

BESZÁMOLÓ AZ EBADTA LEHETŐSÉGEK: KUTYÁS TERÁPIÁK AZ EGÉSZSÉGÜGYBEN MŰHELY- KONFERENCIÁRÓL A BCSLC SZERVEZÉSÉBEN, 2018. SZEPTEMBER 8. BUDAPEST

NÉMETH-BARNA Petronella

A Budai Családközpontú Lelki Egészség Centrum szervezésében 2018. szeptember 8-án került megrendezésre az *Ebadta lehetőségek: kutyás terápiák az egészségügyben* című műhelykonferencia a budapesti Szent János Kórház és Észak-budai Egyesített Kórházak Pszichiátriai és Pszichiátriai Rehabilitációs Osztályán.

A konferencia legfőbb célkitűzése az volt, hogy lehetőséget biztosítson az egészségügyben, illetve határterületein állatasszisztált terápiával, és állatasszisztált aktivitással dolgozó szakemberek találkozására, tapasztalataik megosztására, munkájuk bemutatására, továbbá a szakmai és személyes kapcsolatépítésre.

AZ ÁLLATASSZISZTÁLT FOGLALKOZÁSOK TÖRTÉNETE, TÍPUSAI ÉS FELHASZNÁLÁSI TERÜLETEI

Az első leírás állatok terápiába történő bevonásáról 1792-ből származik, amikor Angliában, Yorkban egy menedékhelyen pszichés zavarokkal küzdő betegek ellátását segítették haszonállatok bevonásával (Molnár és mtsai, 2015).

1919-ben egy mentálhigiénés program keretében alkalmaztak állatokat a washigtoni St. Elizabeth kórházban. Később a II. világháborúban megsérült katonák rehabilitációjának fontos helyszínei voltak már a kórházak mellett a hozzájuk tartozó farmok is. 1968-ban Boris M. Levinson pszichiáter megfigyelte, hogy gyorsabban és könnyebben tudott kapcsolatot teremteni pácienseivel, ha kutyája is jelen volt az üléseken. Ő később tudatosan is használni kezdte a rapport (azaz a segítő kapcsolat) kiépítésében a kutyák jelenlétét (Bánszky és mtsai, 2012). Sigmund Freud is hasonló megfigyeléseket tett saját kutyája kapcsán, akinek köszönhetően zárkózottabb páciensei is hamarabb megnyíltak a kezelés során (Zsoldos, 2017).

Az utóbbi évtizedekben egyre elterjedtebbé vált a különféle állatok bevonása a terápiás ellátásba. Számos esettanulmány és közlemény elérhető már a témában, azonban egyelőre kevés a valódi tudományos értékű kutatás, melyekkel igazolható lenne az állatasszisztált terápiák hatékonysága, és a hatások mikéntje (Bánszky, 2012).

Az állatok jelenléte számos jótékony hatással bír mind fizikai, mind emocionális, illetve szociális szempontból. Számos tanulmány kimutatta, hogy az áll-

latokkal együtt töltött idő, illetve simogatásuk normalizálja a légzésszámot és a szívverést, továbbá csökkenti a stresszmutatókat (a kortizolszintet, a vérnyomást és a pulzusszámot) (Barker és mtsai, 2005; Wu és mtsai, 2002, idézi Babos, 2013) és a pszichoszomatikus tünetek előfordulását (González-Ramírez, Ortiz-Jiménez, Landero-Hernandez, 2013). Anderson vizsgálatai szerint (1992, idézi Bánszky és mtsai, 2012) szignifikánsan alacsonyabb a társállattal együtt élő emberek vérnyomása. Allen és mtsai (1996, idézi Babos, 2013a) kísérlete alapján csökken a fájdalomérzet a saját háziállat jelenléte esetében. Marcus (2013) az endorfinszint növekedéséről számol be a vizsgálati személyeknél, illetve felveti, hogy a tükroneuron-aktivitás, a kutyák részéről pedig a szagláson keresztül történő zavarfelismerés is fontos aspektusa lehet a segítő kutyák és a kliensek kapcsolatának.

