

4. Rogers C. R., Stevens B., Gendlin E.T., Shlien J. M., Van Dusen W. Person to person: The problem of being human: A new trend in psychology. Lafayette, CA : Real People Press. 1967.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-355-5-6>

Сгорченкова С. В.

*асистент кафедри технології виробництва і переробки продукції
тваринництва та кінології
Сумського національного аграрного університету
м. Суми, Україна*

Павленко Ю. М.

*кандидат сільськогосподарських наук,
доцент кафедри технології виробництва і переробки продукції
тваринництва та кінології
Сумського національного аграрного університету
м. Суми, Україна*

КАНІСТЕРАПІЯ ЯК АЛЬТЕРНАТИВНИЙ МЕТОД РЕАБІЛІТАЦІЇ ЛЮДЕЙ З ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ

Україна вже півтора роки перебуває в умовах правового режиму воєнного стану, російсько-українська війна на сході країни переросла в повномасштабне вторгнення, що несе за собою біль та страждання нашого народу. Зважаючи на це, гострою проблемою перед суспільством є питання ментального здоров'я. І хоча на сьогоднішній день ми маємо багато державних та приватних програм в цій сфері, а підтримка психічного здоров'я стала пріоритетним завданням державної політики [7], проте цього все одно не достатньо.

За прогнозами експертів на сьогоднішній день кількість звернень щодо допомоги з питань психічного здоров'я може сягати 27 мільйонів громадян, що становить близько 40–50% всього населення України [8], хоча ще восени минулого року ВООЗ прогнозувало проблему лише у чверті населення, а саме: 8,5–10 мільйонів українців [1, 2]. Якщо надалі бойові дії будуть продовжуватись, то ця цифра буде неупинно зростати.

У людей, що переживають травматичні події (обстріли, полон, насильство, каліцтво тощо), вони можуть спричинити посттравматичний синдром. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це категоричний психіатричний синдромальний діагноз, що характеризується

гетерогенним набором симптомів, які не піддаються єдиній лабораторній моделі [12]. Діагноз ПТСР може включати безліч тривожних, депресивних і когнітивних симптомів, включаючи нав'язливі повторні переживання, зміни настрою і когнітивних функцій і т.п. [17].

Одним з прогресивних методів реабілітації людей з психічними проблемами є терапія за допомогою тварин. Існує багато психологічних і фізіологічних переваг включення тварин у терапевтичне середовище, у тому числі збільшення мотивації, зменшення болю та покращення поведінки [11]. У своїй роботі науковці зі Сполучених штатів Америки показали, що дана терапія є корисним втручанням для широкого кола груп населення [10], а тому у світовій спільноті анімалотерапія стає все більш популярною [6].

Для даної терапії можуть використовувати кроликів, тхорів, шиншил, коней, морських свинок, птицю, дельфінів та навіть акваріумних рибок [13]. Проте найбільш дієвим та простим у використанні є собаки, так звана каністерапія. Широке залучення собак до анімалотерапії ґрунтується на видатній міжвидовій соціальній здатності цього виду та в легкості собак у адаптації до різних людських середовищ [9, 15].

Деббі Холл у своєму пілотному дослідженні зробив висновок, що собака-терапевт в кампусі університету протягом семестру допоміг значно зменшити симптоми тривоги у студентів. Крім того, каністерапію використовують в університетах і школах, як для подолання тривоги чи стресу, так і для підвищення мотивації для навчання [14]. Також собаки-терапевти широко використовуються для лікування людей з ПТСР – доведено, що саме каністерапія допомагає поліпшити симптоматику ПТСР та якість життя осіб, що страждають на цей психічний розлад.

Враховуючи світовий досвід українські кінологи також намагаються розвивати даний напрям терапії. З початком російсько-української війни даний напрям реабілітації почав масово набирати оберти. Для прикладу, військовий інноваційно-реабілітаційний центр «База 4.5.0» має свою команду каністерапевтів, що допомагають військовим, які цього потребують. Волонтерська команда налічує п'ять спеціально навчених собак, проте зрозуміло, що в масштабах сьогодення це зовсім мала кількість [5].

Також існує канадсько-український некомерційний проєкт «Друг героя», який стартував у серпні 2015 року і працює на даний час. Команда проєкту налічує шістнадцять сертифікованих кінологічних пар. Після початку повномасштабного вторгнення провідники разом із собаками-терапевтами почали працювати не лише з ветеранами війни, але й з пересічними громадянами, які цього потребують [3, 6].

Враховуючи вищезазначене та підсумовуючи вітчизняний та закордонний досвід, можна говорити про те, що наразі ментальне здоров'я українців знаходиться не в найкращому стані, тому актуально

використовувати собак для реабілітації людей, у тому числі з окупованих територій. Саме тут необхідний симбіоз психолога/психотерапевта та кінолога із собакою-терапевтом. Адже на перший погляд прості прогулянки чи тактильне спілкування з собакою в деяких випадках можуть замінити навіть медикаментозне лікування.

