η θεραπεία με τη συμβολή των ζώων δύναται να προσφέρει θετικά αποτελέσματα και στον τομέα των κοινωνικών δεξιοτήτων των ασθενών με προβλήματα εθισμού. Το αίσθημα χαλάρωσης, ασφάλειας και εμπιστοσύνης που παρέχουν τα ζώα με την παρουσία τους, συντελεί στην ελάττωση της περιθωριοποίησης και της απόσυρσης που έχουν εμφανιστεί ως απόρροια της νόσου. Η αλληλεπίδραση με τα ζώα βελτιώνει ταυτόχρονα τις δεξιότητες επικοινωνίας και παρέχει δυνατότητες για κοινωνικές επαφές και διασυνδέσεις. ^[43]

Ας επισημανθεί επιπλέον ότι οι δραστηριότητες που ο ασθενής αναλαμβάνει κατά τη θεραπεία με τα ζώα, συμβάλλουν στην ενδυνάμωση των δεξιοτήτων λεπτής κινητικότητας, της μνήμης, της λεκτικής επικοινωνίας και της ικανότητας προσοχής και συγκέντρωσης, τομείς οι οποίοι φαίνεται να πλήττονται ιδιαίτερα, εξαιτίας οργανικών μεταβολών που προκαλεί ο εθισμός σε ουσίες στις εγκεφαλικές λειτουργίες. ^[43]

Μια ακόμη κατηγορία διαταραχών που έχουν ενταχθεί στις ψυχικές νόσους είναι και οι διατροφικές, εκείνες δηλαδή που σχετίζονται με την πρόσληψη της τροφής και που οι γνωστότερες από αυτές είναι η νευρική ανορεξία και η βουλιμία. Η ολιστική προσέγγιση των ασθενών με ψυχικές νόσους επιβάλλει και για την ομάδα αυτή των ασθενών, την ενίσχυση των διαφόρων τομέων της οντότητας και της προσωπικότητάς τους, συμπεριλαμβανομένου του σωματικού, του διανοητικού, του συναισθηματικού και του ψυχοκοινωνικού. ^[44]

Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις με ζώα συνδράμουν στην αποκατάσταση του στοιχείου που κυρίως χαρακτηρίζει τους ασθενείς με διατροφικές διαταραχές,

αυτό της αλλοιωμένης αυτοεικόνας και της επιτακτικής ανάγκης για αποδοχή. Τα θεμελιώδη οφέλη που φαίνεται να αποκομίζουν οι ασθενείς από τις παρεμβάσεις αυτές είναι η ενίσχυση των παρακάτω χαρακτηριστικών: ^[44]

- Αυτοσεβασμός
- Αυτοεκτίμηση
- Υπευθυνότητα
- Αυτοέλεγχος
- Δυναμικότητα
- Επικοινωνιακές δεξιότητες
- Ενσυναίσθηση
- Εμπιστοσύνη

Συνοψίζοντας, η εφαρμογή προγραμμάτων θεραπείας με τη συμβολή των ζώων δημιουργεί δυνατότητες επιπλέον ενίσχυσης των θετικών αποτελεσμάτων που επιτυγχάνονται μέσω των παραδοσιακών ψυχοθεραπευτικών μεθόδων, και στους ασθενείς που πάσχουν από προβλήματα εθισμού σε ουσίες καθώς και από διατροφικές διαταραχές.

3.4 Ερευνητικά δεδομένα για τα οφέλη της χρήσης ζώων στη θεραπεία ψυχικά ασθενών

Οι έρευνες για τα πιθανά οφέλη της θεραπείας με τη συνδρομή των ζώων ξεκίνησαν ήδη από το 1961, όταν ο ψυχοθεραπευτής Boris Levinson ενέταξε έναν σκύλο στις ψυχοθεραπευτικές συναντήσεις του με παιδιά που έπασχαν από ψυχικές διαταραχές και παρατήρησε ότι η παρουσία του ζώου λειτουργούσε ως διάυλος που ευνοούσε την επικοινωνία του με αυτά. Παράλληλα, η τρυφερότητα προς τους νεαρούς ασθενείς εκ μέρους του ζώου, φάνηκε να οδηγεί σε βελτίωση στους τομείς της σωματικής και συναισθηματικής τους υγείας καθώς και στην κοινωνικότητά τους. Συγκεντρώνοντας στοιχεία από τις παρατηρήσεις του,

κατέγραψε τα συμπεράσματά του και τα παρουσίασε κατά το ίδιο έτος στο Συνέδριο της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρίας, γεγονός που αποτέλεσε έναυσμα για την συνέχεια και εξέλιξη των ερευνών σχετικά με το θέμα. Στη σύγχρονη εποχή και κατά την τελευταία δεκαετία έχουν πραγματοποιηθεί πλήθος ερευνών παγκοσμίως για την προσφορά των ζώων στη θεραπεία συγκεκριμένων ψυχικών διαταραχών καθώς και μελέτες ανασκόπησης και μετα-ανάλυσης των ερευνών αυτών και των συμπερασμάτων τα οποία εκθέτουν. Στις επόμενες παραγράφους θα αναφερθούν συνοπτικώς στοιχεία από αξιολογες τέτοιες έρευνες και μελέτες.^[11]

Όσον αφορά στη μείωση των επιπέδων άγχους των ασθενών που διαμένουν σε ψυχιατρικά ιδρύματα και κλινικές, τα ερευνητικά δεδομένα συγκλίνουν στο ότι αποτελεί εφικτό στόχο της θεραπείας με ζώα, τονίζοντας μάλιστα το γεγονός ότι μέσω αυτής επιτυγχάνονται μεγαλύτερα επίπεδα ελάττωσης του στρες από ότι με τις συμβατικές ψυχοθεραπείες. Ας επισημανθεί επιπλέον ότι οι έρευνες αυτές αφορούν ψυχιατρικούς ασθενείς με διαφορετικές διαγνώσεις. Μετά από προγράμματα και δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με τα ζώα οι μετρήσεις των ορμονών που προκαλούν το άγχος δείχνουν να έχουν στατιστικώς σημαντική πτώση. Σημαντικός είναι και ο αριθμός των ερευνών που μελετούν τη θεραπευτική αξιοποίηση των ζώων σε ηλικιωμένους ασθενείς με άνοια. Τα αποτελέσματά τους δείχνουν ότι μπορεί να επιτευχθεί βελτίωση στις γνωστικές λειτουργίες και τις κοινωνικές δεξιότητες των ασθενών. Μπορεί ακόμη να κατορθωθεί ο περιορισμός των προβληματικών συμπεριφορών που επιφέρει η νόσος και η γενικότερη βελτίωση της ποιότητας ζωής. Θετικές είναι επίσης οι ενδείξεις των ερευνών σχετικά με την επίδραση των ζώων στους καταθλιπτικούς ασθενείς, των οποίων η διάθεση και η συναισθηματική κατάσταση φαίνεται να βελτιώνεται. Άλλες έρευνες ασχολήθηκαν με τη νόσο της σχιζοφρένειας, επιβεβαιώνοντας τις θεωρίες που προτείνουν πως οι ασθενείς που συμμετέχουν σε θεραπευτικά προγράμματα με ζώα, εκδηλώνουν περισσότερες θετικές συμπεριφορές, βελτιώνουν την ικανότητα επικοινωνίας τους και τις δεξιότητες ανάληψης καθημερινών πράξεων αυτοφροντίδας. Μία ακόμη ψυχική διαταραχή για την οποία οι έρευνες έχουν εμφανίσει θετικά αποτελέσματα ως προς τη χρήση

της θεραπείας με ζώα είναι και ο αυτισμός. Τα παιδιά με αυτισμό αλληλεπιδρώντας με τα εκπαιδευμένα ζώα μπορούν να βελτιώσουν τη σωματική τους υγεία και να λάβουν ευεργεσίες σε διάφορους τομείς της προσωπικότητάς τους, όπως τη δεξιότητα της ενσυναίσθησης και της συσχέτισης με τους ανθρώπους του κοινωνικού τους περιβάλλοντος, την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων, καθώς και τις δυνατότητες επικοινωνίας. [45],[46],[47],[48],[49]

Υπό έρευνα έχουν τεθεί και οι απόψεις των ίδιων των ψυχοθεραπευτών για τη λειτουργικότητα της μελετώμενης θεραπείας ως συμπληρωματική παρέμβαση για την αντιμετώπιση των ψυχικών νόσων. Έχει καταδειχθεί ότι εξασφαλίζονται πολλαπλά κέρδη τόσο για την έκβαση της θεραπευτικής διαδικασίας όσο και για την ποιότητα ζωής των ανθρώπων. Οι ασθενείς αισθάνονται μεγαλύτερη ασφάλεια και ηρεμία κατά τις συνεδρίες, ενώ παράλληλα αποκτούν ένα ισχυρό συναισθηματικό κίνητρο για να παραμείνουν συνεπείς σε αυτές. Ταυτόχρονα ενισχύουν την αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμησή τους και γίνονται ικανότεροι στις δραστηριότητες της καθημερινότητάς τους. [50]

Τέλος, κρίνεται απαραίτητο να αναφερθεί και η ύπαρξη μελετών ανασκόπησης και μετα-ανάλυσης των στοιχείων που έχουν παρουσιάσει οι έρευνες στο σύνολό τους. Διαπιστώνεται λοιπόν ότι η ενσωμάτωση της θεραπευτικής αλληλεπίδρασης με τα ζώα στα παραδοσιακά πλάνα θεραπείας παράγει οφέλη για την ψυχοκοινωνική, τη σωματική και τη συναισθηματική κατάσταση των ασθενών με ψυχικές νόσους. Τα επίπεδα φόβου, δυσαρέσκειας και δυσφορίας περιορίζονται, ενώ προάγεται η ευεξία και η καλλιέργεια μιας θετικής αυτοεικόνας. Γίνεται αποτελεσματικότερη η αντιμετώπιση στρεσογόνων καταστάσεων, ελαττώνεται η σωματοποίηση των ψυχικών προβλημάτων και περιορίζονται οι συμπεριφορές επιθετικότητας εκ μέρους των ασθενών. [51]

Παρόλα αυτά έχουν υπάρξει και αποτελέσματα ερευνών που δεν ήταν ιδιαίτερα ενθαρρυντικά για την ωφέλεια της θεραπείας με τα ζώα για τις ψυχικές νόσους καθώς δεν εντοπίστηκε καμιά μεταβολή στην προσωπικότητα, τη φυσική υγεία ή και την ποιότητα ζωής των ασθενών. Επιπλέον οι ειδικοί έχουν τονίσει την παρουσία σημαντικών ελλείψεων και περιορισμών κάποιων θετικά αποφανθέντων

για τη θεραπεία με ζώα ερευνητικών στοιχείων, γεγονός που καθιστά εν μέρει δυνατή την αμφισβήτηση της αξιοπιστίας τους. Επιπλέον καμιά έρευνα δεν έθεσε υπό μελέτη τους μηχανισμούς με τους οποίους η αλληλεπίδραση με τα ζώα επιδρά θετικά στους ψυχικά ασθενείς, στοιχείο που θα συντελούσε στην καλύτερη αξιολόγηση της θεραπείας. Η ανάγκη συνεπώς για εξέλιξη και αύξηση του αριθμού των ερευνών επί του τομέα κρίνεται επιβεβλημένη. ^{[52],[53]}

3.5 Σύνοψη

Η θεραπεία με την αξιοποίηση την παρουσίας ζώων, ως συμπληρωματική προσέγγιση στα παραδοσιακά θεραπευτικά σχήματα, παράγει, σύμφωνα με τις παρατηρήσεις των ειδικών, πολλά σημαντικά οφέλη για τους ασθενείς που πάσχουν από ψυχικές νόσους. Η εφαρμογή της σε πληθυσμούς ασθενών με διαφορετικές διαγνώσεις, όπως αυτές της κατάθλιψης, του αυτισμού, της άνοιας, της σχιζοφρένειας, αλλά και εκείνες που σχετίζονται με αγχώδεις διαταραχές και προβλήματα εθισμού ή πρόσληψης τροφής, δύναται να επιτύχει μεταβολές στην προσωπικότητα, τη συμπεριφορά και τη σωματική τους υγεία. Οι μεταβολές αυτές αφορούν κυρίως τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις των ασθενών, όπως επίσης και το γνωστικό, τον ψυχικό και το συναισθηματικό τομέα, όπου φαίνεται να βελτιώνονται οι ικανότητες και δεξιότητες που έχουν περιοριστεί εξαιτίας της υποκείμενης νόσου ή και να καλλιεργούνται νέες. Το γεγονός αυτό συντελεί στην ενίσχυση της αυτοεικόνας τους και στην γενική βελτίωση της ποιότητας ζωής. Πλήθος ερευνών αποφαίνεται θετικά ως προς τα οφέλη της ένταξης των ζώων στη θεραπευτική διαδικασία, αποδεικνύοντας ότι συνδράμει στην μείωση της εκδήλωσης των αρνητικών συμπτωμάτων που προκαλούν οι ψυχικές διαταραχές και στην εμφάνιση θετικών συμπεριφορών, οι οποίες κυρίως αφορούν στην ανάληψη ευθυνών και δραστηριοτήτων της καθημερινής ζωής εκ μέρους των ασθενών. Ωστόσο ο ερευνητικός τομέας για την εν μελέτη θεραπεία είναι απαραίτητο να διευρυνθεί και να εμπλουτιστεί αλλά και να ξεπεράσει εμφανείς αδυναμίες και περιορισμούς, ώστε να γίνει δυνατή η πλήρης εξέταση των

δυναμικών πλεονεκτημάτων της και η θεμελίωση της ως μια πρόσφορη και σημαντική μέθοδος παρέμβασης.

Κεφάλαιο 4^ο ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΜΕ ΖΩΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ

4.1 Εισαγωγή

Στο κεφάλαιο που ακολουθεί διερευνώνται οι όροι και οι προϋποθέσεις που έχουν τεθεί από τους ειδικούς όσον αφορά στην ένταξη των ζώων στα θεραπευτικά πλαίσια γενικά αλλά και ειδικότερα για τους ασθενείς με ψυχικές νόσους. Οι προτάσεις αυτές αφορούν στην ασφάλεια και προώθηση της αποκατάστασης της υγείας των ασθενών που συμμετέχουν σε τέτοια προγράμματα αλλά και την ασφάλεια και προστασία του ίδιου του ζώου. Η τήρηση τους είναι απαραίτητη προς αποφυγή δυσάρεστων περιστατικών ή μη ουσιώδους αξιοποίησης των δυνατοτήτων της θεραπείας. Παράλληλα εξετάζεται ο ρόλος του νοσηλευτή σχετικά με τις δραστηριότητες που καλείται να επιτελέσει κατά την υλοποίηση της θεραπείας με ζώα στα ιδρύματα παροχής υγείας, ώστε να διασφαλιστεί η ορθή εφαρμογή της, αλλά και την περαιτέρω δράση του για την επέκταση παρόμοιων παρεμβάσεων. Επιπλέον γίνεται αναφορά στα συνηθέστερα είδη ζώων που αξιοποιούνται σε θεραπευτική βάση καθώς και στα λειτουργούντα προγράμματα αλληλεπίδρασης με ζώα προς βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών με ψυχικές διαταραχές, ανά τον κόσμο αλλά και στην Ελλάδα.