A kutyák képesek arra, hogy felismerjék az emberi érzelmeket, és ennek megfelelően alakítsák viselkedésüket. Ennek köszönhetően vigaszt nyújtanak, elősegítik a komfort- és a biztonságérzet kialakulását. Segítik a spontán érzelme kifejezést (Perelle és Granville, 1993, idézi Babos, 2013), szorongáscsökkentő hatású a jelenlétük (Wells, 2009, idézi Babos, 2013a).

Az állatok csökkentik a magány érzetét azáltal is, hogy társaságot biztosítanak az emberek számára. Emellett növelik a szociális láthatóságot is. Megkönnyítik az új kapcsolatok kialakítását, témát adnak a beszélgetéshez. Az állatok társaságában mutakozó személyt általában megközelíthetőbbnek gondolják (Paden Levy, 1985; Beck, Meyers, 1996, idézi Bánszky és mtsai, 2012; McNicholas et al. 2005, idézi Virués-Ortega et al. 2012).

A gondoskodás által az állatok mellett megélhető a kompetenciaérzés. Gyerekek esetében egy állattal való kapcsolat sokkal egyértelműbb és átláthatóbb szabályok szerint működik, így ezek a helyzetek több lehetőséget adnak a jól működő szociális készségek megerősítésére, és a hiányosak kialakítására, fejlesztésére (Babos, 2013a). A terápiás állattal biztonságos kötődés alakítható ki, illetve egészségesebb kapcsolati minták a korábbi sérült helyett (Zilcha-Mano, Mikulincer, Shaver, 2012).

A terápiás folyamatba gyakorlatilag bármilyen állat bevonható, az egyetlen kizáró tényező az agresszió. Leggyakrabban kutyákat és lovakat alkalmaznak ilyen céllal. Rájuk szigorú szabályozás vonatkozik. Csak terápiás vizsgát letett és érvényes egészségügyi igazolással rendelkező állatok vehetnek részt terápiás foglalkozásokon. Külföldön elterjedt a delfinterápia, gyakori a farmparópia, illetve az egyéb állatok bevonása is a kezelésbe, pl.: rágsálók, nyulak, madarak (Bánszky és mtsai, 2012; Berget et al, 2011).

Az etikai és jogi megfontolások figyelembevétele is rendkívül lényeges az állatok részvételével történő intervenciók tervezésekor. Fontos biztosítani az állatok pihenési, fizikai és egészségügyi szükségleteinek megfelelő körülményeket a foglalkozások során és azokon kívül is (Babos, 2013b).

Az állatok bevonásával végzett foglalkozások legfőbb típusait a következő rövidítések jelölik: AAI, AAA, AAP/AAE, AAT (ld. 1. táblázat).

Az AAI (Animal Assisted Intervention), állatasszisztált intervenció jelöl minden olyan terápiás vagy fejlesztő beavatkozást, amely állat bevonásával történik (Molnár és mtsai, 2015).

Az AAA (Animal Assisted Activity), állatasszisztált aktivitás a legáltalánosabban használt kifejezés. Nem feltétele, hogy szakember vezetésével történjen, illetve, hogy dokumentáció készüljön a folyamatról. Általában nincs kezelési cél kijelölve, a legfőbb szempont, hogy a kliensek életminősége javuljon az állatokkal történő kapcsolaton keresztül, így javítsa a hangulatukat, oldja a magányérzetüket, új élményeket biztosítson, és elterelje a figyelmet az aktuális problémákról. Ebbe a csoportba tartoznak a látogatói programok például egy idősek otthonába, illetve a gyermekek számára az olvasással kapcsolatos szorongás oldását célzó olvasóprogramok (Molnár és mtsai, 2015; Bánszky és mtsai, 2012).

Az AAP/AAE (Animal Assisted Pedagogy/ Animal Assisted Education), állatasszisztált pedagógia, oktatás az állatok pedagógiai munkába történő bevonását jelenti, olyan pedagógus segítségével, akinek speciális ismeretei vannak az adott állattal kapcsolatban (Molnár és mtsai, 2015).

