Эмоциональные и функциональные состояния владельцев домашних животных (по сравнению с людьми, у которых нет домашних животных)

На данный момент существует множество видов психотерапии, и среди этого многообразия можно выделить так называемую натуртерапию - использование природы в качестве самостоятельного терапевтического метода, в которой искусство и природа выступают как терапевтический фактор. Психологи и психотерапевты выделяют в качестве самостоятельной части натуртерапии анималотерапию, которую можно определить как вид психотерапии, использующий животных и их образы для оказания психотерапевтической помощи [1]. Впервые о том, что животные способны исцелять людей, упоминал в своих трудах еще Авиценна.

Этот вид оказания психологической помощи получил довольно широкое распространение за рубежом и начал применяться в России [2]. Так, проводимые в Швейцарии и в Нью-Йорке Международные конференции «Взаимодействие людей и животных» привлекают все большее внимание и отмечены все большим участием со стороны психологов и психотерапевтов.

Исследователи, изучающие взаимодействия между людьми, животными и естественной средой, находят очень сложным переоценить значение животных в жизни людей. Согласно ежегодному исследованию, проведенному Институтом кормов для домашних животных (Pet Food Institute, PFI), в 2002 г. численность домашних кошек и собак в США существенно выросла и составила 137,5 млн животных. Причем количество домашних кошек достигло наивысшей отметки 76,8 млн животных, а количество собак - 60,7 млн. В результате исследования было установлено, что кошку или собаку содержат 55% американских семей. При этом 15% семей являются владельцами одновременно и кошки, и собаки [4]. В 1991 году в рамках проекта «Надежда» в Англии выявилось, что даже бездомные люди часто умудряются обеспечивать своим животным надлежащий уход за то тепло и принятие, которое они получают взамен и которое является очень важным для этих людей.

Значение животных для самочувствия людей становится все более очевидным. Это особенно важно в современных условиях: никогда прежде такое количество людей не было лишено здоровых взаимоотношений с окружающими. Все больше людей живет в одиночестве, многие семейные пары решают не заводить детей, а многие разводятся. Большинство родителей работает, зачастую далеко от дома, а дети в основном проводят время в детском саду, школе, а дома чаще всего смотрят телевизор или играют в компьютерные игры. Это приводит ко все возрастающему числу депрессий, стрессовых состояний, одиночества и к различным заболеваниям у значительной части нашего общества. И в этой ситуации, считают многие психологи и психотерапевты, может помочь общение с животными и основанная на этом терапия. Проведенные исследования в Хорватии, направленные на выявление психологического благополучия детей, показали, что 98% детей считают своих животных очень важными членами семьи, а 88% детей уверены, что животные понимают, когда их хозяева болеют или расстроены [3; 5]. Исследования, проведенные в Америке, показали, что в 70 домах для престарелых, где было разрешено пребывание животных, старики, страдавшие депрессией или отвергавшие любой вид общения, полностью меняли характер, начинали участвовать в общественной жизни, завязывали дружеские отношения с другими жителями дома, с которыми прежде не контактировали. Доказано, что, например, собаки улучшают познавательные функции у пожилых людей и удивительно улучшают их здоровье [6].

Наше исследование было направлено на выявление различий в эмоциональных и функциональных состояниях владельцев домашних животных и людей, у которых их нет. Выборка состояла из 60 человек (30 людей, у которых есть домашние животные и 30 людей, у которых нет домашних животных), из них 27 - женского пола, 33 - мужского пола. Возраст испытуемых в среднем равен 32 года, возраст самого младшего испытуемого – 20 лет, самого старшего – 79 лет. Для исследования эмоциональных и функциональных состояний был выбран опросник САН (Самочувствие. Активность. Настроение.), который проводился 3 раза в неделю: в начале, середине и конце недели.

Обработка результатов производилась с помощью непараметрического критерия U-Манна-Уитни. В ходе ее было выявлено, что эмоциональные и функциональные состояния у владельцев домашних животных на протяжении всей недели (как в начале, так и в середине, так и в конце) выше, чем у людей, у которых нет домашних животных. Это может быть связано с получением удовольствия от прогулки, ухаживания за своим питомцем или просто созерцания его. Также было выявлено, что на различие функциональных и эмоциональных состояний владельцев домашних животных и людей, у которых нет домашних животных, не влияет такой показатель как возраст и пол.

Литература:

1. Агафонычев, В. Анималотерапия. Усы, лапы, хвост – наше лекарство // В. Агафонычев. – СПб.: Наука и Техника, 2006. – 304 с.
2. Анималотерапия - наши животные нас же и лечат. – 2001. http://www.potrebitel.ru
3. Видовик, В.В. Животное в доме и социальное и эмоциональное развитие школьников // В.В. Видовик, В.В. Стетик, Д. Братко / *Anthrozoos*. - Т. 12, № 4. – 1999 г. – с. 211-217.
4. США: количество кошек в стране достигло рекордной отметки. - 2002. [http://www.priroda.org/eco/print.asp?mon=0303&name= 80303\_003.](http://www.priroda.org/eco/print.asp?mon=0303&name=%2080303_003.%20)
5. Топлиз, С. Влияние животных в доме на социальное развитие детей // С. Топлиз, A. Maцак и др. / Материалы 7-й Международной конференции по взаимодействию людей и животных, здоровью и качеству жизни. – Женева, 1995. – с. 62-65.
6. Четвероногие доктора или Что такое пет-терапия. – 2004. http://www.Medinfo.ru