**CANISTERAPIE**

**Canis** z latiny je pes a **terapie** je speciální léčebný přístup, při němž se efektivně využívá chování a fyziologie (vlastnosti, tvar, velikost, teplota, pohyb těla). Jde o pozitivní působení psa na zdraví člověka, stav psychické, fyzické a sociální pohody.

**Canisterapie** přispívá k učení se novým vědomostem a dovednostem, podporuje školní vzdělávání. Pomáhá rozvíjet psychosociální dovednosti, orientaci při řešení různých situací, při navazování kontaktů, je efektivní v edukačním procesu žáků se zdravotním postižením a s jakýmikoli odlišnostmi. Široké možnosti přináší canisterapie také v oblasti prevence nežádoucího sociálně mravního chování žáků, např. šikany a agresivity. Dětem, které vyrůstají v problematickém rodinném prostředí může objímání a mazlení se psy do značné míry kompenzovat nenaplněné citové potřeby.

Pes je přínosem při edukaci žáků zdravých i žáků se zdravotním postižením, stejně tak u žáků cizinců. Zvířata v nás vyvolávají pocit bezpečí, pohody a také přátelskost. Už jen pozorování zvířat pozitivně ovlivňuje naše vnímání a naši náladu. Jsou to rehabilitační a psychosociální metody, které využívají pozitivního působení zvířat na člověka. Cílem je především zlepšení kvality života jedince.

Na naší škole úspěšně využíváme canisterapii již 10 let a jsme jedinou školou na Moravě, která se canisterapii věnuje. Ve spolupráci s organizací Auracanis, terapeutkou Janou Dohnalovou a fenkami Aničkou - Annie Von Templburg (3 roky) – rasa Bernský salašnický pes, fenkami Lady Happy Lady Milthon Bohemia a Hanička - Hanyeta Sapa Inka (2 roky) – obě rasa Peruánský naháč. Také s terapeutkou Nikolou Stuchlíkovou a fenkami – rasa Australský ovčák - Baboo Treymay (3 roky) a Daysi (9 měsíců).

Využíváme pracovní programy **AAT = Animal Assisted Therapy** – asistovaná terapie, která podporuje rozvoj tělesných, psychických, citových, poznávacích a výchovných funkcí u dětí. Výsledky terapie jsou objektivně pozorovatelné a měřitelné – např. vyprovokování pohybu, rozšiřování slovní zásoby, rozvoj empatie apod. A také pracovní programy **AAE = Animal Assisted Education** – zvířaty asistované vzdělávání. Psi asistující v edukačním procesu žáků jsou velmi intenzivním motivačním pomocníkem. Přítomnost zvířat podněcuje u žáků chuť do učení, snižuje napětí a stres, zvyšuje sebevědomí dětí. Současně se rozvíjí řada potřebných vědomostí a dovedností. Psi jsou pro tento účel pečlivě vybraní a vycvičení, musí mít canisterapeutické zkoušky.

Trpělivě dětem vysvětlujeme správné chování k psovi, učíme je chápat, co jednotlivými pohyby pes říká, co cítí, co se mu líbí, co má rád, jak se o psa starat, jak o něho pečovat, co ho bolí.

**Vliv psa na psychiku dítěte**

Přítomnost psa, nebo i jeho pouhé pozorování má vliv na psychiku dítěte, navozuje pocit relaxace a zklidnění už jen tím, že přitahuje a udržuje pozornost dítěte. Pes je dítěti oporou snižující a tlumící stres. Výzkumy prokázaly, že přítomnost psa snižovala stresové reakce více než přítomnost blízkého člověka. Intenzivní relaxace se psem, např. při polohování v leže, kdy se dítě opírá o psa, což jim přináší příjemné a hluboké uvolnění a zároveň prohřátí (psi mají vyšší teplotu než člověk – kolem 38,5 C).

**V oblasti sociální** splňuje partnerství dítě a pes všechna kritéria sociálních vazeb, pozic, rolí atd. Fungují zde mechanismy socializace, integrace, ale i empatie, rozvíjejí se pečovatelské a ochranitelské postoje dětí, ohleduplnost, obětavost, sytí se potřeba tělesného kontaktu. Pes vnímá svým způsobem, co mu dítě sděluje. Dítě se může se psem podělit o radost, může se psovi svěřit, postěžovat si. Také pes sděluje dítěti spoustu informací: vrtí ocáskem poskakuje, tahá za vodítko, vyskakuje mu až k obličeji a chce dítě olíznout (– zdraví ho a dává najevo svou sympatii).

Malý pejsek rozvíjí u dítěte ochranitelský a pečovatelský přístup. S velkým psem získává dítě pocit bezpečí. Vede-li dítě psa na vodítku, dává mu to pocit důležitosti a zároveň odpovědnosti. Dítě se učí respektovat potřeby druhých. Pes velmi dobře aktivizuje vytváření integrovaných skupin dětí zdravých a handicapovaných.