Az AAT (Animal Assisted Therapy), állatasszisztált terápia más terápiákhoz hasonlóan előre meghatározott cél elérésére fókuszál. A változást, a fejlődést nyomon követik a folyamat során. A terápiás intervenció a kliens, a terapeuta, és az állat, mint koterapeuta részvételével történik. A terapeuta egészségügyi vagy humán végzettségű szakember lehet (Molnár és mtsai, 2015).

A SZEPTEMBERI MŰHELYKONFERENCIA

A műhelykonferencia a Budai Családközpontú Lelki Egészség Centrum szervezése keretében valósult meg. A helyszínt a budapesti Szent János Kórház és Észak-budai Egyesített kórházak Pszichiátriai és Pszichiátriai Rehabilitációs Osztálya biztosította. A jó hangulatot és a konferencia élményszerűségét két, az osztályon dolgozó terápiás kutya jelenléte teremtette meg. Az előadásokból kiderült, hogy országszerte számos nagyobb kórház pszichiátriai osztályán valamilyen formában már működik állatasszisztált terápia (AAT).

A konferenciát *Prof. Dr. Kurimay Tamás*, osztályvezető főorvos köszöntője és bevezető előadása nyitotta meg, aki a kutyák, illetve az egyéb házkörüli állatok folyamatos, kezdetektől jelen lévő együttéléséről beszélt az emberekkel és a családokkal. Ennek következtében ők a betegeket körülvevő legközvetlenebb szférát is képviselik. Természetes módon is részt vesznek gazdáik életében akár a jó, akár a nehéz élmények megélése és feldolgozása során. Kitért arra, hogy bár egyelőre aránylag kevés tudományos cikk elérhető a témában, mégis a családterápiás irodalom egy fontos cikkének tekinthető F. Walsh 2009-es írása, aki ír

a háziállatok kiemelkedő szerepéről a családok életében, jelenlétükről a kapcsolati dinamikában, illetve a terápiába vonásuk előnyeiről. Kurimay professzor úr kiemelte, hogy a Budai Családközpontú Lelki Egészség Centrum tervezi, hogy a későbbiekben további konferenciákat, illetve CME pontos rendezvényeket is szervez majd, melyekről elsősorban saját: „Állatasszisztált terápiákról” elnevezésű facebook oldalukról tájékozódhatnak az érdeklődők.

A délelőtti szekcióban négy előadás hangzott el, melyeket kerekasztal megbeszélés követett. A megnyitó utáni első előadó *Dr. Kőpájer Gabriella és Fenyves Tamás* voltak, akik a Szent János Kórház Pszichiátriai Osztályán folyó kutyás terápiás csoportok tapasztalatait mutatták be. Az Állatasszisztált Terápiás Munkacsoport 2017 eleje óta működik, Prof. Dr. Kurimay Tamás védnöksége alatt. Hat szakemberből áll: klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, pszichiáterek, gyógytornász és diplomás ápoló. A foglalkozások három terápiás kutya részvételével valósulnak meg. Kiemelték, hogy bár már sok cikk elérhető az állatok bevonásával történő terápiákkal kapcsolatban, nagyon kevés a valid kutatáson alapuló, mely választ adna arra, hogy az általános pozitív hatásokon kívül, és amellet, hogy örömet okoz résztvevőnek és terapeutának egyaránt, hatékony-e, illetve pontosan mitől és milyen módon az. Módszertani nehézséget okoz a kontroll csoport kialakításának problematikussága, illetve az állatok heterogenitása.

Az eseteírások és beszámolók mellett egyre több az evidence based és a randomizált kontrollált vizsgálat is. Biztató eredmények vannak a biofiziológiai mutatókra kifejtett pozitív hatásokkal kapcsolatban (oxytocin termelődik, kortizolszint csökken állatok jelenlétében az intervenció során). Az osztály munkacsoportja tervezi saját, lehetőség szerint randomizált kontrollált vizsgálat elindítását is, mely előkísérleti szakaszban jár. Keresik ebben az együttműködési lehetőséget más kollégákkal, intézményekkel is. A kutatás és a terápiás csoportok során is lényegesnek tartják nemcsak a vizsgálati alanyok, hanem az állatok, mint segítő társak védelmét is. Mérhető a kutyák jólléte, és esetleges kiégése is.