4.2 Αρχές και παράμετροι που διέπουν τη χρήση ζώων στη θεραπεία

Με σκοπό την κατοχύρωση της ασφάλειας και ποιότητας στην εφαρμογή της θεραπείας με τη συνδρομή των ζώων είναι απολύτως αναγκαίο να τηρηθούν ορισμένες βασικές προϋποθέσεις που αφορούν στην επαρκή εκπαίδευση του θεραπευτή-χειριστή του ζώου, την επιτυχημένη επιλογή του ζώου θεραπείας, καθώς και την διασφάλιση της καταλληλότητας των ασθενών αλλά και την τήρηση κανόνων κατά την διεξαγωγή των θεραπευτικών προγραμμάτων. Επιπλέον θα πρέπει να θέτονται εκ των προτέρων συγκεκριμένοι θεραπευτικοί στόχοι και να επιτελείται σε τακτική βάση η αξιολόγηση της πορείας της παρέμβασης. Αναγκαίο

κριτήριο επιτυχούς παροχής της συγκεκριμένης θεραπείας καθίσταται επιπλέον η δυνατότητα εξισορρόπησης των χαρακτηριστικών και αναγκών του ασθενούς, των ιδιαίτερων γνωρισμάτων και ικανοτήτων του ζώου, των δεξιοτήτων του θεραπευτή και των περιβαλλοντικών παραγόντων. ^{[54],[55]}

Η επιλογή του ζώου συχνά λαμβάνει υπόψη τις υποκειμενικές προτιμήσεις του ασθενούς, ωστόσο ποτέ κάποιο από αυτά δεν πρέπει να εντάσσεται σε πρόγραμμα παρέμβασης αν δεν είναι επαρκώς εκπαιδευμένο, διότι με τον τρόπο αυτό παραβλέπεται ο παράγοντας της ασφάλειας και υγείας των ασθενών και αυξάνουν οι πιθανότητες τραυματισμού και μετάδοσης ζωνόσων. Τα ζώα συμβάλλουν στην επίτευξη των στόχων της θεραπείας όταν δημιουργούν αισθήματα άνεσης, χαλάρωσης και εμπιστοσύνης στους ασθενείς. Σημαντική επίσης είναι και η ικανότητα τους να δημιουργούν δεσμούς υποδεικνύοντας στοιχεία αποδοχής και επικοινωνίας με αυτούς. Ο δεσμός αυτός είναι ένα από τα βασικότερα συστατικά για την επιτυχή έκβαση της θεραπείας, καθώς αποτελεί ισχυρό κίνητρο συμμετοχής και προσήλωσης σε αυτή εκ μέρους των ασθενών. Τα βασικά χαρακτηριστικά τα οποία πρέπει να διαθέτουν τα ζώα-θεραπείας, οι ειδικοί θεραπευτές των προγραμμάτων, οι συμμετέχοντες ασθενείς αλλά και οι απαιτούμενες παράμετροι που πρέπει να ισχύουν και αφορούν στο ευρύτερο περιβαλλοντικό πλαίσιο είναι οι παρακάτω: ^[56]

- Ζώα - θεραπείας: Πρωταρχικός όρος για την ένταξη ενός ζώου σε πρόγραμμα παρέμβασης για ασθενείς είναι η διασφάλιση της υγείας του, η οποία επιτυγχάνεται με την τακτική κτηνιατρική του παρακολούθηση για αποφυγή μετάδοσης ζωνόσων. Τα ζώα πρέπει να είναι πλήρως εκπαιδευμένα στο να ακολουθούν και να υπακούουν τις εντολές και οδηγίες του χειριστή τους. Είναι απαραίτητο να έχουν την ικανότητα να ανακτούν τον αυτοέλεγχο τους μετά από έντονες δραστηριότητες, όπως η άσκηση ή το παιχνίδι. Η εκπαίδευσή τους πρέπει να είναι συνεχής και να βασίζεται σε μεθόδους θετικής ενίσχυσης. Επιπλέον είναι βασικό για ένα ζώο θεραπείας να έχει ήρεμο και ευγενικό χαρακτήρα καθώς και να απολαμβάνει την ανθρώπινη συντροφιά. Να παρουσιάζει φιλική διάθεση, να επιδέχεται τη φυσική επαφή, και να υιοθετεί συμπεριφορές που δημιουργούν αισθήματα εμπιστοσύνης και ασφάλειας στους ασθενείς. Ο θεραπευτής χρειάζεται

επιπλέον να είναι βέβαιος ότι οι αντιδράσεις του ζώου θα είναι προβλέψιμες και ελεγχόμενες ακόμη και στην εμφάνιση ασυνήθιστων καταστάσεων που μπορεί να σχετίζονται με ενέργειες των ασθενών ή περιβαλλοντικούς παράγοντες. Ας επισημανθεί ακόμη πως μόνο εξημερωμένα ζώα μπορούν να λάβουν μέρος σε δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με ασθενείς, ενώ για τα ζώα της άγριας φύσης ενδείκνυται μόνο η παρατήρηση για χαλαρωτικούς και κατευναστικούς για το άγχος των ασθενών σκοπούς. Δεν πρέπει επίσης να παραβλέπεται σε καμία περίπτωση η ανάγκη προστασίας της υγείας και ευημερίας των ζώων-θεραπείας σε κάθε εφαρμογή ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων, η οποία εξασφαλίζεται με τη συνεχή και επιμελή τους φροντίδα. [56]

- Ψυχοθεραπευτές - χειριστές των ζώων: Διαθέτοντας την κατάλληλη ειδική εκπαίδευση και τις απαραίτητες δεξιότητες αλληλεπίδρασης με τα ζώα οι ψυχοθεραπευτές ή τα άτομα που είναι υπεύθυνα για το χειρισμό τους διασφαλίζουν την ποιότητα της παρεχόμενης θεραπείας. Παράλληλα, πρέπει να διαθέτουν τις αναγκαίες κοινωνικές και επικοινωνιακές ικανότητες για την επιτυχημένη επαφή τους με τους ασθενείς και να εκδηλώνουν μια ευχάριστη, ήρεμη και φιλική συμπεριφορά προς αυτούς. Είναι οι κύριοι υπεύθυνοι τόσο για την εξασφάλιση αρμονικής συνεργασίας της θεραπευτικής ομάδας, δηλαδή των ίδιων και των ζώων, όσο και για την προστασία της ασφάλειας όλων των μελών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα θεραπείας. Οι νόμοι που αφορούν την προστασία των ζώων θα πρέπει να τηρούνται σε κάθε περίπτωση. Ένας υπεύθυνος χειριστής είναι ικανός να αντιληφθεί τα επίπεδα στρες και τις ανάγκες του ζώου και να το προφυλάσσει κατά τη διενέργεια των διάφορων θεραπευτικών δραστηριοτήτων. [54],[55]

- Κριτήρια επιλογής ασθενών: Αναμφισβήτητα δεν είναι όλοι οι ψυχικά ασθενείς κατάλληλοι ή πρόθυμοι για συμμετοχή σε θεραπευτικές παρεμβάσεις με ζώα. Αρχικώς είναι απαραίτητη η συμφωνία εκ μέρους τους για την ένταξη σε τέτοια προγράμματα και να ελέγχεται η σωματική τους υγεία για τυχόν ύπαρξη αλλεργιών ή ανοσοκαταστολής, στοιχεία που θα τους απέκλειαν από την επαφή με τα ζώα. Η εκδήλωση φοβιών που σχετίζονται με τα ζώα είναι ακόμη ένας παράγοντας αντένδειξης για την αλληλεπίδραση με αυτά. Πέραν τούτων εξετάζεται

το ιστορικό των ασθενών για πιθανά επεισόδια βιαιότητας προς τα ζώα καθώς και για την εκτίμηση της πιθανότητας εκδήλωσης επιθετικών, επικίνδυνων και απρόβλεπτων συμπεριφορών. [54]

- Περιβαλλοντικό πλαίσιο: Καθοριστική για την εφαρμογή ή μη της θεραπείας με ζώα είναι η διασφάλιση της έγκρισης των διοικητικών αρχών του φορέα υγείας, εντός του οποίου επίκειται να πραγματοποιηθεί, όπως επίσης η τήρηση αφενός των κανονισμών που υπάρχουν σε αυτόν και αφετέρου των κρατικών νόμων που αφορούν στη λειτουργία του. Η θετική ανταπόκριση και προθυμία του προσωπικού που εργάζεται στους χώρους όπου θα πραγματοποιηθεί το πρόγραμμα θεραπείας είναι καθοριστικής σημασίας. Το επίπεδο περιβαλλοντικής δραστηριότητας και οι πιθανότητες επηρεασμού της αποτελεσματικότητας των παρεμβάσεων πρέπει επίσης να λαμβάνεται υπόψη. Επιπροσθέτως, η διαφύλαξη των γενικών αρχών προστασίας της ανθρώπινης υγείας, όπως η απαγόρευση εισόδου των ζώων σε ορισμένες περιοχές του χώρου διαβίωσης των ασθενών, είναι επιβεβλημένη. Τέλος, σε καμία περίπτωση τα ζώα θεραπείας δεν θα πρέπει να αποτελούν επιβάρυνση, απειλή ή ενόχληση για τους υπόλοιπους ασθενείς και το προσωπικό του ιδρύματος. [56]

4.3 Ο ρόλος των νοσηλευτών στην υλοποίηση των θεραπευτικών προγραμμάτων

Οι νοσηλευτές αποτελούσαν ανέκαθεν ουσιαστικό παράγοντα για την πορεία θεραπείας των ασθενών με ψυχικές νόσους καθώς και μέσο στήριξης και ενίσχυσης τους για την καλύτερη αντιμετώπιση των δυσχερειών που προκύπτουν εξαιτίας της συχνά μακρόχρονης διαβίωσης τους εντός των ιδρυμάτων και κλινικών υγείας. Ένα σημαντικό μέρος του νοσηλευτικού προσωπικού, κυρίως βέβαια στο εξωτερικό, είναι αρκετά εξοικειωμένο με την παρουσία φιλικών ζώων στους χώρους εργασίας του και με την καθημερινή ακόμη αλληλεπίδραση τους με τους ασθενείς και τους ίδιους τους νοσηλευτές. Ωστόσο, η επίσημη οργάνωση και εφαρμογή προγραμμάτων θεραπείας με ζώα με σκοπό την προώθηση της υγείας

των ασθενών απέχει κατά πολύ από την απλή και αυθόρμητη επαφή μαζί τους. Για την επιτυχή έκβαση τέτοιων παρεμβάσεων απαιτείται αρκετός χρόνος ειδικής εκπαίδευσης, τον οποίο ο νοσηλευτής θα χρειαστεί να διαθέσει, αναλογιζόμενος πρωτίστως τα οφέλη στην υγεία των ασθενών. Αποκτώντας τα απαραίτητα εφόδια θα καταστεί ικανός να τεθεί επικεφαλής και υπεύθυνος για την οικοδόμηση και πραγματοποίηση των προγραμμάτων, στοιχείο πολλές φορές απαραίτητο, δεδομένου ότι συνηθέστερα οι παρεμβάσεις αυτές κινούνται ακόμη στη σφαίρα του εθελοντισμού. Οι γενικές και ειδικότερες ευθύνες σχετικά με το ρόλο του νοσηλευτή πριν και κατά τη διεξαγωγή της θεραπείας με ζώα εντός των νοσηλευτικών ιδρυμάτων ή της κοινότητας όσον αφορά τους εργαζόμενους σε πρωτοβάθμιους φορείς υγείας, είναι οι εξής: ^{[57],[58],[59]}

- Η σχετική ενημέρωση και προσωπική επιμόρφωσή τους όσον αφορά στα πλεονεκτήματα της συγκεκριμένης θεραπείας, τις αρχές και παραμέτρους που πρέπει να τηρηθούν για τη διασφάλιση της λειτουργικότητάς της καθώς και τους παράγοντες κινδύνου που μπορεί να επηρεάσουν την επίτευξη των θεραπευτικών στόχων. Η μετάδοση των γνωστικών αυτών πληροφοριών στα υπόλοιπα μέλη του προσωπικού που θα κληθούν να λάβουν μέρος στην παρέμβαση.
- Η εξασφάλιση των σχετικών αδειών από τις διοικητικές αρχές του εκάστου νοσηλευτικού ιδρύματος ή κοινότητας, αλλά και της έγκρισης του προσωπικού που θα συμμετέχει ή θα επηρεαστεί από την εφαρμογή του προγράμματος.
- Η αναζήτηση της συνεργασίας των ασθενών και συγγενών τους μέσω της πληροφόρησής τους για τα οφέλη του προγράμματος, της προσεκτικής ακρόασης και ανταπόκρισης επί των αμφιβολιών και ανησυχιών τους, και της σύναψης μιας εποικοδομητικής σχέσης επικοινωνίας και εμπιστοσύνης.
- Η διερεύνηση της καταλληλότητας των εγκαταστάσεων για την εφαρμογή της παρέμβασης και μια πιθανή τροποποίηση κάποιων από τις ισχύουσες συνθήκες, στο δυνατό βαθμό, με σκοπό την υποδοχή της.
- Η αξιολόγηση των ασθενών για τη δυνατότητα ένταξής τους στο θεραπευτικό πρόγραμμα, διαδικασία που αναπόφευκτα θα επιφέρει των

αποκλεισμό κάποιων για λόγους ασφαλείας και προφύλαξης της υγείας και ευημερίας, τόσο τη δική τους όσο και των ζώων.

- Η επικοινωνία με έγκριτους εκπροσώπους παροχής των εν λόγω θεραπευτικών παρεμβάσεων, η υποδοχή τους στο νοσηλευτικό ίδρυμα, η ενημέρωσή τους σχετικά με τα ισχύοντα πρωτόκολλα, και η προώθηση της γνωριμίας τους με τους ασθενείς και τις ανάγκες τους.

- Η ενεργή συμμετοχή τους στην οργάνωση των αλληλεπιδράσεων, η επίβλεψη τήρησης των απαραίτητων παραμέτρων καθ' όλη τη διάρκεια της παρέμβασης, ο συντονισμός των ενεργειών της ομάδας ειδικών που συμμετέχουν και η αντιμετώπιση προβλημάτων που τυχόν θα προκύψουν, ώστε να επιτευχθούν τα μέγιστα δυνατά αποτελέσματα προς όφελος των ασθενών.

- Η τακτική ανατροφοδότηση του προγράμματος που εξασφαλίζεται με την αξιολόγηση διεκπεραίωσης ή μη των αρχικών στόχων θεραπείας και την τήρηση αρχείων για την πορεία της ανταπόκρισης κάθε ασθενούς σε αυτή.