Také **při drogových závislostech** je součástí pomocné léčby pozitivní přístup psa, je oporou vede k pocitu zodpovědnosti, pomáhá i v prevenci nežádoucího asociálního chování např. šikany a agresivity.

**V oblasti zdravotní** pozitivně působí na fyzické zdraví dětí, na pravidelnost denního režimu práce, odpočinku a spánku, dále kladně ovlivňuje příjem pravidelné stravy, dodržování pitného režimu, pravidelné vyměšování, cvičení, otužování,

**V oblasti emoční** dává pes dítěti pocit jistoty, tepla a pochopení, vede ho k navazování očního kontaktu. Dítě opětuje city pejska mazlením, hlazením, škrabáním za ušima, na bříšku apod. Dítě se učí mít někoho rádo, také dělat někomu radost, zajímat se o někoho, oceňovat a chválit, atd.

**V oblasti vzdělávání** stimulují činnosti se psem vědomostní potenciál dítěte v rozvoji slovní zásoby = povely pro psa, popis psa, nová slova. Také jazykový cit, tvorbu vět, naslouchání, diferenciační schopnosti, pohyb, výživu, znalost anatomie psa, poznávání plemen, znalostní hry a soutěže, spolupráci, kreslení, povídání o psech. Činnosti se psem zlepšují komunikační dovednosti dítěte, rozšiřuje se slovní zásoba, vyjadřovací schopnosti, usměrňuje tempo řeči. Prostřednictvím canisterapie dochází k nácviku koncentrace a zvýšení pozornosti. Spolupráce dítěte se psem a péče o psa rozvíjí jemnou a hrubou motoriku. Pasivní, hypokinetické dítě donutí pejsek k pohybu. Naopak hyperaktivní dítě se zklidní. Všechny pohyby vyžadují koordinované pohyby dítěte.

Pes vždy čeká, vítá nás a naslouchá nám, reaguje na naši náladu, vycítí stav jedince, má děti rád a spontánně dává své pocity najevo. **Pes nemá předsudky, je mu jedno, jak kdo vypadá a nevadí mu postižení.** Důležitá je spolehlivost, dobrácká a vstřícná povaha, s dobrými fyzickými a psychickými dispozicemi.

**HODINA CANISTERAPIE:**

Před zahájením hodiny canisterapie je důležitá diagnostika dětí na skupině, zaměřená mimo jiné na fyzické, psychosociální a pedagogické potřeby. Podle nich sestavíme edukační plán konkrétní canisterapie. Hodiny canisterapie vedu společně s canisterapeutkou. Předem se spolu domlouváme na programu a cíli canisterapie a na potřebách jednotlivých dětí. Velkou výhodou je, že jako školní psycholog děti osobně znám a s většinou těchto dětí pracuji ještě v rámci individuální psychoterapie.

**Canisterapie probíhá pravidelně 1x týdně (každé pondělí) od 14.00 hodin do 15.30 v tělocvičně školy.** Na skupinu je zařazeno 10 dětí podle potřeby a bez věkového omezení. Jde většinou o děti s ADHD, dále děti úzkostné a depresivní, či jinak rizikové. Každou hodinu zahajujeme společným přivítáním, naladěním se na canisterapii, obnovením kontaktu se psy, celkovým navozením příjemné atmosféry (15 minut). Následuje jednoduchá hra pro posílení sebevědomí (10 minut). V hlavní části se věnujeme určenému cíli, např. rozvoji sociálních dovedností, posílení jemné a hrubé motoriky (30 minut). Ve zbývající části se věnujeme relaxaci a imaginaci (20 minut). Zakončujeme motivací na příští setkání a společným rozloučením se psy (10 minut).

**Aktivity dětí se psem**:

- společná rozcvička se psy

- povelování psa – výcvik poslušnosti

- chůze v různých variantách a terénu, překážková dráha, práce s obojkem, s postrojkem,

-házení míčku psovi – střídání obou rukou, přetahovaná s pejskem o provaz, míček nebo létající disk. Střídáním „drž“ a „pusť“ se dobře zapojují svaly dítěte a je to velmi dobrá forma „vybití energie“.

- aportování míčku

- hry se psy – např. napodobování chování psa, lezení po čtyřech, ukrytí předmětu dítětem a hledání psem, „kutálená“, „schovávaná“, oblékání psa, hry s „padákem“,

- péče o psa – česání a kartáčování, otírání a mazání tlapek, krmení, správná výživa, vitamíny

- polohování – přímý fyzický kontakt dítěte a psa (na zádech, na boku, vkleče)

- relaxace se psem – polohování, hlazení psa, česání a mazlení se psy

**Výsledky canisterapie** mohou být až neuvěřitelné při pravidelném a dlouhodobém působení psa na klienta.