Az osztályon folyó kutya-asszisztált terápiás csoportokban az érzelmi bevonódást, a szociális skillek és a kognitív képességek aktiválását lehet mérni. Kétféle csoport működik, az egyik fő célkitűzése az önbizalom javítása affektív vagy szorongásos zavarban, illetve személyiségzavarban szenvedő pácienseknél. A másik egy énépítő csoport pszichotikus betegek számára, ahol a kutya a realitáskontroll megszilárdítását, a hatékonyabb kapcsolatépítést, illetve a figyelemelterelést segíti. A kutyák jelenléte az osztályon a dolgozókra is pozitív hatást gyakorolnak, így esetükben az állatasszisztált aktivitás (AAA) előnyei is felhasználhatóak pl.: a hangulat javítása, a személyközi kapcsolatok segítése, és a munkában megfáradás élmény csökkentése.

Pieke Noémi izgalmas esetpéldákkal szemléltetve mutatta be az általa kidolgozott kapcsolatközpontú állatterápia működését elsősorban autizmus spektrumzavar diagnózissal rendelkező gyermekek esetében. Saját praxisában elsősorban 5-12 éves magas intellektusú autista gyermekekkel dolgozik pszichiáterrel

együttműködve. Egyik legnagyobb nehézséget esetükben az jelenti, hogy nem képesek megfelelően felismerni sem a saját, sem mások érzelmeit, így ezeket kezelni sem tudják kellőképpen. Részben e mentalizációs deficitből származó frusztráció miatt is gyakoriak a dühkitörések.

Az indulatáttételi működést és az állattal történő közvetlenebb kapcsolat kialakulását véleménye szerint jobban elősegíti, hogy az általa vezetett foglalkozások során a terapeuta és a felvezető személye ugyanaz. Átláthatóbb ilyen módon, hogy a kutya viselkedésére hogyan hat a kliens. Az állat projekciós felületként is megjelenik a terápia során. A kliens kapcsolati működésmódjai – a kutyával való interakcióinak fényében – közösen tudatosíthatóvá, megérthetővé és szükség esetén fejleszthetővé válhatnak. Központban a kliens és az állat érzelmei, illetve ezek kihangosítása áll.

A kezelés hatására mérhető változások következnek be a gyermekeknél, például kevesebb gyógyszerre lesz szükségük, illetve csökken a dühkitörések gyakorisága, melyet a pedagógiai vélemények is alátámasztanak. A bemutatott esetek közül egy kisfiú, aki agresszióval és kezelhetetlen dühkitöréssel reagált számára félelmetes hétköznapi helyzetekre, képessé vált konstruktív módon kijelölni saját határait, és verbalizálni félelmeit, illetve szándékait. Egy másik esetben egy tengerimalac bevonásával fokozatosan elérhető volt egy nyugodt, ellazult állapot kialakítása már csupán a begyakorolt relaxációs szöveg és az imaginációs helyzet segítségével, akkor is, ha a malac nem volt ott élőben a félelmetes és ingerekkel elárasztott helyzetben, például a tömegközlekedés során.

Dr. Somogyi Szilvia dupla előadással készült, mivel egyfelől a Semmelweis Egyetem Pszichiátriai Osztályán orvosként részt vesz az állatasszisztált terápiai foglalkozások vezetésében, emellett habilitációs kutyakiképzői képesítéssel is rendelkezik, így a kiképzés mikéntjéről, és érdekes etológiai kutatási eredményekről is beszámolt a délelőtti blokk zárásaként. Az állatasszisztált terápiai magyarországi jogi szabályozása az egészségügyi intézményekre vonatkozóan hiányos, mivel utóbbiak nem szerepelnek az alkalmazás lehetséges területei között. Az idáig publikált kutatások, melyek az AAT pszichiátriai vonatkozásaival kapcsolatosak, elsősorban az autizmussal élő páciensekkel és az idős betegekkel összefüggésben számolnak be tapasztalatokról. Ezek a vizsgálatok azonban módszertani hiányosságok miatt nem következetesek. A Semmelweis Egyetem Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikáján a Nappali Kórházi részlegen dolgoznak két terápiai kutya bevonásával, Nelsonnal és Zsebivel. Főként krónikus pszichiátriai betegek alkotják a csoportokat: szkizofrén, bipoláris, szkizoaffektív zavarban szenvedők, míg a neuropszichiátriai osztályon demens betegekkel foglalkoznak. Tapasztalataik alapján a legfőbb változás a hangulat javulásában, továbbá elsősorban a nonverbális kommunikációs készségek fejlődésében érhető tetten.