- Η αρωγή τους, μέσω της ανάληψης πρωτοβουλιών, στην συνεχή εξέλιξη των σύγχρονων ερευνών σχετικά με το ρόλο των ζώων στη θεραπεία της ψυχικής νόσου και στη διεξαγωγή μελετών επί του θέματος. ^{[57],[58],[59]}

Κατά συμπέρασμα, με την κατάλληλη εκπαίδευση και απόκτηση των απαραίτητων εφοδίων, ο νοσηλευτής καλείται να λάβει κεντρικό ρόλο τόσο στο σχεδιασμό, όσο και στην διεξαγωγή προγραμμάτων θεραπείας με ζώα για τη βελτίωση της υγείας των ψυχικά ασθενών.

4.4 Τα ζώα θεραπείας

Τα προγράμματα θεραπείας μέσω της συνδρομής ζώων για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών με ψυχική νόσο, τα οποία πραγματοποιούνται ως συμπληρωματική παρέμβαση σε διάφορες χώρες, περιλαμβάνουν τη δράση ενός αριθμού επιστημόνων και ασφαλώς την ενεργό παρουσία του εκπαιδευμένου ζώου. Σε κάθε ένα από αυτά υπάρχει μια θεραπευτική ομάδα που συνήθως αποτελείται από ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό, νοσηλευτή, εργοθεραπευτή,

φυσικοθεραπευτή και τον χειριστή του ζώου. Τα ζώα που συμμετέχουν εκπαιδεύονται ανάλογα με το είδος του προγράμματος και με τους ασθενείς στους οποίους πρόκειται αυτό να εφαρμοστεί. Παράλληλα βέβαια, και οι ειδικοί επιστήμονες που λαμβάνουν μέρος σε τέτοια προγράμματα εκπαιδεύονται σχετικά με τους κατάλληλους τρόπους αλληλεπίδρασης με τα ζώα αλλά και τους όρους, τις παραμέτρους και τις διαδικασίες που είναι απαραίτητο να ακολουθήσουν.^[60]

Τα ζώα – θεραπείας φαίνεται να λειτουργούν ως «ειδική βοήθει» για τους ασθενείς με ψυχικές νόσους καθώς συνδράμουν στην αντιμετώπιση των δυσκολιών και προβλημάτων που επιφέρει η ασθένειά τους και στη εκμάθηση νέων δεξιοτήτων. Γίνεται ασφαλώς κατανοητό ότι δεν είναι δυνατόν ένα ζώο να αφηθεί να λειτουργήσει αυτόνομα εντός των θεραπευτικών συνεδριών και γι' αυτό σε καμία περίπτωση δε μπορεί να εξαλείψει ή να αντικαταστήσει το ρόλο των επιστημόνων που μετέχουν σε αυτές. Τα εκπαιδευμένα ζώα που εντάσσονται σε παρεμβάσεις αλληλεπίδρασης με ασθενείς που παρουσιάζουν ψυχικές διαταραχές είναι ως επί το πλείστον οι σκύλοι. Ακολουθούν σε συχνότητα τα άλογα και τα δελφίνια, ενώ υπάρχουν και αρκετά προγράμματα που περιλαμβάνουν γάτες, πτηνά αλλά και ζώα που εκτρέφονται και διαμένουν σε φάρμες.^[60]

4.4.1 Ο σκύλος

Εξημερωμένοι εδώ και χιλιάδες χρόνια, οι σκύλοι διαθέτουν μακρά ιστορία συνύπαρξης και αμοιβαίως ευεργετικής αλληλεπίδρασης με τον άνθρωπο. Επιπλέον, χάρη στην καλή σχέση που αναπτύσσουν εκ φύσεως με τους ανθρώπους, οι σκύλοι ενδείκνυνται αλλά και προτιμώνται συχνά, για τα προγράμματα θεραπείας σε ασθενείς με ψυχική νόσο. Μάλιστα παραμένουν το πιο σύνηθες είδος ζώου που αξιοποιείται σε τέτοιες παρεμβάσεις. Οι προϋποθέσεις συμμετοχής δεν αφορούν χαρακτηριστικά φυσιολογίας του σκύλου, όπως η ράτσα ή το μέγεθος. Απαιτείται όμως προσεκτική και ακριβής αξιολόγησή της ικανότητας του να ενταχθεί σε μια θεραπευτική παρέμβαση, η οποία πρέπει να περιλαμβάνει την κατάσταση της υγείας του, το επίπεδο εκπαίδευσης, το χαρακτήρα και τις αντιδράσεις του σε καταστάσεις στρες. Δύο είναι οι βασικές

κατηγορίες σκύλων στην υπηρεσία του ανθρώπου, οι οποίες βρίσκουν εφαρμογή και στις περιπτώσεις ασθενών με ψυχικές διαταραχές: ^[61]

α. *Σκύλοι θεραπείας (therapy dogs)*: εντάσσονται σε προγράμματα παρέμβασης για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών, τα οποία υλοποιούνται σε νοσοκομεία, κλινικές αποκατάστασης, πειθαρχικά ιδρύματα ή και σε εγκαταστάσεις πιστοποιημένων οργανώσεων που παρέχουν τέτοιου είδους υπηρεσίες. Με την καθοδήγηση μιας ομάδας ειδικών προωθείται η αλληλεπίδραση των ασθενών με τα ζώα με σκοπό την εκμάθηση νέων θετικών συμπεριφορών, τον περιορισμό εκδήλωσης των αρνητικών συμπτωμάτων της νόσου και την ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους. ^[61]

β. *Σκύλοι υπηρεσιών (Service dogs)*: Ένας σκύλος που παρέχει υπηρεσίες είναι ένα ζώο που εκπαιδεύεται μεμονωμένα να εκτελεί δραστηριότητες προς όφελος ενός ανθρώπου, ο οποίος εξαιτίας της ασθένειάς του αδυνατεί ή αντιμετωπίζει δυσκολία στην διεκπεραίωσή τους. Οι σκύλοι υπηρεσίας μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη ζωή του ασθενούς, παρέχοντας εξειδικευμένη καθημερινή βοήθεια και υποστήριξη. Η εκπαίδευσή τους ρυθμίζεται ανάλογα με τις ανάγκες του ανθρώπου που κάθε φορά θα κληθούν να εξυπηρετήσουν. Οι δραστηριότητες που ένας σκύλος υπηρεσίας μπορεί να αναλάβει είναι οι εξής: ^[62]

- *Βοήθεια σε ιατρικά επείγουσες καταστάσεις*: περιλαμβάνει ένα σύνολο πράξεων μέσω των οποίων επιτυγχάνεται η προστασία της υγείας του ασθενούς, η οποία μπορεί να τεθεί σε κίνδυνο εξαιτίας απρόσμενης εκδήλωσης συμπτωμάτων της νόσου ή και παρενεργειών της φαρμακευτικής αγωγής. Ο σκύλος υπηρεσίας έχει την ικανότητα να προσκομίσει σε αυτόν τα απαραίτητα φάρμακα, να του υπενθυμίζει την ώρα κατά την οποία πρέπει να τα λάβει, ακόμη και να καλέσει εξωτερική βοήθεια σε έκτακτα συμβάντα. ^[62]

- *Βοήθεια στην καθημερινότητα*: περιλαμβάνει τη συνδρομή του ζώου στην αντιμετώπιση των δυσχερειών που αντιμετωπίζει ο ασθενής εξαιτίας των συμπτωμάτων της νόσου και των παρενεργειών των φαρμάκων που του χορηγούνται. Πολλά από τα ψυχοτρόπα φάρμακα προκαλούν έντονη αδράνεια και κατατονία, με αποτέλεσμα να περιορίζουν σε μεγάλο βαθμό την ικανότητα του

ασθενούς να ανταπεξέλθει στις καθημερινές του υποχρεώσεις. Ο σκύλος εξυπηρετήσει τον βοηθά με τις ενέργειές του να παραμένει ενεργός και συνεπής στις ευθύνες του. Συμβάλλει συνάμα στην συναισθηματική αποφόρτιση του ασθενούς και παρέχει συντροφιά και στήριξη.^[62]

- *Περιφρούρηση ασφάλειας*: αφορά ενήλικες και παιδιά με σοβαρότερες ψυχικές διαταραχές και σχετίζεται με την λειτουργία του ζώου ως φρουρού και φύλακα, ο οποίος προστατεύει τους ασθενείς από καταστάσεις τραυματισμών, απώλειας προσανατολισμού και άσκοπης περιπλάνησης.^[62]

4.4.2 Ο ίππος

Σύμφωνα με παγκόσμιες επιστημονικές έρευνες, η θεραπευτική ιππασία δημιουργεί μοναδικά σωματικά, ψυχικά, νοητικά και αισθητηριακά οφέλη στα άτομα με ψυχικές νόσους, χάρη στην αξιοποίηση της κινησιολογίας και φυσιολογίας του αλόγου, της ικανότητάς του για ιδιαίτερη επαφή και επικοινωνία με τον άνθρωπο και στην ευρύτερη επαφή με το φυσικό περιβάλλον εντός του οποίου πραγματοποιούνται οι θεραπευτικές συνεδρίες.^[63]

Τα προγράμματα θεραπείας με ίππους προσφέρουν πλεονεκτήματα και δυνατότητες που δεν παρέχονται κατά την επαφή με άλλα μικρότερα ζώα. Η φυσική ρυθμική κίνηση του αλόγου κατά την ιππασία βελτιώνει σημαντικά τις κινητικές δεξιότητες του ασθενούς καθώς και την ισορροπία, την ευελιξία, τη μυϊκή δύναμη, το συντονισμό και τη στάση σώματός του. Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις επιπλέον περιλαμβάνουν γυμναστικές ασκήσεις επί της ράχης του ζώου καθώς και δραστηριότητες φροντίδας του, όπως τη διατροφή και την περιποίησή του. Όπως σε όλα τα προγράμματα αλληλεπίδρασης με ζώα, ο χαρακτήρας και η συμπεριφορά του αλόγου κατέχει το σημαντικότερο ρόλο ως κριτήριο επιλογής του. Τα βασικά στοιχεία που πρέπει να διαθέτει είναι η υπομονετικότητα, η ευγένεια και η υπακοή.^[64]

Ο σημαντικότερος παράγοντας που διαφοροποιεί θετικά την ιπποθεραπεία από τις υπόλοιπες παρεμβάσεις με ζώα είναι ο χώρος όπου διεξάγονται οι συνεδρίες. Χάρη στην άμεση επαφή με τη φύση, οι ασθενείς δεν

αντιλαμβάνονται τις συνεδρίες όπως και τις κοινές ψυχοθεραπείες, με αποτέλεσμα να ελαττώνεται η ψυχική κούραση ή η άρνηση και να αυξάνει το κίνητρο συμμετοχής στα εν λόγω προγράμματα. Παράλληλα, ο ασθενής αποκομίζει και τα γενικότερα οφέλη εγγύτητας με το φυσικό περιβάλλον, στοιχείο που καθιστά την ιπποθεραπεία ακόμη περισσότερο λειτουργική. ^[64]

4.4.3. Το δελφίνι

Παρότι η δυνατότητα συμμετοχής σε προγράμματα αλληλεπίδρασης με δελφίνια είναι περισσότερο περιορισμένη εν σχέσει με τα πιο συνήθη ζώα, είναι αναμφίβολο ότι προσφέρει μια ιδιαίτερη εμπειρία που οφείλεται αφενός στις αυξημένες διανοητικές ικανότητες των δελφινιών και αφετέρου στις αγχολυτικές ιδιότητες του υγρού στοιχείου. Τα δελφίνια θεωρούνται συγγενικά με τον άνθρωπο ως προς τον πολυπαραγοντικό τρόπο με τον οποίον μαθαίνουν νέες δεξιότητες και τις πολύπλοκες ικανότητες του εγκεφάλου τους. Η επαφή με τα δελφίνια παρέχει ισχυρό κίνητρο στους ασθενείς για την ένταξη τους στη θεραπευτική διαδικασία και την προσπάθεια επίτευξης των θεραπευτικών στόχων. Η κάθε συνεδρία οργανώνεται συνήθως σε δύο μέρη: ^{[65], [66]}

- Θεραπεία έξω από το νερό, η οποία περιλαμβάνει κινησιοθεραπεία, λογοθεραπεία, εργοθεραπεία και τελικώς προετοιμασία για την είσοδο στην πισίνα και τη γνωριμία με το δελφίνι. Στο τελευταίο στάδιο της προετοιμασίας, ο ασθενής έχει την ευκαιρία να συναναστραφεί με το ζώο, αγγίζοντάς το, προσφέροντάς του τροφή και παίζοντάς μαζί του. Με αυτό τον τρόπο εξασφαλίζεται χρόνος εξοικείωσης με το περιβάλλον ώστε να αποφευχθεί το στρες λόγω της μετάβασης στο νερό και της εγγύτητας με το ευμέγεθες θηλαστικό. ^[66]

- Θεραπεία μέσα στο νερό, η οποία εμπεριέχει ασκήσεις κινησιοθεραπείας, θεραπευτική κολύμβηση καθώς και εγγύτερη επαφή με το δελφίνι. ^[66]

4.4.4 Τα αγροτικά και άλλα ζώα

Τα ζώα του αγρού, στα οποία ανήκουν τα βοοειδή, τα πουλερικά, οι χοίροι καθώς και τα, συχνά πρώτα στην προτίμηση των ανήλικων ασθενών, κουνέλια, έχουν αξιοποιηθεί εδώ και αρκετά χρόνια σε δραστηριότητες ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων με ανθρώπους που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές. Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον στο οποίο πραγματοποιούνται τα προγράμματα επιδρά χαλαρωτικά και ευνοεί τις δυνατότητες μάθησης νέων συμπεριφορών. Η ιατρική εξέταση των ζώων και η διαλογή τους είναι και εδώ απαραίτητη προϋπόθεση για την ένταξή τους στη θεραπευτική διαδικασία, ώστε να προστατεύεται κατά το δυνατόν η ασφάλεια του ασθενούς. Όποιο ζώο εκδηλώνει νευρική, επιθετική ή απρόβλεπτη συμπεριφορά αποκλείεται από τις όλες δραστηριότητες. Οι πράξεις αλληλεπίδρασης με τα αγροτικά ζώα περιλαμβάνουν την καθαριότητα και περιποίηση αυτών και των χώρων όπου διαμένουν, τη διατροφή τους καθώς και διάφορες αγροτικές εργασίες. Μέσω αυτών προωθείται η εκμάθηση γνωστικών δεξιοτήτων, η ενίσχυση της μνήμης και της ικανότητας διαχείρισης του χρόνου. Με τη φροντίδα των ζώων, οι ασθενείς διδάσκονται υπευθυνότητα και ενσυναίσθηση, ενώ θεμελιώνουν θετικά την αυτοεικόνα τους.^{[67], [68]}

