

Собаки, лошади и аутизм: что такое терапия с помощью животных?

Обзор данных научных исследований за и против терапии аутизма с помощью общения с животными

Источник: [Interactive Autism Network](#)



В жизни человека с хроническим заболеванием или инвалидностью животные могут играть несколько ролей, главным образом, они могут поднимать настроение или защищать от возможного вреда. Также предполагалось, что различные животные, от собак до дельфинов, могут предоставлять реальную терапию. Например, утверждалось, что они могут уменьшить эмоциональный стресс, облегчить физическую боль, уменьшить пульс и кровяное давление, улучшить моторные и когнитивные навыки, а в случае с аутизмом уменьшить стереотипное поведение, сенсорную чувствительность и повысить желание и способность к социальным контактам с окружающими.

Что же нам известно о животных их возможном влиянии на жизнь человека с расстройством аутистического спектра (РАС)? В этой статье мы обсудим существующие на данный момент исследования терапий с использованием животных, как в целом, так и применительно к РАС. Мы также рассмотрим вопрос об использовании служебных собак семьями, где есть ребенок с аутизмом.

**Взаимодействие животного и человека: не просто
новый опыт**

Потискать щенка, поскакать на лошади, поплавать с дельфином — без сомнений все это может стать запоминающимся и обогащающим жизнь опытом для любого человека, в том числе и для человека с инвалидностью. Однако с давних пор бытуют утверждения, что взаимодействие с животными и уход за ними может улучшить состояние человека с инвалидностью или болезнью. В 1859 году, Флоренс Найтингейл, основательница современного сестринского дела, писала: «Маленький питомец часто становится прекрасным компаньоном для больного, особенно в хронических случаях. Порою у инвалида, годами заточенного в стенах своей комнаты, нет другой отрады, кроме птички в клетке. Если он может сам кормить животное и убирать за ним, то его всегда надо поощрять к этому». С тех пор прошло полтора века, и ученые исследуют возможные преимущества взаимодействия животных и человека, в том числе питомцев, программы посещения животных и терапию с использованием животных. Есть исследования, утверждающие, что взаимодействие с животными может уменьшить восприятие физической боли, а также оказывает положительное влияние на такие факторы как кровяное давление и пульс, равно как и на психологические факторы, такие как тревожность или депрессию, и социо-психологические факторы, такие как одиночество. Кроме того, исследования предполагали, что взаимодействие с животными может уменьшить нервное возбуждение и агрессию, а также улучшить социальное взаимодействие и способность выполнять бытовые задачи у людей с болезнью Альцгеймера, деменцией и шизофренией.

Если учесть подобные потенциальные преимущества, то не приходится удивляться, что программы посещения животных и терапия с ними используется для самых разных групп населения от детей до престарелых граждан в самых различных учреждениях, от интернатов до больниц и тюрем. В результате, терапия с помощью животных превратилась в новую область и предмет интереса как врачей, так и специалистов в области психического здоровья.

Однако те, кто интересуется данной областью, всегда разделяют досуг с участием животных, например, когда волонтер приводит собаку в дом престарелых, и терапию с участием животных, которую проводит специально подготовленный специалист и обученное животное, и которая направлена на решение конкретных задач у конкретной группы пациентов.

РАС и терапия с помощью животных

В отношении методов с использованием животных было много громких заявлений, но среди них есть одно, особенно важное для родителей детей с аутизмом — предположение о том, что животные могут помочь в

установлении социальных связей. Даже первые попытки использовать собак для терапевтических целей были связаны с детьми с аутизмом.

Как пишет исследователь Ольга Соломон: «Признание потенциала животных в качестве партнеров по коммуникации для детей с аутизмом было, пожалуй, причиной начала использования терапевтических собак более 50 лет назад. Впервые предположение, что игровое взаимодействие с собаками может улучшить социо-коммуникативные способности детей с аутизмом, высказал Борис Левинсон, детский психиатр в медицинской школе Йешивы-университета, во время встречи Американской психологической ассоциации в 1960 году... В своей книге «Психотерапия, ориентированная на питомцев» Левинсон писал, что «собаки, видящие сердцем» могут улучшить эмоциональное здоровье детей с аутизмом».