A második előadás a terápiai kutya ismérveiről szólt. A kutyát az emberrel összekötő hosszú közös evolúciós múltja teszi elsősorban alkalmassá arra, hogy terápiai állat legyen. Bemutatásra került a terápiai kutyává válás folyamata saját

kutyája példáján keresztül a kiválasztástól a megfelelő szocializáció és a képzés, illetve végül a vizsgáztatás feltételéig.

Az első blokkot lezáró kerekasztal beszélgetés a délelőtti szekció előadóival zajlott. Fő témaként jelent meg az a kérdés, hogy vajon miért fogadnak el jobban egy állattól érkező visszajelzést a kliensek, mint egy embertől érkezőt. Egyfelől elhangzott a nem mindig fogadják el jobban szempontja, azonban megfigyelhető, hogy gyakran valóban mégis könnyebb így, mivel egy állat részéről nem feltételeznek rivalitást, hátsó szándékot. Az az alapfeltevés, hogy őszintébbek, emellett azonnal reagálnak az érzelmi változásra, nem büntetik a korábbi viselkedéséért az embert. A kutyával, az állattal, mindig egy teljes itt és most történő folyamat látható és érthető meg közösen, nem csak annak egy része, amit a kliens tudatosít vagy megoszt a terapeutával. A kutyával a terhelt emberi kapcsolatokhoz képest tiszta lappal lehet kezdeni. Minden esetben fontos azonban a betegek állapotának figyelembe vétele, és a döntés meghagyása azzal kapcsolatban, hogy részt tudnak-e, és akarnak-e venni egy ilyen jellegű terápián.

Az ebédszünet elég hosszú volt ahhoz, hogy érdekes szakmai beszélgetésekre, és kapcsolatépítésre is jusson idő. Majd a délutáni blokk három előadásával folytatódott a konferencia.

A Debreceni Egyetem Klinikai Központ Pszichiátriai Klinikájának képviselőjében *Kovács Mária* tartott előadást a terápiás kutyák kiképzésével kapcsolatban. A kutyák és az emberek időszámításunk előttre visszanyúló szoros kapcsolatának bemutatása, a házasítás és az egymáshoz közel élés kölcsönös előnyeinek részletezése után, kitért a terápiás kutyák kiválasztásánál 2-10 napos korukban alkalmazott speciális próbák ismertetésére is. Kiemelte, hogy bármilyen fajta kutyából válhat terápiás kutya, azonban az egyéniség rendkívül fontos. Szükséges ingereket is el kell tudniuk viselni (pl.: hirtelen, magas hangokat, mozdulatokat, érintéseket), nem mutathatnak agresszív megnyilvánulásokat. A kiképzés számos különféle módszerrel történhet, minimum egy éven keresztül. Egy-egy tanítási fázis optimális hossza 10-15 perc, melyeket érdemes mindig a legjobb teljesítménynél abbahagyni, és extra jutalommal díjazni érte a kutyát. A vizsgaszabályzatot a 27/2009. (XII. 3.) SZMM rendelet tartalmazza. Az előírt egészségügyi vizsgálatok teljesítése mellett, a terápiás kutyák vizsgálja két részből áll: egy 12 feladatot tartalmazó temperamentum vizsgából, melyet a későbbiekben egy konkrét terápiás helyzetben végigvitt feladatsor végrehajtását megkívánó második vizsga követ. Mindkét helyzetben a felvezető és a kutya együtt vizsgálják.