Εκτός από τα ζώα στα οποία έγινε ήδη αναφορά, υπάρχουν και άλλα τα οποία συχνά εντάσσονται σε προγράμματα θεραπείας. Ένας αριθμός ασθενών φαίνεται ότι προτιμά την ανεξάρτητη παρουσία μιας γάτας, η οποία επίσης επιλέγεται σε περιπτώσεις αλλεργίας ή φόβου προς τα μεγαλύτερα ζώα. Η ιδανική γάτα θεραπείας διαθέτει κάποια βασικά χαρακτηριστικά, όπως η ανοχή για την ανθρώπινη επαφή και την παρουσία άλλων ζώων, η έλλειψη φόβου απέναντι σε συχνές μετακινήσεις και σε νέες περιβαλλοντικές συνθήκες. Παράλληλα είναι απαραίτητο να δείχνει ανεκτικότητα σε αδέξιες ή τυχόν απροσδόκητες συμπεριφορές ασθενών. Παρότι οι περισσότερες γάτες θεραπείας εμπλέκονται μόνο σε απλές μορφές και δραστηριότητες αλληλεπίδρασης, εξαιτίας της εκ φύσεως περιορισμένης δυνατότητας εκπαίδευσής τους, ορισμένες από αυτές έχουν την ικανότητα να διδαχτούν πιο περίπλοκες δεξιότητες και να υπακούουν σε ένα ευρύ αριθμό εντολών.^[69]

Τα πτηνά έχουν και αυτά κατά καιρούς αξιοποιηθεί σε διάφορα προγράμματα, κυρίως για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων καταθλιπτικών ασθενών. Συχνότερα πτηνά θεραπείας είναι οι παπαγάλοι και τα καναρίνια. Με την παρουσία τους συμβάλλουν στον περιορισμό της απομόνωσης των ασθενών, οι οποίοι αναλαμβάνοντας ταυτόχρονα τη φροντίδα τους, διδάσκονται υπευθυνότητα και ενισχύουν την αυτοεκτίμησή τους. Ένα ακόμη είδος ζώου που μπορεί να ενταχθεί εν μέρει στις θεραπευτικές συνεδρίες με ψυχικά ασθενείς είναι και τα ψάρια. Η φροντίδα και η παρατήρηση ψαριών σε ένα ενυδρείο έχει αποδειχτεί ωφέλιμη για τους ανθρώπους που υποφέρουν από στρες και τα επακόλουθά του συμπτώματα, όπως η ταχυκαρδία και το τεταμένο μυϊκό σύστημα. Ακόμη, η θέαση των ψαριών που κολυμπούν ελεύθερα σε μία δεξαμενή επιφέρει μια χαλαρωτική και ευχάριστη διάθεση.^[69]

Γίνεται λοιπόν σαφές πως προσφέρεται ένα ευρύ σύνολο από είδη ζώων που έχουν τη δυνατότητα να προσφέρουν τη συμβολή τους στη βελτίωση της ποιότητας ζωής ασθενών με ψυχικές διαταραχές. Τα χαρακτηριστικά και η συμπεριφορά ενός ζώου καθώς και το επίπεδο εκπαίδευσής του αναμφίβολα έχει αντίκτυπο στην επίτευξη των στόχων της θεραπείας. Μετά το πέρας της διαδικασίας επιλογής είναι σημαντικό ο θεραπευτής να έχει πάντοτε υπόψη πως το κάθε ζώο είναι ένα ξεχωριστό ον με τα δικά του ιδιαίτερα γνωρίσματα, τις δικές του δυνατότητες και αδυναμίες. Η επιτυχημένη θεραπεία με τη συνδρομή των ζώων είναι εκείνη που κατορθώνει να συνδυάζει επιτυχημένα τις ανάγκες του κάθε ασθενούς με τις ικανότητες του ζώου το οποίο συμμετέχει στις αλληλεπιδράσεις.^[69]

4.5 Εφαρμογές προγραμμάτων θεραπείας με ζώα

Η θεραπεία ψυχικά ασθενών με τη συμβολή ζώων ξεκίνησε επίσημα στις αρχές του εικοστού αιώνα. Παρότι είναι ένα σχετικά νέο είδος παρέμβασης, έχει κερδίσει έδαφος και είναι αρκετά δημοφιλής σε πολλές χώρες ανά τον κόσμο ως εναλλακτική μέθοδος προσέγγισης που εφαρμόζεται παράλληλα με τις παραδοσιακές ψυχοθεραπείες. Αυτό γίνεται εμφανές αν λάβουμε υπόψη τον αριθμό των πανεπιστημίων και άλλων εκπαιδευτικών φορέων που παρέχουν τη

δυνατότητα επιμόρφωσης σε θέματα που αφορούν στη θεραπεία μέσω ζώων, αλλά και από ο πλήθος των προγραμμάτων που υλοποιούνται σε νοσηλευτικά ιδρύματα και άλλους χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας. Ακολούθως θα γίνει αναφορά σε κάποια από τα πιο γνωστά και σημαντικότερα προγράμματα θεραπευτικής αλληλεπίδρασης με ζώα για ψυχικά ασθενείς καθώς και στις οργανώσεις που είναι υπεύθυνες για αυτά.

4.5.1 Ανά τον κόσμο

Ο γνωστότερος διεθνής οργανισμός ο οποίος ασχολείται με την έρευνα και προώθηση της θεραπευτικής επαφής των ασθενών με τα ζώα είναι η διεθνής ένωση οργανισμών αλληλεπίδρασης ανθρώπων και ζώων *IAHAIO (international association of human-animal interaction organizations)*. Η αποστολή του είναι η συνεχής εξέλιξη του πεδίου της έρευνας, η ενημέρωση των πολιτών καθώς και η επίτευξη συνεργασίας και συντονισμένης δράσης μεταξύ φορέων υγείας, επιστημόνων και κρατικών παραγόντων, με σκοπό την παροχή εξειδικευμένων προγραμμάτων παρέμβασης.^[70]

Μία από τις σημαντικότερες οργανώσεις που μελετούν τα οφέλη της αλληλεπίδρασης του ανθρώπου με τα ζώα και υλοποιούν προγράμματα θεραπείας ασθενών με τη συνδρομή ζώων είναι η «*Delta Foundation*», η οποία ιδρύθηκε στο Όρεγκον της Αμερικής το 1977. Ο πρόεδρος της Leo Bustad ήταν ο πρώτος που εισήγαγε την έννοια του δεσμού ανθρώπου και ζώου και μελέτησε διεξοδικά τους τρόπους με τους οποίους η αλληλεπίδραση τους μπορεί να βελτιώσει την ανθρώπινη ψυχική υγεία. Η διερεύνηση αυτή αποτελεί και έναν από τους πρωταρχικούς στόχους της οργάνωσης. Στις μέρες μας, η «*Delta Foundation*» είναι η μεγαλύτερη μη κερδοσκοπική οργάνωση στην Αμερική, η οποία εκπαιδεύει εθελοντές- ιδιοκτήτες πολλών ειδών ζώων ώστε να αποκτήσουν τις κατάλληλες γνώσεις και δεξιότητες για να συμμετάσχουν σε προγράμματα παρέμβασης.^[71]

Τον Οκτώβρη του 2004 ιδρύθηκε στη Βιέννη η *Ευρωπαϊκή Κοινότητα για τη Θεραπεία με τη Συνδρομή Ζώων (European Society for Animal-Assisted Therapy)*.

Κεντρικός στόχος της ESAAT είναι η διαμόρφωση γενικών κανόνων και αρχών για την εφαρμογή αξιόπιστων θεραπευτικών προγραμμάτων σε ασθενείς, αλλά και η προσπάθεια καθιέρωσης ειδικού επαγγελματικού κλάδου χειριστών - φροντιστών ζώων που έχουν πιστοποιηθεί ως βοηθοί ψυχοθεραπευτών. [72]

Το πρόγραμμα *R.E.A.D. (Reading Education Assistance Dogs)* πραγματοποιείται στις Η.Π.Α. κυρίως, αλλά και στην Ευρώπη, σε σχολικές μονάδες, χώρους ιατρικής φροντίδας, τοπικές βιβλιοθήκες ή και κατ' οίκον. Απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας από πέντε ετών που εκδηλώνουν σωματικές ή ψυχικές διαταραχές και ακολούθως αντιμετωπίζουν δυσκολία στην κατάκτηση της αναγνωστικής ικανότητας. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει ζώα όπως οι σκύλοι, οι γάτες και οι παπαγάλοι, υπό την παρουσία των οποίων τα παιδιά επιχειρούν να διαβάσουν κάποια από τα αγαπημένα τους βιβλία. Σκοπός του προγράμματος *R.E.A.D.* είναι να παρουσιάσει το πώς αυτά τα ζώα θεραπείας και οι χειριστές τους μπορούν να συμβάλλουν στη βελτίωση των ικανοτήτων ανάγνωσης και γραφής των παιδιών με έναν αποτελεσματικό και διασκεδαστικό τρόπο. [73]

Παράλληλα, υπάρχουν πολλά προγράμματα ζώων θεραπείας σε φυλακές της Αμερική και της Ευρώπης. Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί έχουν δείξει πως το ποσοστό κρατουμένων οι οποίοι πάσχουν από κάποια μορφή ψυχικής ασθένειας είναι ιδιαίτερα υψηλό παγκοσμίως. Μέσα από αυτά τα προγράμματα ωφελούνται και οι τρόφιμοι των σωφρονιστικών ιδρυμάτων αλλά και τα ζώα, διότι πολλά από αυτά, πριν αποκτήσουν συνειδητούς και πρόθυμους φροντιστές, υπήρξαν εγκαταλελειμμένα. [74]

4.5.2 Στην Ελλάδα

Η *Sapt Hellas* είναι μια αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία που λειτουργεί από το 2005 στην Αθήνα. Η οργάνωση αυτή αξιοποιεί την παρουσία εκπαιδευμένων σκύλων ως αρωγούς στη θεραπεία παιδιών και ενηλίκων με νοητικά, κινητικά ή ψυχικά προβλήματα. Η *Sapt Hellas* διαθέτει 10 σκύλους, πρώην αδέσποτους, που υιοθετήθηκαν και εκπαιδεύτηκαν από ισάριθμους κηδεμόνες, καθώς και από δύο άτομα γενικής υποστήριξης. Σκοπός του

προγράμματος είναι παράλληλα η ευαισθητοποίηση και πληροφόρηση των ανθρώπων σε ότι αφορά τα οφέλη που προκύπτουν στους ασθενείς από την επαφή με τα ζώα. Η ομάδα της Sapt πραγματοποιεί εκστρατείες ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης σε σχολεία, ιδρύματα και νοσοκομεία. [75], [76]

Ο μη κερδοσκοπικός οργανισμός *Athens Therapy Dogs* δημιουργήθηκε το 2016 με σκοπό να προωθήσει αποτελεσματικά στην Ελλάδα, ως εναλλακτική προσέγγιση, τη μέθοδο θεραπευτικής επαφής με σκύλους για παιδιά και ενήλικες ευπαθών ομάδων, όπως άτομα με σωματικά και ψυχικά νοσήματα ή ανίατες ασθένειες καθώς και σε παιδιά ορφανοτροφείων κ σωφρονιστικών ιδρυμάτων. Ας σημειωθεί ότι αντίστοιχο σωματείο λειτουργεί ήδη από το 2012 στην πόλη της Θεσσαλονίκης. Οι οργανισμοί αυτοί απασχολούν ειδικό επιστημονικό προσωπικό, όπως παιδαγωγούς, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές και φυσικοθεραπευτές, με το έργο των οποίων συντελείται η επίτευξη των θεραπευτικών στόχων. [76], [77]

Το 1983 είναι το έτος κατά το οποίο η θεραπευτική ιππασία αρχίζει να εφαρμόζεται και στην Ελλάδα, στον *Ιππικό Όμιλο Βαρυμπόμπης*. Το 1992, συγκροτήθηκε επιπλέον ο *Σύνδεσμος Θεραπευτικής Ιππασίας Ελλάδας*, ένα σωματείο εθελοντικού, μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα, με ουσιαστική δράση στον τομέα παροχής θεραπευτικών προγραμμάτων, ο οποίος το 2004 ίδρυσε το *Κέντρο Θεραπευτικής Ιππασίας στο Γουδί*, με τη συνδρομή του υπουργείου Άμυνας και του Δήμου Αθηναίων. Η θεραπευτική ιππασία βασίζεται σε εναλλακτικά προγράμματα αποκατάστασης, τα οποία αξιοποιούν το άλογο ως μέσο θεραπείας, βελτιώνοντας την υγεία και την ποιότητα ζωής των ατόμων με ψυχικές ή άλλες νόσους. Στη Βόρειο Ελλάδα λειτουργεί ένα πιστοποιημένο *Κέντρο Θεραπευτικής Ιππασίας* στο Νέο Σκοπό Σερρών από το 2007. Το κέντρο αυτό διαθέτει επτά άλογα και ενώ το 2007 εξυπηρετούσε μόνο τέσσερις ασθενείς, στις μέρες μας έχει φτάσει να παρέχει θεραπευτικές υπηρεσίες σε δεκάδες άτομα εβδομαδιαίως, από όλη το Βόρειο Ελλάδα. [75], [78]

4.6 Σύνοψη

Πλήθος προγραμμάτων ανά τον κόσμο εφαρμόζουν την συμπληρωματική θεραπεία ψυχικά ασθενών με την αξιοποίηση της ευεργετικής παρουσίας εκπαιδευμένων ζώων. Για την ένταξη ενός ζώου σε δραστηριότητες θεραπευτικής αλληλεπίδρασης με ασθενείς καθώς και για την ίδια την υλοποίηση της παρέμβασης, είναι απαραίτητη η τήρηση βασικών αρχών και προϋποθέσεων, όπως η προσεκτική διαλογή των κατάλληλων ζώων, η επιλογή ασθενών οι οποίοι πληρούν τα απαραίτητα κριτήρια για τη συμμετοχή τους και η επιμόρφωση των επαγγελματιών υγείας που θα κληθούν να λάβουν δράση κατά τη διάρκεια των προγραμμάτων. Ειδικότερα, πολύπλευρος είναι ο ρόλος που είναι απαραίτητο να διαδραματίσει ο νοσηλευτής για την επίτευξη αποτελεσματικών δράσεων στο πεδίο της θεραπείας με τη συνδρομή ζώων, ο οποίος είναι εκείνος που πολλές φορές αναλαμβάνει την εύρεση οργανώσεων- παρόχων τέτοιων μορφών θεραπείας, διασφαλίζει την εφαρμογή των παραμέτρων που θα πρέπει να ισχύσουν, και εν τέλει συντονίζει τη διαδικασία και αξιολογεί τα αποτελέσματά της στην υγεία των ασθενών. Τα προγράμματα θεραπείας με ζώα εντάσσονται στις δράσεις τους συνήθως σκύλους, ίππους, δελφίνια, καθώς και αγροτικά ζώα, γάτες, πτηνά και ψάρια. Λειτουργούν συνηθέστερα επί εθελοντικής βάσης και αυξάνουν σε αριθμό κυρίως σε χώρες της Αμερικής αλλά και της Ευρώπης. Στην Ελλάδα υπάρχουν επίσης μη κερδοσκοπικές οργανώσεις που προωθούν το είδος αυτό εναλλακτικής θεραπείας και ενημερώνουν τους ασθενείς και το γενικό πληθυσμό σχετικά με τα πλεονεκτήματά της.