Доктор Соломон провела два глубинных исследования случаев детей с РАС, которые взаимодействовали с терапевтическими или служебными собаками. Она решила изучать воздействие собак на детей с аутизмом после того, как к ней обратился отец маленькой девочки с аутизмом и умолял ее продать ему собаку. Девочка встретила собаку доктора Соломон в парке, и та побудила ее к спонтанной игре — девочка начала бросать собаке фрисби, смеяться и в целом держалась совсем не так, как обычно. Случай подтолкнул Соломон к идее о том, что, возможно, «что-то в социальном поведении и особенностях собачьих вовлекает детей с аутизмом в общение так, как не под силу другим людям». Она говорит, что собаки не только привлекают к себе внимание человека, они настоятельно его требуют. Например, собака может принести ребенку фрисби, и если он проигнорирует ее, собака может подкинуть фрисби, залаять или иначе потребовать ответной реакции. При этом для взаимодействия с собакой не нужно понимания речи или сложных социальных правил, характерных для людей.

Другие исследователи тоже задавались вопросом: могут ли дети с РАС улучшить свои социо-эмоциональные навыки в результате взаимодействия с собаками. В предварительных данных исследования терапии с помощью животных среди 12 аутичных детей Лорел Редерфер и Джоан Гудман отмечают «значимое увеличение просоциального поведения и параллельное снижение погруженности в себя в результате контакта с дружелюбной собакой. Дети реже проявляли поведение, характерное для аутизма (например, рассматривание рук, мычание и кликающие звуки, вращение предметов, повторяющиеся прыжки, бесцельное блуждание), и чаще демонстрировали социально приемлемое поведение (например, присоединялись к простым играм с терапевтом, инициировали совместные занятия, давая терапевту шарики для

надувания, мячи, протягивая руки для объятий или дружески имитируя действия терапевта)».

Исследователи из колледжа ветеринарной медицины при Университете штата Вашингтон сравнили позитивное социальное поведение 10 детей с РАС в присутствии терапевта и мяча, игрушечной плюшевой собаки и настоящей собаки. Они обнаружили, что дети с РАС «больше играли, были больше сосредоточены и больше обращали внимание на социальное окружение в присутствии терапевтической собаки». В присутствии собаки дети чаще трясли кистями рук, но ученые считают, что это было проявлением радости с их стороны. В присутствии собаки они также чаще и дольше смеялись.

Терапевтическая верховая езда или иппотерапия давно применяется для развития определенных физических способностей, например, контроля над головой и туловищем, у людей с такими видами инвалидности как церебральный паралич. Иппотерапии для детей с РАС было посвящено крайне мало исследований, но все они касались возможного влияния на социальное развитие. Например, японское исследование по «психо-образовательной верховой езде» среди 4 детей с первазивными нарушениями развития утверждает, что верховая езда улучшала навыки имитации, эмоциональной экспрессии, контакта глазами и другие. Американское исследование, проведенное в центре иппотерапии среди 34 детей с РАС обнаружило, что «терапевтическая верховая езда среди аутичных детей приводила к улучшению сенсорного поиска, сенсорной чувствительности, социальной имитации, улучшала внимание, уменьшала отвлекаемость и малоподвижность».

Проблемы с исследованиями терапии с помощью ЖИВОТНЫХ

Идея о том, что контакт с животным может облегчить физические, психические и социальные трудности, выглядит привлекательно, однако до сих пор нет убедительных доказательств, что конкретные вмешательства с помощью конкретных животных могут привести к достижению конкретных целей для конкретной группы пациентов. Хотя многие исследования или программы терапии с помощью животных утверждают, что она приводит к значительному улучшению, практически все эти исследования проводились в маленьких группах, в очень разных условиях и среди людей с очень разными заболеваниями и потребностями.

В результате, терапия с помощью животных кажется очередной претензией на панацею, что уменьшает доверие к ней. Несмотря на веру в такую терапию со стороны многих пациентов и адептов, страховые

компания вряд ли будут оплачивать ее до тех пор, пока более достоверные научные исследования не продемонстрируют, какой именно тип терапии с помощью животных, в каких именно условиях и в течение какого именно времени помогает каким именно пациентам. Нужны доказательства, чтобы оправдать распространение как программ посещения животных, так и терапии с помощью животных.

Программы, которые подвергаются наиболее жесткой критике, имеют меньше всего доказательств, но раздают самые громкие обещания. Хороший пример такой программы — так называемая дельфинотерапия. В своей статье для Вашингтон-пост Кэтрин Эллисон отмечает: «Ваш ребенок страдает от ДЦП? Синдрома Дауна? Аутизма? Травмы коленной чашечки? Потери смысла жизни? Если да, то вам нужны лишь одна-две недели и несколько тысяч долларов — растущая и сомнительная глобальная группа предпринимателей утверждает, что они решат все эти проблемы простой близостью с дельфинами».

Критика исследований дельфинотерапии отражает многие проблемы с исследованиями терапии с помощью животных в целом. В первую очередь, это влияние ожиданий участников исследований (реклама и утверждения специалиста по методу могут сильно повлиять на суждения родителей), «неспецифический» характер опыта с дельфинами (нет причин считать, что утконос или кошка не приведут к аналогичному эффекту), а также «эффект новизны» (любой новый опыт придает человеку энергию, но такого же результата можно добиться любым новым и увлекательным опытом).