A második előadást szintén a Debreceni Klinika képviselőjében *Dr. Glaub Teodóra* tartotta, aki az állatasszisztált terápiák rövid történetének bemutatása után, kitért az AAA és az AAT foglalkozások különbségeire. Kiemelte, hogy a kutyák azért alkalmasak különösképpen arra, hogy pszichiátriai betegekkel dolgozzanak, mert képesek gesztusokat is megtanulni, illetve megérteni, első sorban emberekhez kötődnek, emocionális szinkronizációs képességgel bírnak,

továbbá más állatokkal ellentétben előbb tanulnak az embertől, mint próba-szerencse alapon. Ezután a Pszichiátriai Klinikán folyó kutya-asszisztált terápiás munkáról és vizsgálati eredményeikről beszélt. Depressziós és szkizofrén betegekkel álló csoportokkal vették fel a Spielberger-féle Állapotszorongás kérdőívet (STAI) a kutya-asszisztált terápiás foglalkozások elején és végén. Nemtől és diagnózistól függetlenül azt találták, hogy mindkét csoportban szignifikáns mértékben csökkent a szorongásszint a foglalkozások végére, emellett legalább néhány ponttal az egyes foglalkozásokon mért pontszám is következetes csökkenést mutatott. A betegek pozitívabban kezdtek el egymással kommunikálni, emellett titkokat, bizalmas információkat is megosztottak a kutyaival. A pozitív élmény közös megélése kedvezőbb orvos-beteg kapcsolatot eredményezett. Összehasonlítva a mindfulness és a kreatív terápiás csoportokkal, vizsgálataik szerint egyenértékű szorongáscsökkentő hatással bír a kutya-terápia, mely így alternatívát jelenthet a farmakoterápia mellett is.

A délutáni szekciót *Dr. Gombási Dóra* előadása zárta, aki érdekes videó anyagokkal demonstrálta a Pécsi Tudományegyetem Klinikai Központjában folyó állatasszisztált terápiás munkát. Akut ellátásban alkalmaznak kutya-terápiát 2017 óta részben időseknél kognitív és mozgásfejlesztés, részben pedig szorongásos zavarral küzdő, illetve depressziós betegeknél szorongáscsökkentés és az interakciók javításának céljából. Számos konkrét feladatötletet is ismertetett mindkét csoport esetében. Pszichotikus és szkizoaffektív pácienseknél megfigyelték, hogy személyes emlékeket is előhoz bennük a kutyákkal való munka, melyekkel később terápiásan jól lehet tovább dolgozni. Segít a saját és mások igényeire való odafigyelésben, emellett a terapeuták számára hasznos információ nyerhető abból, ahogy a csoporttagok viselkednek a foglalkozások alatt.

Kiemelte, hogy kutatási eredmények szerint az állatasszisztált terápia hatására az embereknél megfigyelhető pozitív élettani változások egy része a kutyáknál is kimutatható, azonban ezzel együtt időnként a kortizolszint emelkedése is, mely utalhat a helyzet munkajellegére, ami stresszel is járhat számukra. Ezért nagyon fontos a nyugodt környezet és a pihenés biztosítása.

A délutáni előadások után is egy kerekasztal beszélgetés következett, mely során a résztvevők konkrét feladatokkal kapcsolatban tettek fel kérdéseket. Az előadók egyetértettek abban, hogy mindig a csoporttagok állapotától és a célkitűzésektől függ a foglalkozástervek összeállítása. Más típusú gyakorlatokat lehet egy felépített, zárt csoport különböző szakaszaiban bevezetni, mint egy nyitott csoport során. Felmerült annak a kérdése, hogy a kutya is élőlény, saját állapottal rendelkezik, így egyfelől felvezetőként fontos lehet tudni, hogy mikor mivel motiválható, másfelől páciensként lényeges visszajelzés lehet, hogy például kinek miért nem csinálta meg elsőre a kért feladatot a kutya. Ennek megértésével a mentalizációs készségek fejleszthetőek jól.