Κεφάλαιο 5^ο ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ

5.1 Εισαγωγή

Όπως και σε όλες τις μορφές θεραπείας, έτσι και σε αυτή που προωθεί τη θεραπευτική αλληλεπίδραση των ζώων με τους ασθενείς που πάσχουν από ψυχικές νόσους, υπάρχουν περιορισμοί και αντενδείξεις. Στις περισσότερες των περιπτώσεων τα οφέλη που προκύπτουν ξεπερνούν σε βαθμό σημαντικότητας τις αμφιβολίες και αντιρρήσεις κάποιας μερίδας επιστημόνων, οι οποίες κυρίως σχετίζονται και αφορούν στην έλλειψη τήρησης των βασικών αρχών που διέπουν τη θεραπεία και καθιστούν την εφαρμογή της ασφαλή και λειτουργική. Βεβαιότατα υφίστανται πολλοί παράγοντες που απαραίτητως πρέπει να ληφθούν υπόψη πριν την έναρξη της θεραπείας και τη συμμετοχή των ασθενών σε αυτή, διότι παρόλα τα θετικά αποτελέσματα που προσφέρει, ενέχει κινδύνους, η γνώση των οποίων δύναται να μειώσει την πιθανότητα εμφάνισής τους.

5.2 Επιφυλάξεις- Παράγοντες κινδύνου- Αντιρρήσεις για τη χρήση της θεραπείας

Μία από τις κατηγορίες κινδύνων που μπορεί να υποκρύπτονται στις δραστηριότητες αλληλεπίδρασης με τα ζώα είναι εκείνη που αφορά την υγεία και την ασφάλεια των ασθενών. Τα ζώα είναι δυνητικοί φορείς νόσων, οι οποίες μπορούν να μεταδοθούν σε ανθρώπους. Είναι γνωστό ότι υπάρχουν πλέον των διακοσίων διαφορετικών ζωνοόσων, οι οποίες είναι λιγότερο ή περισσότερο επικίνδυνες για την ανθρώπινη υγεία. Επιπλέον δεν είναι μηδενική η πιθανότητα, να παρουσιάσει το ζώο επιθετική ή απρόβλεπτη συμπεριφορά και με τον τρόπο αυτό να προκαλέσει τραυματισμούς και επιμολύνσεις στους ασθενείς. Επιπροσθέτως, έχουν καταγραφεί περιστατικά ατυχημάτων από πτώσεις που οφείλονται στην παρεμπόδιση της βάδισης λόγω της παρουσίας του ζώου. Εκτός

των άλλων τα ζώα με μια πιθανή απρόσεκτη συμπεριφορά πιθανώς προκαλέσουν καταστροφές σε ανθρώπινες περιουσίες ή στο περιβάλλον. Ένα ακόμη στοιχείο που πρέπει να αντιμετωπιστεί είναι ο ενδεχόμενος φόβος, απειλή ή αναστάτωση που είναι δυνατό να επιφέρει η παρουσία των ζώων σε ανθρώπους που διαμένουν στον ίδιο χώρο με τον ασθενή και δε συμμετέχουν οι ίδιοι στο πρόγραμμα θεραπείας. Μια επιπρόσθετη αρνητική αντίδραση που μπορεί να προκληθεί στους ασθενείς είναι ότι κάποιοι από αυτούς δημιουργούν τόσο ισχυρούς δεσμούς με τα ζώα που κατά το πέρας της θεραπείας βιώνουν πολύ έντονα αισθήματα απώλειας και θλίψης. [79], [80], [81]

Ένας από τους σημαντικότερους περιορισμούς της θεραπείας με τη συνδρομή των ζώων είναι ο αποκλεισμός μιας ικανής αριθμητικά μερίδας ασθενών με ψυχικές διαταραχές, οι οποίοι δεν πληρούν τα κριτήρια καταλληλότητας για τη συμμετοχή τους. Εκείνοι που πάσχουν από σοβαρές ψυχωτικές διαταραχές που συνοδεύονται από παραληρητικές ιδέες και ψευδαισθήσεις, όπως επίσης και εκείνοι που έχουν ιστορικό βίαιης και επιθετικής συμπεριφοράς προς ανθρώπους ή και ζώα αποτελούν μη κατάλληλους υποψήφιους. Ας σημειωθεί στο σημείο αυτό πως τα ζώα θεραπείας βρίσκονται και τα ίδια υπό τον κίνδυνο να υποστούν τραυματισμούς και κακομεταχείριση από τους ασθενείς με τους οποίους κάθε φορά αλληλεπιδρούν, γεγονός που αποτελεί ένα ακόμη επιχείρημα όσων εκφράζουν αντιρρήσεις για το είδος αυτό θεραπείας. Παράλληλα, ασθενείς με αλλεργίες και αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα πρέπει και αυτοί να αποκλειστούν από τα προγράμματα παρέμβασης. Ένα τελευταίο στοιχείο που περιορίζει τη δυνατότητα εφαρμογής της θεραπείας είναι το επίπεδο ανοχής του ασθενούς προς τα ζώα και η συμπάθεια του προς αυτά. Πολλοί από τους ασθενείς, δεν είναι φιλικά προσκείμενοι σε αυτά και δεν επιθυμούν να έρθουν σε επαφή μαζί τους. Τις περισσότερες φορές η ήδη διαμορφωμένη εικόνα και σχέση του ασθενούς με τα ζώα στο παρελθόν είναι αυτή που θα καθορίσει το αν και κατά πόσο εκείνος έχει τη διάθεση να ενταχθεί σε ένα τέτοιο πρόγραμμα παρέμβασης. [82], [83]

Ένα επιπλέον αποθαρρυντικό στοιχείο για την πραγματοποίηση της θεραπείας με ζώα είναι οι περιορισμοί και απαγορεύσεις που ορίζουν τα πρωτόκολλα πολλών νοσηλευτικών ιδρυμάτων όσον αφορά στην είσοδο των

ζώων σε αυτά. Σε ένα μεγάλο αριθμό κλινικών και χώρων παροχής υγείας ανά τον κόσμο δεν επιτρέπεται να εισέλθουν ζώα κυρίως εξαιτίας λόγων υγιεινής και καθαριότητας. [84]

Κάποιες από τις φιλοζωικές οργανώσεις εκφράζουν επίσης τις αντιρρήσεις τους κατά κύριο λόγο ως προς τον ανεπαρκή ή και ακατάλληλο τρόπο που κάποιες φορές λειτουργούν προγράμματα θεραπείας με ζώα. Οι εκπρόσωποι αυτών σημειώνουν ότι συχνά το θέμα αυτό αντιμετωπίζεται με πρόχειρους χειρισμούς, χωρίς την εξασφάλιση της τήρησης βασικών όρων ευζωίας, κατοχής και διαχείρισης των ζώων. Δεδομένου ότι η θεσμοθέτηση θεραπευτικών προγραμμάτων με τη χρήση ζώων εμπλέκει δύο πάρα πολύ ευαίσθητες και ευάλωτες ομάδες, δηλαδή τους ασθενείς και τα ίδια τα ζώα, δεν μπορεί να διακατέχεται από βιαστικούς και μη καλά μελετημένους σχεδιασμούς. Είναι κάθε φορά απαραίτητο να λαμβάνονται οι σωστές αποφάσεις, που θα διασφαλίζουν το πραγματικό όφελος των ασθενών, αλλά και την ευημερία των ζώων που συμμετέχουν. Τα θεμελιώδη ερωτήματα που είναι αναγκαίο να απαντηθούν πριν την εφαρμογή της θεραπείας είναι τα εξής: [85]

- Πως εκπαιδεύονται τα ζώα θεραπείας και ποιος καθορίζει το περιεχόμενο και το επίπεδο εκπαίδευσής τους καθώς και τον τρόπο ή τις ώρες εργασίας τους;
- Με ποιες διαδικασίες και κριτήρια πιστοποιούνται οι χειριστές ζώων βοήθειας;
- Σε τι περιβάλλον ζουν τα ζώα, πώς ορίζονται οι συνθήκες ευζωίας τους και από ποιες υπηρεσίες ελέγχονται;
- Τι συμβαίνει στα ζώα μετά την “συνταξιοδότησή τους” λόγω ηλικίας ή προβλήματος υγείας;

Ο σχεδιασμός και η οργάνωση ενός γενικού πλάνου εφαρμογής των προγραμμάτων θεραπείας, το οποίο θα παρέχει έγκυρες απαντήσεις στα παραπάνω ερωτήματα είναι απολύτως αναγκαία για τη άρση των ενστάσεων απέναντι στην υλοποίησή τους. [85]

Μια ακόμη αντίρρηση που προέρχεται από το χώρο των φιλοζωικών σωματείων αφορά στη χρήση άγριων ειδών ζώων - όπως για παράδειγμα

τα δελφίνια- η οποία είναι εξαιρετικά αμφιλεγόμενη και αμφισβητείται από πολλούς επιστήμονες, τόσο ως προς την αποτελεσματικότητα όσο και ως προς την επικινδυνότητά της. Επιπλέον η θεραπεία με δελφίνια είναι εξαιρετικά δαπανηρή συγκριτικά με τις υπόλοιπες, ενώ δεν υπάρχει σημαντικός αριθμός ερευνών που να τεκμηριώνει τη λειτουργικότητα της μεθόδου, τουλάχιστον ως προς τα μακροπρόθεσμα οφέλη στην υγεία των ασθενών. Ως αποτέλεσμα, πολλοί είναι και οι ειδικοί που συστήνουν στους ασθενείς τους να είναι ιδιαίτερα επιφυλακτικοί ως προς τη μορφή αυτή θεραπείας. ^[85]

Στο επίκεντρο των επιχειρημάτων των επιστημόνων που είναι αρνητικοί απέναντι στις δραστηριότητες αλληλεπίδρασης ασθενών με δελφίνια είναι η άποψη ότι τα προγράμματα αυτά θεραπείας βασίζονται στην εκμετάλλευση ευάλωτων ατόμων και ευάλωτων, εν αιχμαλωσία ζώων. Τα ζώα αυτά -είτε έχουν συλληφθεί στη θάλασσα, είτε έχουν γεννηθεί αιχμάλωτα- δεν είναι σε καμία περίπτωση κατοικίδια αλλά παραμένουν πάντοτε άγρια. Εκτός από το υψηλό βαθμού στρες που μπορεί να εκδηλώσουν, εξαιτίας της φυλάκισής τους και του εξαναγκασμού σε κατά παραγγελία αλληλεπίδραση με τους ανθρώπους, ενδέχεται να παρουσιάσουν και απρόβλεπτη ή επιθετική συμπεριφορά. Έχουν αναφερθεί παγκοσμίως αρκετά ατυχήματα από δαγκώματα δελφινιών, τα οποία μάλιστα προκάλεσαν έως και σοβαρά κατάγματα και βλάβες εσωτερικών οργάνων. ^[85]

Μια ακόμη βαρύνουσα σημασίας επισήμανση εκείνων που εκφράζουν την εναντίωση τους ως προς την ευεργετικότητα της θεραπείας μέσω ζώων, είναι οι μεθοδολογικές αδυναμίες της πλειοψηφίας των διεξαχθέντων ερευνών επί αυτής. Οι περιορισμοί αυτοί είναι σημαντικοί και θα πρέπει να εξεταστεί τον αν και κατά πόσο πλήττουν την αξιοπιστία των έως σήμερα θετικών για την σπουδαιότητα της θεραπείας ερευνητικών αποτελεσμάτων. Οι περιορισμοί και οι ελλείψεις που έχουν διαπιστωθεί σχετίζονται με την ύπαρξη μικρού αριθμού δείγματος ασθενών, την έλλειψη τυχαιοποίησής του με αποτέλεσμα την μη εξουδετέρωση πιθανής επίδρασης δημογραφικών και άλλων παραγόντων επί των αποτελεσμάτων, την μη επιλογή αντιπροσωπευτικού δείγματος, τον μη προσεκτικό σχεδιασμό ομάδας ελέγχου, τη μειωμένη εγκυρότητα και αξιοπιστία των χρησιμοποιούμενων

μεθόδων, καθώς και την περιορισμένη δυνατότητα γενίκευσης των αποτελεσμάτων στο γενικό πληθυσμό μιας κατηγορίας ασθενών. Επιπλέον, οι έρευνες σχετικά με τη θεραπεία της ψυχικής νόσου μέσω της αλληλεπίδρασης με ζώα, δεν αξιολογούν παρά τα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματά της στην υγεία των ασθενών, ενώ δεν κάνουν αναφορά στη ευρύτερη διάρκεια αυτών. Τέλος κάποιες από τις έρευνες αυτές στοχοποιούνται ως μεροληπτικές καθώς χρηματοδοτούνται και διεξάγονται από ιδιωτικούς φορείς που ήδη παρέχουν τέτοιου είδους θεραπείες και επομένως λαμβάνουν οφέλη από τις ενδεχομένως θετικά αποφάνσεις τους.^[86]

5.3 Σύνοψη

Στο κεφάλαιο που προηγήθηκε επισημάνθηκαν οι κυριότερες αντιδράσεις των ειδικών απέναντι στους κινδύνους και περιορισμούς που υφίσταται η εφαρμογή της θεραπείας με ζώα για τους ψυχικά ασθενείς αλλά και γενικότερα. Οι ενστάσεις τους αφορούν κυρίως στην μη ικανοποιητική τήρηση των κανόνων και αρχών που σχετίζονται με την κατάλληλη επιλογή των ζώων, γεγονός που μπορεί να επιφέρει αρνητικές συνέπειες στην υγεία και ασφάλεια των ασθενών, στην προχειρότητα του σχεδιασμού κάποιων από τα προγράμματα παρέμβασης χωρίς τη φροντίδα για την προστασία των ζώων που συμμετέχουν, στον αποκλεισμό ενός αριθμού ασθενών από τη δυνατότητα ένταξης στη θεραπεία για λόγους υγείας ή άλλα αίτια και στις μεθοδολογικές αδυναμίες των μέχρι τώρα ερευνών που έχουν αναδείξει τα οφέλη της θεραπείας. Τέλος, εκπρόσωποι των φιλοζωικών οργανώσεων εκφράζουν την αντίθεσή τους ως προς την ένταξη των δελφινιών σε τέτοια προγράμματα, καθώς όπως τονίζουν, αποτελούν άγρια ζώα με αρκετές φορές απρόβλεπτη συμπεριφορά.