Кроме того, исследования, которые проводят специалисты, предлагающие метод на рынке, неизбежно будут предвзятыми. Такая проблема, естественно, может возникнуть с любым видом терапии — исследования проводят те, кто уже верит в ее эффективность, надеется доказать ее, а затем предлагать подобные услуги, обучать других людей их оказывать и так далее.

Несмотря на потенциальные ловушки, область терапии с помощью животных становится все более зрелой, и в ближайшем будущем мы можем ожидать больше исследований конкретных видов терапии для конкретных групп населения. Опять же, идея о том, что общение с животными приводит к привязанности, которой не хватает людям с РАС, делает такую терапию очень привлекательной для семей детей с аутизмом. Однако такая идея выглядит более обоснованной, если речь идет не о кратком контакте с животным во время сессии терапии, а о домашнем животном, с которым ребенок общается каждый день. И это подводит нас к вопросу о служебных собаках для людей с аутизмом.

Служебные собаки и дети с РАС

Служебные животные могут повлиять на жизнь человека с инвалидностью гораздо больше, чем животные, с которыми он контактирует во время коротких сессий терапии. Животные могут помогать человеку каждый день как проводники, помощники и защитники. Большинство людей знают о собаках-поводырях, которые помогают людям с нарушениями зрения передвигаться более свободно, однако служебные собаки могут выполнять самые разные функции — подбирать и приносить вещи человеку в кресле, открывать и закрывать двери, помогать человеку с ограниченной мобильностью при ходьбе. Таких животных специально готовят отвечать на нужды того или иного человека в зависимости от его или ее проблем.

Служебные собаки могут выполнять множество разных функций для помощи человеку с РАС, что подтверждает канадское исследование опыта 10 семей с аутичным ребенком, которые получили такую собаку. Ученые наблюдали за опытом как семей, так и собак во время первичного обучающего периода для семьи и собаки, а также во время последующих визитов на дом. Они также провели глубинные интервью с большинством семей.

Какова же была работа таких служебных собак? Во-первых, они были защитниками, заботились о безопасности ребенка и не давали ему убежать. Многие дети с аутизмом склонны к побегам из безопасных мест, будь это дом или школа, что порою приводит к трагическим последствиям. Риск смерти или травм в результате таких побегов очень высок, а родители детей, склонных к побегам, начинают страдать от чрезмерной бдительности и переутомления. В данном исследовании служебные собаки могли повлиять на такую ситуацию. Собаку прикрепляли к ребенку с помощью системы поводка и пояса, но животное реагировало только на команды родителей и следило за тем, чтобы ребенок не ушел из безопасного места. Если ребенок пытался убежать, собаки могли помешать ему своим весом, давая членам семьи возможность вовремя вмешаться. Даже без «сбруи», находясь дома, собаки могли присматривать за ребенком, чтобы родителям не приходилось думать о его местонахождении каждую секунду.

В некоторых случаях собака спала вместе с ребенком. Темпл Грандин, знаменитый специалист по животным и человек с аутизмом, могла успокоиться, когда ее «машина для обнимания» предоставляла ей глубокое давление. Точно так же, собака помогала некоторым детям успокоиться и быстрее заснуть с помощью веса своего тела. По словам одного из родителей, участвовавших в исследовании: «Определенно собака лучшая игрушка в постель, и она может предупредить нас, если

ночью возникнет проблема, и нам не приходится спать с одним открытым глазом, прислушиваясь вполуха... Я лучше высыпаюсь, и это очень помогает. Я помню, что когда мы впервые привели собаку домой, наш сын проспал всю ночь впервые за девять лет».

Семьи начинают чувствовать себя свободнее благодаря большей безопасности. Собаки часто отвлекают беспокойных детей, так что их становится проще перевозить в машине, а также они следят за ними в общественных местах, и семье становится проще выбираться из дома. Кроме того, животные играли очень важную, но неожиданную роль — они облегчали любое общение с другими людьми. Окружающие, которые раньше проявляли дискомфорт и неодобрение в ответ на необычное поведение ребенка, вели себя более понимающе в присутствии служебной собаки. Такая собака сигнализировала, что у ребенка есть какая-то проблема, а также облегчала разговор, ведь всегда можно спросить что-то про собаку, а заодно узнать что-нибудь про аутизм. По словам одного из исследований, собака превращалась в «проводник социального капитала». Для семьи ребенка с РАС животное повышало вероятность положительного социального взаимодействия вне дома.