Люди з окупованих територій можуть страждати на депресії, тривоги, переживати сильний стрес, але саме за допомогою спілкування з собакою можна зняти напругу, знизити неухважність, стримати страх чи тривожність. Крім того, така терапія допоможе перебороти відчуття самотності та сумування за рідною домівкою.

Також необхідно виокремити осіб, які перебували в полоні. Вони можуть страждати на деіндивідуалізацію, проте робота з собаками-терапевтами може допомогти таким людям бути більш схожими на себе та повернутись до свого нормального життя.

У своєму інтерв'ю каністерапевт Антоніна Гошовська висвітлює проблемні питання української каністерапії [4]. На сьогоднішній день нам дійсно не вистачає підготованих та сертифікованих собак, які б згодились для каністерапії, а також кінологів, які б могли супроводжувати та допомагати в проведенні сеансу терапії.

Враховуючи актуальність та гостру потребу даних спеціалістів необхідно систематизувати та розробити єдині протоколи для підготовки собак-терапевтів у нашій країні, адже ці тварини можуть зробити неоціненний вклад у відновлення психічного здоров'я української нації.

Список використаних джерел:

1. Брифінг Фамі Ханна. Укрінформ. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3567887-ponad-85-miljona-ukrainciv-maut-rizik-psihicnih-rozladiv-cerez-vijnu-vooz.html> (дата звернення 02.10.2023).

2. Брифінг Ярно Хабіхта. Слово і діло. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2022/12/20/novyna/suspilstvo/majzhe-10-mln-lyudej-mozhut-strazhdaty-psυχichnyx-rozladiv-cherez-vijnu-vooz> (дата звернення 01.10.2023).

3. Гіржева К. Собаки та діти. Що таке каністерапія та як вона працює. *New voice. Life*. URL: <https://life.nv.ua/ukr/health/shcho-take-kanisterapiya-interv-yu-z-fahivcyami-ta-foto-50248893.html> (дата звернення 02.10.2023).

4. Гошовська А. Про тілесний контакт в каністерапії. *My dog*. URL: <https://mydog.net.ua/pro-tilesnyj-kontakt-v-kanisterapiyi/> (дата звернення 01.10.2023).

5. Каністерапія в Україні під час війни: як це працює. *БроМедіа*. URL: <https://www.bromedia.com.ua/life/647-kansterapiya-v-ukrayin-pd-chas-vyni-yak-ce-pracyuye.html> (дата звернення 29.09.2023).

6. Клевака Л.П. Досвід використання каністерапії в діяльності закордонних соціальних працівників. *Суспільство і особистість*

у сучасному комунікаційному дискурсі: матеріали II всеукраїнської наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 9-10 квітня 2020 р). Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2020. С. 33–38.

7. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. Національний інститут стратегічних досліджень. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentar-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viynu> (дата звернення 30.09.2023).

8. Реліз всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» . Укрінформ. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3695613-uzmezah-vseukrainskoi-programi-mentalnogo-zdorova-viznacili-prioritetni-proekti.html> (дата звернення 04.10.2023).

9. Тищенко А. Каністерапія – ефективний метод одужання. Надзвичайна ситуація+. URL: <https://ns-plus.com.ua/2019/04/05/kanisterapiya-efektyvnyj-metod-oduzhanny> (дата звернення 02.10.2023).

10. Burr M. Robotic animal-assisted therapy as a complementary therapy in clinical practice: Exploring animal-assisted intervention professional perspectives. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2023. Vol. 52. DOI: 10.1016/j.ctcp.2023.101767

11. Burr M. The influence of a therapy dog on a pediatric therapy organization: A mini ethnography. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 2020. Vol. 38. DOI: 10.1016/j.ctcp.2019.101083

12. Dunsmoor J.E. Laboratory models of post-traumatic stress disorder: *The elusive bridge to translation. Neuron*. 2022. Vol, 119, № 11. P. 1754–1776. DOI: 10.1016/j.neuron.2022.03.001

13. Gardianova I. The use of small animals – mammals, birds, fish in zootherapy. *Kontakt*. 2015. Vol. 17, № 3. P, 171–176. DOI: 10.1016/j.kontakt.2015.08.008

14. Hall D. Nursing Campus Therapy Dog: A Pilot Study. *Teaching and Learning in Nursing*. 2018. Vol. 13, № 4. P. 202–206. DOI: 10.1016/j.teln.2018.05.004

15. Miklosi A. What does it take to become ‘best friends’? Evolutionary changes in canine social competence. *Trends in Cognitive Sciences*. 2013. Vol. 17, № 6. P. 287–294. DOI: 10.1016/j.tics.2013.04.005

16. Sami Siva. Hero’s Companion: Canadian-led project uses dogs to combat mental health stigma in war-torn Ukraine. CBC News. URL: <https://www.cbc.ca/news/world/heros-companion-ukraine-conflict-therapy-dogs-1.3429261> (дата звернення 07.10.2023).

17. Sukhmanjeet K. M. Posttraumatic Stress Disorder. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559129/> (дата звернення 04.10.2023).