Κεφάλαιο 6° ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΨΥΧΙΚΑ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΖΩΩΝ

6.1 Εισαγωγή

Η θεραπεία των ψυχικά ασθενών μέσω της αλληλεπίδρασής τους με τα ζώα συνεχίζει να αποκτά ολοένα και περισσότερους υποστηρικτές παγκοσμίως, ενώ η ένταξή της σε προγράμματα παρέμβασης κλινικών και ιδρυμάτων περίθαλψης διαρκώς αυξάνει. Το γεγονός αυτό εν μέρει οφείλεται στην θετική ανταπόκριση απέναντι σε πλήθος ερευνών που ανέδειξαν τα οφέλη της στη ζωή των ασθενών. Η διαθέσιμη βιβλιογραφία επισημαίνει ότι η θεραπευτική αλληλεπίδραση με τα ζώα έχει τη δυνατότητα να βελτιώσει τις δεξιότητες των ασθενών σε πολλούς τομείς και να ελαττώσει τη συμπτωματολογία των ψυχικών νόσων. Ωστόσο για να επιτευχθεί η πλήρης αποδοχή της θεραπείας από το σύνολο των επιστημόνων ψυχοθεραπευτών και η ενσωμάτωσή της στο πλαίσιο των παραδοσιακά εφαρμοζόμενων μεθόδων, είναι αναγκαία η διεξαγωγή περαιτέρω ερευνητικών μελετών, οι οποίες θα πληρούν τα βασικά κριτήρια αξιοπιστίας και εγκυρότητας και θα επικεντρώνονται στον έλεγχο των θεωρητικών υποθέσεων που έχουν προταθεί. Επίσης απαραίτητο είναι να τεθούν ορισμένες σταθερές σχετικά με τα προγράμματα παρέμβασης, όπως το ποιες ακριβώς δραστηριότητες, με ποιου είδους ζώα, βοηθούν ποια συγκεκριμένη ομάδα ασθενών. Ο βασικός στόχος για τους υπερασπιστές της θεραπείας είναι η θεμελίωσή της ως μια αποτελεσματική, ασφαλή και με καλή σχέση κόστους-απόδοσης επιλογή, η οποία θα μπορεί να βελτιώσει την παροχή υπηρεσιών υγείας για πολλούς ασθενείς.

6.2 Συμπεράσματα και προτάσεις για την αξιοποίηση των δεδομένων και την περαιτέρω εξέλιξη του πεδίου της έρευνας

Η αντίληψη ότι η επαφή με τα ζώα μπορεί να βελτιώσει την υγεία των ασθενών με ψυχικές διαταραχές υποστηρίζεται από μία ευρεία ομάδα ειδικών και είναι αναμφίβολα θελκτική, ωστόσο παραμένει έως και στις μέρες μας αμφιλεγόμενη. Οι έρευνες, αφενός, σε μεγάλο βαθμό, τονίζουν τα δυνητικά οφέλη της θεραπείας μέσω ζώων, αφετέρου ωστόσο, οι ίδιες ενοχοποιούνται λόγω σημαντικών περιορισμών και ατελειών τους, όπως το ότι πραγματοποιούνται σε μικρή κλίμακα και εμπλέκουν διαφορετικά είδη δραστηριοτήτων, ασθενών και περιβαλλοντικών συνθηκών. Ως αποτέλεσμα η θεραπεία με τη συνδρομή ζώων εμφανίζεται αδόκιμα ως πανάκεια σχεδόν σε όλα τα είδη ψυχικών νόσων, γεγονός που πλήττει το κύρος της. ^{[87],[88],[89]}

Βέβαια, δεν είναι ασήμαντος ο αριθμός των επιστημόνων που θεωρούν ότι η εν λόγω μέθοδος παρέμβασης είναι υποτιμημένη ως προς το μέγεθος της δυνητικής της αξίας και πως η εξέλιξη του ερευνητικού τομέα θα μπορούσε να συνεισφέρει προς την άνοδο αυτής. Οι έρευνες αυτές θα πρέπει να πληρούν τις βασικές παραμέτρους της επιστήμης της στατιστικής, να ξεπεράσουν τις μέχρι σήμερα εντοπισμένες αδυναμίες τους και να συμπεριλάβουν όχι μόνο ποιοτικές αλλά και ποσοτικές μεταβλητές. Μόνο σταθερά και έγκυρα ερευνητικά στοιχεία θα μπορέσουν να αναδείξουν τη θεραπεία μέσω των ζώων ως μια επιβιώσιμη και λειτουργική μέθοδο παρέμβασης. Κάποιες από τις ερωτήσεις για τις οποίες πρέπει να αποφανθούν οι ερευνητές είναι οι εξής: ^{[88], [89]}

- Για ποια είδους οφέλη, ποιας διάρκειας και για ποια είδη διαταραχών μπορεί να εφαρμοστεί η θεραπεία;
- Κατά πόσο διαφέρει ως προς τα αποτελέσματά της η επιλογή διαφορετικών ειδών ζώων;
- Είναι η αγχολυτική επίδραση που προσφέρει πρωταρχικώς η παρουσία των ζώων η πηγή των υπόλοιπων θετικών μεταβολών στην υγεία των ασθενών; Ποιοι είναι οι υποκείμενοι νευρολογικοί μηχανισμοί που ενεργοποιούνται

κατά την αλληλεπίδραση των ασθενών με τα ζώα και ποια είναι η ακριβής λειτουργία τους;

- Σε ποιο βαθμό είναι σημαντικά τα δημογραφικά στοιχεία που διαφοροποιούν τους ασθενείς που εκδηλώνουν ίδιες μορφές διαταραχών, ώστε να ληφθούν υπόψη στο σχεδιασμό των ομάδων παρέμβασης και των ομάδων ελέγχου;
- Θα μπορούσε η τεκμηρίωση της θεραπείας να συντελέσει ώστε να μειωθούν τόσο η χρήση των δαπανηρών, και με σημαντικές παρενέργειες, φαρμάκων, όσο και η διάρκεια παραμονής των ασθενών σε ιδρύματα περίθαλψης;

Όπως γίνεται φανερό, οι έρευνες αποτελούν το κλειδί για να κερδίσει η εν λόγω θεραπεία μεγαλύτερη αποδοχή και συναίνεση, και να καταστεί δυνατή η οικονομική της κάλυψη προς όφελος των ασθενών από ασφαλιστικές εταιρίες του δημόσιου ή του ιδιωτικού τομέα. Είναι αληθές ότι η εθελοντική πρωτοβουλία και δράση μη κερδοσκοπικών οργανώσεων είναι έως και σήμερα η κινητήρια δύναμη μέσω της οποίας υλοποιούνται τα προγράμματα στους χώρους παροχής υγείας. Για να μετακινηθούν αυτά στην κατηγορία των τιμολογήσιμων και συνταγογραφούμενων υπηρεσιών, οι θεραπευτές πρέπει επιπλέον να παρουσιάσουν συγκεκριμένα πλάνα φροντίδας, με συγκεκριμένες δραστηριότητες και καθορισμένους, μετρήσιμους κάθε φορά στόχους.^[90]

Ένα ακόμη στοιχείο για το οποίο πρέπει να ληφθεί μέριμνα είναι η οργάνωση της εκπαίδευσης των ειδικών που θα κληθούν να οργανώσουν και να εφαρμόσουν τη θεραπεία στους ασθενείς. Το εκπαιδευτικό αυτό πρόγραμμα πρέπει να είναι σταθερό και εμπλουτισμένο με γνώσεις από τους τομείς επιμέρους επιστημών, όπως η ψυχολογία, η κοινωνιολογία και η ζωολογία. Παράλληλα οι ειδικοί της θεραπείας πρέπει να είναι ικανοί να συμμετέχουν στην ενημέρωση των πολιτών σχετικά με τα οφέλη αυτής και να είναι εκείνοι που θα καθορίσουν τα πλαίσια της υλοποίησής της.^[91]

Επιπροσθέτως, η συνεργασία μιας διεπιστημονικής ομάδας ειδικών από τους χώρους ιατρικών, παραϊατρικών, και ανθρωπιστικών επιστημών, υπό το

φάσμα της ολιστικής αντιμετώπισης των ασθενών είναι αναγκαία προϋπόθεση για την επίτευξη της μέγιστης αποτελεσματικότητας της θεραπείας. Ιδιαίτερα σημαντική είναι και η από κοινού δράση θεραπευτών και ερευνητών, οι οποίοι εφοδιάζοντας αλλήλους με διαπιστώσεις και συμπεράσματα, θα δώσουν ισχυρή ώθηση στην καθιέρωση της θεραπείας και την ανάπτυξη όλων των πτυχών αυτής.
[90]

6.3 Σύνοψη

Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις μέσω της αξιοποίησης της ευεργετικής παρουσίας των ζώων, για τους ασθενείς με ψυχική διαταραχή, έχουν αυξηθεί κατά μεγάλο βαθμό τις τελευταίες δεκαετίες. Παρότι η εικόνα των ζώων εντός των χώρων παροχής υπηρεσιών υγείας είναι πλέον αρκετά συνήθης, κυρίως βέβαια στο εξωτερικό, ο τομέας αυτός ακόμη αγωνίζεται να αυτο-οριοθετηθεί και να αποδείξει την αξιοπιστία και αποτελεσματικότητά του, ως μια έγκριτη συμπληρωματική μέθοδος. Η εξέλιξη του τομέα των ερευνών και τα συμπεράσματα που θα εξαχθούν από αυτές, είναι ο παράγοντας που θα καταδείξει αν οι πολυσήμαντες αξιώσεις των υποστηρικτών της θεραπείας είναι εφικτές ή όχι. Ας ληφθεί όμως υπόψη, ως μια τελική επισήμανση και προς μια δίκαιη αξιολόγηση της θεραπείας, ότι ειδικά για τον πληθυσμό των ανθρώπων που πάσχουν από ψυχικές νόσους, ακόμη και η ελάχιστη ή σύντομη -ως αναλαμπή- διάρκεια, βελτίωση της καθημερινότητας αλλά και ποιότητας ζωής τους, ουδόλως δεν είναι μηδαμινής σημασίας.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Λέξεις κλειδιά: συμπληρωματική θεραπεία, στοχευμένη αλληλεπίδραση, ζώα θεραπείας, σύγχρονες έρευνες, βελτίωση ποιότητας ζωής, τήρηση βασικών αρχών, ρόλος νοσηλεύτη, περιοριστικοί παράγοντες.

Ως *συμπληρωματική* προς τις παραδοσιακές θεραπευτικές μεθόδους για τις ψυχικές διαταραχές, προσφέρει πλέον τις υπηρεσίες της στους ασθενείς, μία νέα μορφή θεραπείας, αυτή με την συνδρομή των ζώων. Ξεκινώντας από τις Η.Π.Α. τον 20^ο αιώνα, τις τελευταίες δεκαετίες εφαρμόζεται και στην Ευρώπη καθώς και σε άλλες χώρες. Ως θεραπεία με την συνδρομή ζώων ορίζεται η *στοχευμένη αλληλεπίδραση* εκπαιδευμένων ζώων με τους ασθενείς, η οποία σχεδιάζεται και εφαρμόζεται από μία ομάδα ειδικών που περιλαμβάνει τον ψυχοθεραπευτή, τον χειριστή του ζώου καθώς και ορισμένους επαγγελματίες υγείας. Εμπεριέχει πλήθος δραστηριοτήτων που αποβλέπουν στην επίτευξη συγκεκριμένων στόχων και αξιολογούνται ως προς την κατάκτησή τους. Τα *ζώα θεραπείας* είναι συχνότερα οι σκύλοι, οι ίπποι, τα δελφίνια, τα πουλιά, αλλά και όποιο από αυτά μπορεί να εξημερωθεί και διαθέτει ήπιο χαρακτήρα. Σημαντικός είναι ο αριθμός *των σύγχρονων ερευνών* που αναδεικνύουν τα οφέλη της θεραπείας στην υγεία των ψυχικά ασθενών. Αυτά αφορούν στην ελάττωση της εκδήλωσης των αρνητικών συμπτωμάτων της νόσου, την καλλιέργεια δεξιοτήτων σε διάφορους τομείς της προσωπικότητάς των ασθενών και γενικότερα τη *βελτίωση της ποιότητας ζωής τους*. Απαραίτητη προϋπόθεση για την ορθή εφαρμογή των προγραμμάτων θεραπείας είναι η *τήρηση βασικών όρων και αρχών* με σκοπό την προστασία της υγείας, της ασφάλειας και της ευημερίας των συμμετεχόντων. Οι όροι αυτοί αφορούν στην επιλογή του κατάλληλων ζώων αλλά και των ασθενών που δύνανται και επιθυμούν να συμμετέχουν, στη μελετημένη οργάνωση των δραστηριοτήτων που θα πραγματοποιηθούν και στην αντιμετώπιση των ζώων με βάση τους πολιτικούς και ηθικούς νόμους. Ο *ρόλος του νοσηλεύτη* κατά τη θεραπεία είναι πολύπλευρος και σχετίζεται με την εύρεση του πλέον πρόσφορου προγράμματος, τη βοήθεια στο συντονισμό και την υλοποίησή του, την αξιολόγηση της επίτευξης των στόχων και τη συμμετοχή του στη διεξαγωγή επιστημονικών ερευνών. Οι εκπεφρασμένες αντιρρήσεις για τη θεραπεία αφορούν

κυρίως στην παραβίαση των όρων εφαρμογής και την προχειρότητα κατά τον σχεδιασμό της, στοιχεία που μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο την υγεία των ασθενών και την ασφάλεια των ζώων. Ενστάσεις εκφράζονται και από φιλοζωικά σωματεία ως προς την ένταξη άγριων ζώων σε αυτή. *Περιοριστικοί παράγοντες* για την αξιοποίηση της είναι ακόμη ο αναγκαίος αποκλεισμός ενός συνόλου ασθενών από αυτήν και τα απαγορευτικά, για την είσοδο ζώων, πρωτόκολλα πολλών νοσηλευτικών ιδρυμάτων. Παράλληλα, έχουν εντοπιστεί από ειδικούς μεθοδολογικές αδυναμίες στις έως τώρα έρευνες, που κλονίζουν την αξία των θετικών συμπερασμάτων τους. Κρίνεται λοιπόν απαραίτητο να ξεπεραστούν οι αντιρρητικές αυτές απόψεις ώστε να καθιερωθεί η θεραπεία μέσω ζώων ως μία γενικώς αποδεκτή συμπληρωματική μέθοδος προσέγγισης των ψυχικά ασθενών. Προς την κατεύθυνση αυτή είναι αναγκαία η διεύρυνση του ερευνητικού τομέα, η αυτο-οριοθέτηση των παραμέτρων της θεραπείας, η εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας και η συντονισμένη δράση μιας διεπιστημονικής ομάδας ειδικά καταρτισμένης για το σχεδιασμό και εφαρμογή της.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Thio A, *Παρεκκλίνουσα Συμπεριφορά*, επιμέλεια έκδοσης Τσουραμάνης Χρ, εκδόσεις: Έλλην, Αθήνα 2008. Available from: <https://eclass.uop.gr/modules/document/file.php/SEP165/Παρεκκλίνουσα%20Συμπεριφορά.pdf>. Accessed at December 24, 2016
2. *Mental health: a state of well-being*, 2014. Available from :http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/. Accessed at December 24, 2016
3. Pamela Y Collins, Vikram Patel, Sarah S Joestl, Dana March, Thomas R Insel, Abdallah S Daar, *Grand challenges in global mental health*, in Nature. 2011 Jul 6; 475(7354): 27–30. doi: 10.1038/475027a. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3173804/>. Accessed at December 24, 2016
4. Stanley T, *A beautiful mind: the story of treatment of mental illness*, 2015. Available from: <http://historycooperative.org/a-beautiful-mind-the-history-of-the-treatment-of-mental-illness/>. Accessed at December 24, 2016
5. *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision, Chapter V, Mental and behavioural disorders (F00-F99) (ICD-10)-WHO. Version for;2016*. Available from: <http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2016/en#/V>. Accessed at December 27, 2016
6. *Mental illness: the age of unreason, the economist*, 2015. Available from: <http://www.economist.com/news/special-report/21657023>. Accessed at December 27, 2016
7. Ronald C Kessler, Sergio Aguilar-Gaxiola, Jordi Alonso, Somnath Chatterji, Sing Lee, Johan Ormel, T Bedirhan Üstün, Philip S Wang, *The global burden of mental*

- disorders: An update from the WHO World Mental Health Surveys*, in *Epidemiologia e Psichiatria Sociale* 2009 Jan-Mar;18(1):23-33. PMID: PMC3039289,NIHMSID: NIHMS264248. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19378696>. Accessed at December 29, 2016
8. Reichenberg L W, Seligman L, *Selecting effective treatments: a comprehensive systematic guide to treating mental disorders, fourth edition*, published by John Wiley and sons, New Jersey 2016. Available from: https://books.google.gr/books?id=VSNHAAAAQBAJ&pg=PP2&hl=el&source=gbs_selected_pages&cad=3#v=onepage&q&f=false. Accessed at December 29, 2016
 9. Hooker SD, Freeman LH, Stewart P, *Pet therapy research: a historical review*, in *Holistic Nursing Practice*, 2002 October;16(5):17-23. PMID:12465214. Available from: https://www.researchgate.net/publication/11006382_Pet_therapy_research_A_historical_review. Accessed at December 30, 2016
 10. Herzog H, *Number of articles on "animal-assisted therapy" in Google Scholar (1990-2015)*. Available from: <https://www.psychologytoday.com/experts/hal-herzog-ph>. Accessed at December 30, 2016
 11. J. A. Serpell, *Animal-assisted interventions in historical perspective*, in *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*, 4th edition, edited by A. Fine, published by academic press, U.S.A. 2010, pp 17-32. Available from: https://www.academia.edu/29569581/Animal_assisted_interventions_in_historical_perspective.pdf. Accessed at December 31, 2016.