Кроме того, канадские ученые отмечают, что некоторые дети с РАС приобрели новые навыки в результате взаимодействия с собакой. Например, научились приносить свой шаг к собаке (и всей семье) во время прогулки, бросать мяч или правильно гладить собаку. Родители сообщали об «уменьшении тревожности, большем спокойствии, уменьшении числа истерик, снижении злости, более удобном режиме сна». (Конечно, менее беспокойные и выспавшиеся родители могли просто лучше справляться с поведением детей, но, в любом случае, это важный эффект присутствия собаки, даже если он непрямой).

А что насчет привязанности? Второе исследование сосредоточилось на благополучии собак, и та же команда исследователей выяснила, что в основном собака привязывалась к родителям, которые лучше «считывали» сигналы животного и отвечали на его потребности. Через полгода после помещения собак в семьи только 4 из 10 детей проявляли интерес к собаке, что неизбежно имело последствия для эмоционального взаимодействия детей с РАС и служебных животных. Конечно, речь идет только о 10 семьях, вполне возможно, что если провести исследование среди большего числа семей и в разных условиях, то более 40% детей привяжутся к собакам.

К примеру, давно было замечено, что для девочек с аутизмом животные часто становятся «особым интересом», и они хорошо с ними ладят. Возможно, если ребенок изначально интересуется животными, то он

скорее привяжется к служебной собаке? (Вспомните только о Темпл Грандин и ее сильном интересе к животным, особенно коровам и лошадям). Будут ли девочки с РАС чаще привязываться к животным, чем мальчики с РАС? Есть ли какие-то особенности, которые повышают вероятность, что ребенок будет лучше реагировать на служебную собаку? На эти вопросы только предстоит найти ответ.

Один фактор в наибольшей степени определял успешность опыта семьи со служебной собакой — готовность семьи работать над этим. Канадские ученые обнаружили, что служебные собаки много и упорно трудятся, но не всегда получают внимание, которое им необходимо. Когда собака в специальной попоне, то ожидается, что она будет следовать командам, игнорировать отвлекающие факторы, будет избегать мочеиспускания и дефекации. Ученые отмечают, что часы тяжелой работы, агрессия со стороны некоторых детей, недостаток времени для физических упражнений и игр негативно сказывались на некоторых собаках. Некоторые из них страдали от прерывания сна. Ведь если родители теперь могут спать спокойно, то собака часто не может, она встает и следует за проснувшимся ребенком, который к тому же может тормошить собаку, задремавшую днем.

Если потребности собаки не удовлетворяются, то благополучие животного и его способность выполнять свою работу может оказаться под угрозой. Например, если собака изголодалась по вниманию, то она может искать его у незнакомцев на улице в то время, когда она должна сосредоточиться на поведении ребенка с РАС.

Подводя итоги, если родители думают о приобретении служебной собаки, они должны понимать, что это взаимовыгодный обмен. Хотя они могут реже просыпаться по ночам, не следить за ребенком каждую секунду, а незнакомцы на улице могут стать дружелюбнее, им придется заботиться о физическом и эмоциональном состоянии собаки: еда, вода, уход за шерстью, предсказуемый распорядок дня, перерывы в работе, физическая активность, внимание, любовь и игра. Такие социальные животные требуют большого внимания, и если ребенок с РАС не в силах его предоставить, то это должен делать кто-то из родителей или других членов семьи.

Дальнейшие исследования

Необходимо гораздо больше исследований, чтобы семьям было проще принять решение о терапии с помощью животных. Наиболее полезны будут исследования о влиянии конкретных видов такой терапии на отдельные трудности, связанные с РАС, а также исследования, которые помогут понять, не будет ли такая терапия полезнее для детей с определенными особенностями. Если наша цель социальное развитие,

начиная от простого интереса к социальному взаимодействию до развития двухсторонних отношений, то важно понять, как мы будем описывать и измерять эти факторы.

Идея о том, что простота в общении и безусловная любовь собак и других животных могут побудить детей с РАС к социальному взаимодействию, а затем и к поиску общения с другими людьми, интуитивно понятна и привлекательна. Но так ли это на самом деле, и когда это происходит, только предстоит установить. Как пишет Лори С. Паллей, исследователь в области ветеринарии: «Привлекательность терапии с использованием животных в человеческой медицине — это энтузиазм ее сторонников, а не поддержка лечащих врачей. Для полной интеграции терапии с использованием животных в традиционную медицинскую практику в качестве приемлемого терапевтического подхода необходимы более убедительные исследования, которые подтвердят ее клинические свойства, а также позволят понять внутренние механизмы человеческих реакций на компанию дружелюбных животных».