Összességében elmondható, hogy a műhelykonferencia igényes program összeállítását biztosította a résztvevők számára. Számos hasznos elméleti és gyakor-

lati információ hangzott el az állatasszisztált terápiákkal kapcsolatban. Kiderült, hogy országszerte több, nagyobb térség pszichiátriai ellátásában már jelen van ez a terápiás forma, és úgy tűnik, hogy nagyon sok pozitív hatást gyakorol mind a páciensekre, mind a terapeutákra az állatok jelenléte, illetve professzionális bevonásuk a kezelésbe. A konferencia során lehetőség volt a téma iránt érdeklődők, és a módszerrel már dolgozó szakemberek eszmecserejére, továbbá megismerkedésére. Remélhetőleg még sok hasonlóan színvonalas rendezvény kerülhet megrendezésre, és egyre többen részesülhetnek állatasszisztált terápiát is bevonó kezelésben mind az egészségügyben, mind pedig a határterületek esetében.

Köszönöm a konferencia előadóinak, hogy prezentációjuk kivonatát a rendelkezésemre bocsátották a cikk elkészítéséhez!

HIVATKOZÁSOK

- Babos E (2013a) Állatasszisztált terápia – Módszertani előtanulmány óvodáskorú gyerekek kutyával történő fejlesztésére. In *Alkalmazott Pszichológia*. 13 (3): 59-81.
- Babos E (2013b) Állatasszisztált terápia a tanácsadásban. In *Alkalmazott Pszichológia*. 13 (3): 85-87.
- Bánszky N., Kardos E., Rózsa L., Gerevich J. (2012) Az állatok által asszisztált terápiák pszichiátriai vonatkozásai. In *Psychiatria Hungarica*. 27 (3): 180-190.
- Bergt, B., Ekeberg, O., Pedersen, I., Braastad, B. O. (2011) Animal-Assisted Therapy with Farm Animals for Persons with Psychiatric Disorders: Effects on Anxiety and Depression, a Randomized Controlled Trial. In *Occupational Therapy in Mental Health*. 27:1, 50-64.
- González-Ramírez, M. T., Ortiz-Jiménez, X. A., Landero-Hernandez R, (2013) Cognitive- Behavioral Therapy and Animal-Assisted Therapy. Stress Management for Adults. In *Alternative and Complementary Therapies*. 19 (5): 270-275.
- Marcus, D. A. (2013) The science behind animal-assisted therapy. In *Current Pain and Headache Reports*. 17: 322.
- Molnár M., Rudolf Zs., Szalai K., Takács I. (2015) *Állatasszisztált pedagógia és terápia*. Kaposvári Egyetem Pedagógia Kar. Kaposvár.
- Virués-Ortega, J., Pastor-Barriuso, R., Catellote, J. M., Población, A., Pedro-Cuesta, J. (2012) Effect of animal-assisted therapy on the psychological and functional status of elderly populations and patients with psychiatric disorders: a metaanalysis. In *Health Psychology Review*. 6:2, 197-221.
- F. Walsch (2009) Human-animal bonds. In *Family Process*, 48, 481-499.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2012). Pet in the therapy room: An attachment perspective on Animal-Assisted Therapy. In *Attachment and Human Development*. 13:6, 541-561.
- Dr. Zsoldos A. (2017) *Állat-asszisztált terápia*. <http://gyogyhirek.hu/allat-asszisztalt-terapia-i/> (utolsó letöltés: 2018.10.28.)

1. táblázat. Az állatasszisztált foglalkozások típusai

Rövidítés	Teljes elnevezés	Szakember igény	Főbb jellemzői
AAI	Animal Assisted Intervention = állatasszisztált intervenció	A foglalkozás típusától függ	Minden fajta állatok bevonásával történő terápiás vagy fejlesztő foglalkozás.
AAA	Animal Assisted Activity = állatasszisztált aktivitás	Nincs	Nem feltétele a dokumentálás, célja az életminőség javítása, pl.: látogatói, olvasó programok
AAP/AAE	Animal Assisted Pedagogy / Animal Assisted Education = állatasszisztált pedagógia, oktatás	Van: pedagógus	Állatok bevonása a pedagógiai munkába.
AAT	Animal Assisted Therapy = állatasszisztált terápia	Van: egészségügyi vagy humán végzettségű	Meghatározott terápiás cél elérésére irányul, a fejlődést dokumentálják.