12. B. O. Braastad and Bente, *Theoretical Frameworks for Animal-Assisted Interventions*, in international journal of therapeutic communities 29, 3, autumn 2008, pp.323-337. Available at: http://www.umb.no/statisk/greencare/meetings/abstracts_presentations/costwg1braastadtheoretical_frameworks.pdf. Accessed at January 5, 2017
13. *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for practice*, 4th edition, edited by A. Fine, published by academic press, U.S.A. 2010. Available from: <https://books.google.gr/books?hl=el&lr=&id=2PruqyaDw6wC&oi=fnd&pg=PP1&dq=Handbook+on+Animal-Assisted+Therapy:+Theoretical+Foundations+and+Guidelines+for+practice&ots>. Accessed at January 8, 2017
14. Zilcha-Mano S¹, Mikulincer M, *Pet in the therapy room: An attachment perspective on Animal-Assisted Therapy*, in Attachment & Human Development 13(6):54161. November 2011, doi: 10.1080/14616734.2011.608987. Available from: https://www.researchgate.net/publication/51729972_Pet_in_the_therapy_room_An_attachment_perspective_on_Animal-Assisted_Therapy. Accessed at January 10, 2017
15. J. Jackson, *Animal-Assisted Therapy: The human-animal bond in relation to human health and wellness*, 2012. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/>. Accessed at January 12, 2017
16. Kruger A. K. and Serpell J, *Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations*, in Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice, 4th edition, edited by Fine A.H,

- published by academic press, U.S.A. 2010, chapter: 2, pp.21-38. Available from: <https://books.google.gr/books?hl=el&lr=&id=2PruqyaDw6wC&oi=fnd&pg=PP1&dq=Handbook+on+AnimalAssisted+Therapy:+Theoretical+Foundations+and+Guidelines+for+practice&ots>. Accessed at January 15, 2017
17. Amerine JL, Hubbard GB, *Using Animal-assisted Therapy to Enrich Psychotherapy*, in *advances in mind-body medicine*, 2016 Summer;30(3):11-1, PMID:27541053, Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27541053>. Accessed at January 6, 2017
 18. Bachi K, Parish-Plass N, *Animal-assisted psychotherapy: A unique relational therapy for children and adolescents*, in *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, October 14, 2017, Vol. 22(1) 3–8, doi: 10.1177/1359104516672549. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/full/>. Accessed at January 17, 2017
 19. B. P. Velde et al. Beth P. Velde, Joseph Cipriani and Grace Fisher, *Resident and therapist views of animal-assisted therapy: Implications for occupational therapy practice*, in *Australian Occupational Therapy Journal* (2005) 52, 43–50, doi:10.1111/j.1440-1630.2004.00442.x. Available from: <http://halsansnatur.se/images/media/velde%20et%20al.pdf>. Accessed at January 30, 2017
 20. Amanda M. Mangalavite, *Animal-Assisted Therapy: Benefits and Implications for Professionals in the Field of Rehabilitation*, summer 2014. Available from: http://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1701&context=gs_rp. Accessed at January 16, 2017
 21. Depression. Available from: <http://www.who.int/topics/depression/en/>. Accessed at January 31, 2017

22. Souter Megan A, Miller Michelle D, *Do animal-assisted activities effectively treat depression? a meta-analysis*, in *Anthrozoos*, Vol. 20, No. 2, 06.2007, p. 167-180. Available from: <http://patastherapeutas.org/wp-content/uploads/2015/07/Depressa%CC%83oMetaAnalise.pdf>. Accessed at January 15, 2017
23. Horowitz, S, *Animal-assisted therapy for inpatients: Tapping the unique healing power of the human-animal bond*, in *Alternative and Complementary Therapies*, 2010, 16(6), 339-343, doi: 10.1089/act.2010.16603. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/autism-spectrum-disorders/en/>. Accessed at February 7, 2017
24. Autism spectrum disorders. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/autism-spectrum-disorders/en/>. Accessed at February 7, 2017
25. Hanson E, Kalish LA, Bunce E, et al, *Use of complementary and alternative medicine among children diagnosed with autism spectrum disorder*, in *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2007;37(4):628-636, doi: 10.1007/s10803-006-0192-0. Available at: https://www.researchgate.net/profile/Ronald_Smith15/publication/6890575_Patterns_of_Complementary_and_Alternative_Medical_Therapy_Use_in_Children_Diagnosed_with_Autism_Spectrum_Disorders/links/53e15a860cf2235f352a76c6/Patterns-of-Complementary-and-Alternative-Medical-Therapy-Use-in-Children-Diagnosed-with-Autism-Spectrum-Disorders.pdf. Accessed at February 12, 2017
26. Interactive Autism Network Research findings:Animal-Assisted Therapies, March 8 2011. Available from: https://iancommunity.org/cs/ian_treatment_reports/animal_assisted_therapies. Accessed at February 2, 2017

27. Caitlin Siewertsen, Emma French, Masaru Teramoto, *Autism Spectrum Disorder and Pet Therapy*, in *Advances*, spring 2015, Vol. 29, No. 2. Available from: <http://www.advancesjournal.com/openaccess/Siewertsen.pdf>. Accessed at January 29, 2017
28. Anderson C, *Dogs, horses and ASD: what are Animal- Assisted Therapies?* January 21, 2011. Available from: https://iancommunity.org/cs/articles/asds_and_animal_assisted_therapies. Accessed at January 30, 2017
29. Wang S. S, *Rise in Pets as Therapy for Mental Conditions: Animals Help People With Autism, PTSD, Other Conditions*, November 4, 2013. Available from: http://www.sadag.org/index.php?option=com_content&view=article&id=1958:animals-help-people-with-autism-ptsd-and-other-conditions&catid=37&Itemid=132. Accessed at February 8, 2017
30. Perkins J, Bartlett H, Travers C, Rand J, *Dog-assisted therapy for older people with dementia: a review*, in *Australasian Journal on Ageing*, 27(4):177-82 · January 2009, doi: 10.1111/j.1741-6612.2008.00317.x. Available from: https://www.researchgate.net/publication/23496495_Dog_assisted_therapy_for_older_people_with_dementia_A_review. Accessed at February, 17, 2017
31. Sibel Cevizci, Halil Murat Sen, Fahri Güneş and Elif Karaahmet, *Animal Assisted Therapy and Activities in Alzheimer's Disease*, in *Understanding Alzheimer's disease*, edited by Inga Zerr, doi: 10.5772/54504, Chapter 12 pp. 303-326. Available from: <http://www.intechopen.com/books/understanding-alzheimer-s-disease/animal-assisted-therapy-and-activities-in-alzheimer-s-disease>. Accessed at February 12, 2017

32. M. M. Baun, B. W. McCabe, *Companion Animals and Persons With Dementia of the Alzheimer's Type Therapeutic Possibilities* in *American Behavioral Scientist*, Vol. 47, Issue 1, 2003. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0002764203255211>. Accessed at February 26, 2017
33. N. E. Richeson, *Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia*, in *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*, Vol. 18, Issue 6, 2003 American Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/153331750301800610>. Accessed at February 28, 2017
34. Moretti F, De Ronchi D, Bernabei V, Marchetti L, Ferrari B, Forlani C, Negretti F, Sacchetti C, Atti A, *Pet therapy in elderly patients with mental illness*, in *Psychogeriatrics*, 11(2):125-9 · June 2011, doi: 10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x Available from: https://www.researchgate.net/publication/51252360_Pet_therapy_in_elderly_patients_with_mental_illness. Accessed at February 25, 2017
35. Cheng-I Chu, Chao-Yin Liu, Chi-Tzu Sun, Jung Lin, *The Effect of Animal-Assisted Activity on Inpatients with Schizophrenia*, in *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 47(12):42-8 · December 2009, doi: 10.3928/02793695-20091103-96. Available from: https://www.researchgate.net/publication/40678279_The_Effect_of_Animal_Assisted_Activity_on_Inpatients_with_Schizophrenia. Accessed at February 23, 2017
36. *Pet therapy helps schizophrenia*, January 2005. Available from: <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/4171505.stm>. Accessed at February 23, 2017
37. Villalta-Gil V, Roca M, Gonzalez N, et al, *Dog-assisted therapy in the treatment of chronic schizophrenia inpatients*, in *Anthrozoos*. 2009;22(2):149-159, doi:10.2752/

- 175303709X434176. Available from: <http://ezproxy.pcom.edu:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=43019693&site=ehost-live&scope=site>. Accessed at February 20, 2017
38. Brian Davidson , *Is Animal Assisted Therapy Using Dogs an Effective Treatment for Positive and Negative Symptoms for Adult Inpatient Schizophrenics?* 2014. Available from:http://digitalcommons.pcom.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1158&context=pa_systematic_reviews. Accessed at February 22, 2017
 39. Anxiety Disorders. Available from:<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml>. Accessed at February 28, 2107
 40. An Emotional Support Animal Can Help With Anxiety, 2014. Available from: <https://www.anxiety.org/emotional-support-animals-help-anxiety>. Accessed at: February 12, 2107
 41. Wilson K, Buultjens M, Monfries M, Karimi L, *Equine-Assisted Psychotherapy for adolescents experiencing depression and/or anxiety: A therapist's perspective*, in *Clinical Child Psychology Psychiatry*. 2017 Jan;22(1):16-33, doi: 10.1177/1359104515572379. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26668260>. Accessed at: February 23, 2017
 42. Martin C. Wesley, Neresa B. Minatrea & Joshua C. Watson, *Animal-Assisted Therapy in the Treatment of Substance Dependence*, 28 Apr 2015. Available from: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/175303709X434167>. Accessed at February 22, 2017
 43. Ann Kern-Godal, Ida Halvorsen Brenna, Espen Ajo Arnevik, Edle Ravndal, *More Than Just a Break from Treatment: How Substance Use Disorder Patients Experience the Stable Environment in Horse-Assisted Therapy*, in *Substance Abuse*, 2016; 10:

- 99–108. doi: 10.4137/SART.S40475. Available from: https://www.researchgate.net/publication/309041052_More_Than_Just_a_Break_from_Treatment_How_Substance_Use_Disorder_Patients_Experience_the_Stable_Environment_in_Horse-Assisted_Therapy. Accessed at February 12, 2017
44. Carolyn A. Marr, Linda French, Donna Thompson, Larry Drum, Gloria Greening, Jill Mormon, Irie Henderson, and Carroll W. Hughes, *Animal-Assisted Therapy in Psychiatric Rehabilitation*, in *Anthrozoös* Vol. 13 , Iss. 1, 27 Apr 2015. Available from: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/089279300786999950>. Accessed at: February 21, 2017
45. Stefanini M, Martino A, Allori P, Galeotti F, Tani F, *The Use Of Animal-Assisted Therapy In Adolescents With Acute Mental Disorders: A Randomized Controlled Study*, in *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 21(1) ·January 2015, doi: 10.1016/j.ctcp.2015.01.001. Available from: https://www.researchgate.net/publication/272624422_The_use_of_Animal_Assisted_Therapy_in_adolescents_with_acute_mental_disorders_A_randomized_controlled_study. Accessed at February 20, 2017
46. Menna LF, Santaniello A, Gerardi F, Di Maggio A, Milan G, *Evaluation of the efficacy of animal-assisted therapy based on the reality orientation therapy protocol in Alzheimer's disease patients: a pilot study*, in *Psychogeriatrics*. 2016 Jul;16(4):240-6. doi: 10.1111/psyg.12145. Available from: https://www.researchgate.net/publication/281809453_Evaluation_of_the_efficacy_of_animal_assisted_therapy_based_on_the_reality_orientation_therapy_protocol_in_Alzheimer%27s_disease_patients_A_pilot_study. Accessed at: February 19, 2017
47. Calvo P, Fortuny JR, Guzmán S, Macías C, Bowen J, García ML, Orejas O, Molins F, Tvarijonaviciute A, Cerón JJ, Bulbena A, Fatjó J, *Animal Assisted Therapy (AAT)*

Program As a Useful Adjunct to Conventional Psychosocial Rehabilitation for Patients with Schizophrenia: Results of a Small-scale Randomized Controlled Trial, in · *Frontiers in Psychology* 04/2016; 7(352). · doi:10.3389/fpsyg.2016.00631. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27199859>. Accessed at February 23, 2017

48. Nathans-Barel I, Feldman P, Berger B, Modai I, Silver H, *Animal-assisted therapy ameliorates anhedonia in schizophrenia patients. A controlled pilot study*, in February 2005 · *Psychotherapy and Psychosomatics* 02/2005; 74(1):31-5. · doi:10.1159/000082024. Available from: <https://www.researchgate.net/search?q=Animal-assisted%2otherapy%2oameliorates%2oanhedonia%2oin%2oschizophrenia%2opatients.%2oA%2ocontrolled%2opilot%2ostudy>. Accessed at February 24, 2017
49. Marguerite E. O'Haire, Samantha J. McKenzie, Sandra McCune, Virginia Slaughter, *Effects of Classroom Animal-Assisted Activities on Social Functioning in Children with Autism Spectrum Disorder*, in *Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2014 Mar 1; 20(3): 162–168. doi: 10.1089/acm.2013.0165. Available from: https://www.researchgate.net/publication/258042422_Effects_of_Classroom_Animal-Assisted_Activities_on_Social_Functioning_in_Children_with_Autism_Spectrum_Disorder?ev=. Accessed at: February 21, 2017
50. C. K. Chandler, *Animal assisted therapy in counseling, 2nd edition*, published by Taylor & Francis Group, New York 2012. Available from: <http://tandfbis.s3.amazonaws.com/rt-media/pp/common/sample-chapters/9780415888332.pdf>. Accessed at: February 22, 2017

51. Hiroharu Kamioka, Shinpei Okada, Kiichiro Tsutani, Hyuntae Park, Yoshiteru Mutoh, *Effectiveness of animal-assisted therapy: A systematic review of randomized controlled trials*, in: *Complementary therapies in medicine* 04/2014; 22(2):371-390. doi:10.1016/j.ctim.2013.12.016. Available from: https://www.researchgate.net/publication/261733995_Effectiveness_of_animal-assisted_therapy_A_systematic_review_of_randomized_controlled_trials?ev=publicSearchHeader. Accessed at: February 27, 2017
52. Ε. Φραδέλος, *Η θεραπευτική επαφή με τα ζώα σε ασθενείς που αντιμετωπίζουν ψυχιατρικά προβλήματα: συστηματική ανασκόπηση*. *Επιστημονικά Χρονικά*, 2014;19(2): 132-143. Available from: <http://www.tzaneio.gr/epistimoniko/p14-2-5.pdf>. Accessed at December 23, 2017
53. Muñoz Lasa G, Ferriero G, Brigatti E, Valero R, Franchignoni F, *Animal-assisted interventions in internal and rehabilitation medicine: a review of the recent literature*, in *Panminerva medica* 06/2011; 53(2):129-36. Available from: https://www.researchgate.net/publication/51207440_Animal-assisted_interventions_in_internal_and_rehabilitation_medicine_A_review_of_the_recent_literature. Accessed at: January 24, 2017
54. Butler, K, *Therapy Dogs Today: Their Gifts, Our Obligation*, published by Funpuddle Publishing Associates, Oklahoma 2004. Available from: http://www.denverpetpartners.org/http://www.denverpetpartners.org/wp-content/uploads/2016/02/therapy_dogs_today_-_review_by_diana_mcquarrie.pdf. Accessed at January 29, 2017

55. Sandra L. Lefebvre, Andrew S. Peregrine, Gail C. Golab, Nigel R. Gumley, David Waltner-Toews, J. Scott Weese, *Public veterinary medicine: Public health - A veterinary perspective on the recently published guidelines for animal-assisted interventions*, in *Journal of the American Veterinary Medical Association* 09/2008; 233(3):394-402, DOI:10.2460/javma.233.3.394. Available from: https://www.researchgate.net/publication/23143172_Public_veterinary_medicine_Public_health_A_veterinary_perspective_on_the_recently_published_guidelines_for_or_animal-assisted_interventions_in_health-care_facilities. Accessed at February 2, 2017
56. FAWC (Farm Animals Welfare Council), *Five Freedoms*. Available from: <http://www.fawc.org.uk/freedoms.htm>. Accessed at January 23, 2017
57. Valerie E. Boyer Nancy A. Mundschenk, *L'utilisation de la zoothérapie pour faciliter la communication sociale : une étude préliminaire*, in *Canadian Journal of Speech-Language Pathology and Audiology*, Vol. 38, No. 1, Spring 2014. Available from: file:///C:/Users/athanasia/Downloads/CJSLPA_Spring_2014_Vol_38_No_1_Boyer-Mundshenk.pdf. Accessed at February 12, 2017
58. Buettner L.L, Fitzsimmons S, Barba B, *Animal-Assisted Therapy for Clients with Dementia: Nurses' Role*, in *Journal of Gerontological Nursing* 05/2011; 37(5):10-4., DOI:10.3928/00989134-20110329-05. Available from: https://www.researchgate.net/publication/51044679_AnimalAssisted_Therapy_for_Clients_with_Dementia_Nurses%27_Role. Accessed at February 28, 2017

59. Amanda Bulette Coakley, Ellen K. Mahoney, *Creating a Therapeutic and Healing Environment with a Pet Therapy*, in *Complementary therapies in clinical practice* 09/2009; 15(3):141-6. · doi:10.1016/j.ctcp.2009.05.004. Available from: https://www.researchgate.net/publication/26664152_Creating_a_therapeutic_and_healing_environment_with_a_pet_therapy_program?ev=publicSearchHeader&. Accessed at January 26, 2017
60. Susan o' Conner- Von, *Animal assisted therapy*, in book: *Complementary & Alternative Therapies in Nursing*, 7th edition, edited by Mariah Snyder, Ruth Lindquist, M. F. Tracy, published by Springer publishing company, New York 2014 : chapter 15, pp 229-254. Available from: http://lghhttp.48653.nexcesscdn.net/80223CF/springer-static/media/samplechapters/9780826196125/9780826196125_chapter.pdf. Accessed at February 3, 2017
61. *Therapy Dogs: Helping Improve Lives of People with Mental Illness*, December 2016. Available from: <https://www.psychiatry.org/news-room/apa-blogs/apa-blog/2016/12/therapy-dogs-helping-improve-lives-of-people-with-mental-illness>. Accessed at February 11, 2017
62. Francesca Cirulli, Marta Borgi, Alessandra Berry, Nadia Francia and Enrico Alleva, *Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health*, in *Ann Ist Super Sanità* 2011, Vol. 47, No. 4: 341-348 DOI: 10.4415/ANN_11_04_04. Available from: https://www.researchgate.net/publication/51920217_Animal-assisted_interventions_as_innovative_tools_for_mental_health?ev=publicSearchHeader. Accessed at February 5, 2017
63. Frewin K, Gardiner B, *New age or old sage? A review of equine assisted psychotherapy*, in the *Australian Journal of Counseling Psychology*, 2005, 6, pp 13-

17. Available from: https://www.researchgate.net/publication/41213173_New_Age_or_Old_Sage_A_review_of_equine_assisted_psychotherapy. Accessed at: February 16, 2017
64. Carissa Brandt, *Equine-Facilitated Psychotherapy as a Complementary Treatment Intervention*, in the Practitioner Scholar: Journal of Counseling and Professional Psychology - Volume 2, 2013. Available from <http://www.lundehagen.no/wp-content/uploads/2016/12/11108-43021-1-PB.pdf>. Accessed at February 23, 2017
65. Christian Antonioli and Michael A Reveley, *A randomised controlled trial of animal facilitated therapy with dolphins in the treatment of depression*, in British Medical Journal, 2005 Nov 26; 331(7527): 1231. doi: 10.1136/bmj.331.7527.1231, Available from: https://www.researchgate.net/publication/7461288_Randomised_controlled_trial_of_animal_facilitated_therapy_with_dolphins_in_the_treatment_of_depression?ev=publicSearchHeader. Accessed at February 24, 2017
66. A.P. Chuprikov , B.P. Popovskiy , T.V. Shypelik , *Contemporary state of Dolphin-Therapy*, in archiv euromedica , 2013, vol. 3, num. 1. Available from: <http://www.ewg-board.eu/archiv-euromedica/archiv-euromedica2013/Chuprikov-Popovskiy-Shypelik.pdf>. Accessed at February 23, 2017
67. Berget B., Ekeberg O. & Braastad B. O, *Attitudes to animal-assisted therapy with farm animals among health staff and farmers*, in Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 2008, 15, 576–581. Available from: https://www.researchgate.net/publication/23235020_Attitudes_to_animal-assisted_therapy_with_farm_animals_among_health_staff_and_farmers?ev=publicSearchHeader. Accessed at February 22, 2017

68. Berget B, Braastad B.O, *Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders*, in *Ann Ist Super Sanita*. 2011;47(4):384-90, doi:10.4415/Ann_11_04_10. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22194073>. Accessed at February 3, 2017
69. Christine Lynn Norton, *Innovative Interventions in Child and Adolescent Mental Health*, 2010. Available from: https://www.researchgate.net/publication/281760998_Innovative_interventions_in_child_and_adolescent_mental_health. Accessed at February 22, 2017
70. International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO): Mission. Available from: <http://www.iahaio.org/new/index.php?display=missiongoals>. Accessed at March 2, 2017
71. Pet partners: About. Available from: <https://petpartners.org/about-us/>. Accessed at January 21, 2017
72. European Society for Animal-Assisted therapy (ESAAT): Aims. Available from: <http://www.en.esaat.org/aims/>. Accessed at January 21, 2017
73. Reading Education Assistance Dogs (R.E.A.D.): Mission. Available from: http://www.therapyanimals.org/Read_Team_Steps.html. Accessed at January 21, 2017
74. Kaitlyn N. Swyers, *Prison-Based Animal Programs (PAPs) and Mental Health Outcome Measures*, 2014. Available from: <http://pdxscholar.library.pdx.edu/>

- cgi/viewcontent.cgi?article=1029&context= honorstheses. Accessed at February 13, 2017
75. Pet therapy: Άλματα κάνει η θεραπεία με τη βοήθεια των ζώων στην Ελλάδα. Available from: <http://www.tovima.gr/society/article/?aid=364181>. Accessed at February 20, 2017
76. Therapy Dogs: Η δράση μας. Available from: <http://therapydogs.gr/i-drasi-mas/>. Accessed at January 21, 2017
77. Pet Therapy (εναλλακτική θεραπεία μέσω ζώων) – Η σχέση μας με τα ζώα συντροφιάς. Available from: <https://pettherapygreece.wordpress.com/>. Accessed at January 21, 2017
78. Therapy Dogs- Τι είναι οι σκύλοι θεραπείας; Available from: <http://psychografimata.com/21828/therapydogs/>. Accessed at January 22, 2017
79. Fabrizio Bert, Maria Rosaria Gualano, Elisa Camussi, Giulio Pieve, Gianluca Voglino, Roberta Sillquini, *Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks*, in *European Journal of Integrative Medicine*, Volume 8, Issue 5, October 2016, Pages 695-706. Available from: http://www.sciencedirect.com/science?-ob=ArticleListURL&_method=list&_ArticleListID=-1144954297. Accessed at February 27, 2017
80. Uyemura, B, *The Truth About Animal-Assisted Therapy*, 2016. Available from <http://psychcentral.com/lib/2011/the-truth-about-animal-assisted-therapy/>. Accessed at March 1, 2017

81. Anestis M. D, Anestis J. C, Zawilinski L. L, Hopkins T. A, & Lilienfeld S. O, *Equine-related treatments for mental disorders lack empirical support: A systematic review of empirical investigations*, in *Journal of Clinical Psychology*,70, (12), DOI: 10.1002/jclp.22113. Available from:https://www.researchgate.net/publication/263321411_Equine-Related_Treatments_For_Mental_Disorders_Lack_Empirical_Support_A_Systematic_Review_of_Empirical_Investigations. Accessed at March 1, 2017
82. Chur-Hansen A, McArthur M, Winefield H, Hanieh E, & Hazel S, *Animal-assisted interventions in children's hospitals: A critical review of the literature*, in *Anthrozoös, a Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals* 03/2014; 27(1):5-18. · DOI:10.2752/175303714X13837396326251. Available from: https://www.researchgate.net/publication/260790924_Animal-Assisted_Interventions_in_Children%27s_Hospitals_A_Critical_Review_of_the_Literature?ev=publicSearchHeader&. Accessed at March 1, 2017
83. Kamioka, H, Okada S, Tsutani K, Park H, Okuizumi H, Handa S, Oshio T, Park S, Kitayuguchi J, Abe T, Honda T, & Mutoh Y, *Effectiveness of animal-assisted therapy: A systematic review of randomized controlled trials*, in *Complementary therapies in medicine* 04/2014; 22(2):371-390. · DOI:10.1016/j.ctim.2013.12.016. Available from https://www.researchgate.net/publication/261733995_Effectiveness_of_animal-assisted_therapy_A_systematic_review_of_randomized_controlled_trials. Accessed at March 2, 2017
84. Marino L. *Construct validity of animal assisted therapy and activities: How important is the animal in AAT?* In *Anthrozoös, a Multidisciplinary Journal of the Interactions of People & Animals* 08/2012; 25(3):139-151,doi 10.2752/175303712X13353430377219

Available from: https://www.researchgate.net/publication/279612967_Construct_Veracity_of_Animal-Assisted_Therapy_and_Activities_How_Important_Is_the_Animal_in_AAT. Accessed at March 2, 2017

85. Stern C, & Chur-Hansen A, *Methodological considerations in designing and evaluating animal-assisted interventions*, in *Animals* 03/2013; 3(1):127-141, doi:10.3390/ani3010127. Available from: https://www.researchgate.net/publication/236160316_Methodological_Considerations_in_Designing_and_Evaluating_Animal-Assisted_Interventions?ev=publicSearchHeader&. Accessed at March 2, 2017
86. Nichole M. Budahn, *Effectiveness of Animal-Assisted Therapy: Therapists' Perspectives*, 2013. Available from: http://sophia.stkate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1159&context=msw_papers. Accessed at March 2, 2017
87. Ivan Dimitrijević , *Animal-Assisted Therapy- A new trend in the treatment of children and adults*, in *Psychiatria Danubina*, 2009; Vol. 21, No. 2, pp 236–241. Available from: http://www.hdbp.org/psychiatria_danubina/pdf/dnb_vol21_no2/dnb_vol21_no2_236.pdf. Accessed at March 3, 2017
88. Lori S. Palley, P. Pearl O'Rourke and Steven M. Niemi, *Mainstreaming Animal-Assisted Therapy*, in *ILAR journal / National Research Council, Institute of Laboratory Animal Resources* 01/2010; 51(3):199-207. · DOI:10.1093/ilar.51.3.199. Available from: https://www.researchgate.net/publication/49658437_Mainstreaming_Animal-Assisted_Therapy. Accessed at March 3, 2017

89. Marguerite O'Haire , *Companion animals and human health: Benefits, challenges, and the road ahead*, in *Journal of Veterinary Behavior Clinical Applications and Research* 09/2010; 5(5). DOI:10.1016/j.jveb.2010.02.002. Available from: https://www.researchgate.net/publication/50345780_Companion_animals_and_human_health_Benefits_challenges_and_the_road_ahead. Accessed at March 3, 2017

90. Donald Altschiller, *Animal-assisted Therapy (Health and Medical Issues Today)*, published by Greenwood, U.S.A. 2011. Available from: <http://www.abcclio.com/ABC-CLIOCorporate/product.aspx?pc=B1446C>. Accessed at March 3, 2017

91. Risë Van Fleet, Tracie Faa-Thompson , *The case for Using Animal Assisted Play Therapy*, in *British Journal of Play Therapy*, Vol. 6 , pp 4–18. Available from: http://www.play-therapy.com/playfulpooch/images_resources/Case4AAPT.BJPT_Winter10_4-18.pdf. Accessed at March 3, 2017

