



Felinoterapie - kočka jako léčitel. Jak funguje kočičí terapie?

Zvířecí terapie (zooterapie) se používá teprve od minulého století, ale pozitivní účinky na psychiku člověka má blízký kontakt člověka se zvířetem...

Hravá a mazlivá povaha koček je dar – to ví každý, kdo má doma kočičku. O chvílky radosti s chlupatými tvory by však neměli být ochuzeni ani lidé, kteří se o vlastní zvíře starat nemohou. Například senioři, osoby s fyzickým handicapem, autismem nebo psychickými problémy. Kočičí terapie je totiž způsobem, jak pomáhat těmto lidem hledat klid, úlevu od stresu a pocit štěstí.

Co je felinoterapie a jak probíhá?

Zvířecí terapie (zooterapie) se používá teprve od minulého století, ale **pozitivní účinky na psychiku člověka** má blízký kontakt člověka se zvířetem již od pradávna. Ke zvířecí psychoterapii se většinou používají psi a koně, menšinově však i kočky. Správný efekt má zooterapie tehdy, když je proces terapie odborně veden a někam směřován. Cílem zvířecí terapie je obvykle dopracovat se ke **zlepšení emočních, kognitivních a tělesných funkcí**.

Psychiatr B. Levinson pokládá zvíře za takzvaný sociální katalyzátor - tedy něco, co zprostředkovává kontakt. Skrze kontakt se zvířetem je člověk uklidněn a pak je pro něj snazší mluvit. To je pasivní

terapie. **U tělesně postižených, hlavně dětí, je kočka motivátorem k činnosti** – při aktivní terapii má pacient úkol, který mu může zvířátko pomoci usnadnit.

Sezení mohou být skupinová, jak tomu bývá v ústavech, nebo individuálně cílená na pomoc dané osobě. **Terapeutický účinek má už jen návštěva zvířete a neformální kontakt s ním**, terapií v užší definici je strukturované sezení zaměřené na určitý problém. Zde může jít o mluvení, péči nebo různé hry. U dětí s poruchou kognitivních funkcí je možná také terapie se zvířaty za přítomnosti pedagogických pracovníků, která probíhá konkrétním způsobem výuky.

Felinoterapie - jak začít a pro koho je (a není) kočičí terapie vhodná?

Felinoterapie - kočičí terapie se nehodí jen pro osoby s alergií na kočky nebo ty, kteří mají ke kočkám averzi. Jinak je to vlastně docela dost podobné **canisterapii**. Interakcí s kočkou je možné rozšířit či doplnit různé terapeutické programy, ať už zaměřené na duševní stránku či na tělo. Záleží jen na tom, na co se daný terapeut specializuje.

U nás felinoterapie není velmi rozšířená, ale **účinky kočičí terapie se využívají zejména v domovech důchodců**. Senioři se nejen cítí méně osamělí díky kontaktu s kočkami, ale také se jim skrze kočky **lépe navazuje komunikace** mezi sebou. Jak začít s felinoterapií není složitá otázka – stačí jen kočičku přivést a nechat ji navázat s pacientem kontakt. K účelu pasivní felinoterapie výborně slouží také **kočičí kavárny**, jejichž popularita neustále roste.

Odborně vedená felinoterapie, ať už pasivní nebo aktivní, dokáže pomoci nemocným a strádajícím. Co se ale týče samotné přítomnosti krásné a roztomilé kočky, i ta je **úlevou proti jakémukoliv běžnému stresu**, jak mohou dosvědčit milovníci koček na celém světě.

Jaké má felinoterapie účinky?

Duševní relaxace při kočičí terapii není žádným překvapením. Ohromující však je uvědomění, jak moc felinoterapie ovlivňuje celkový psychický stav člověka a že v jistém smyslu pomáhá i s tělesnými neduhy. Láska ke zvířatům, kterou má mnoho lidí a obzvláště dětí, dělá z některých domácích mazlíčků skvělý prostředek k naplnění potřeby náklonnosti a tišení bolesti.

Při hlazení kočky se uvolňuje hormon oxytocin, který mimo jiné pomáhá snižovat pocit bolesti. **Felinoterapie je proto dobrá proti úzkosti a panickým záchvatům**, ale také **ulevuje od bolesti pacientům po chemické léčbě rakoviny**. Léčebný účinek má rovněž teplo, které tělo kočky vyzařuje. Hlazení a česání kočky navíc procvičuje motoriku ruky, což je velmi dobré po mozkové příhodě či pro seniory.

Kočičí terapie a vhodná plemena koček

Kočka se nenechá cvičit jako pes. Ale ani u psů není samozřejmostí, že každý pes bude splňovat nároky na zvířecí terapii a zvládne vykonat zkoušky. K felinoterapii se většinou používají ta **nejmazlivější plemena koček**, jako je například ragdoll. Jednotlivé kočky musí být samozřejmě přátelské, klidné a trpělivé, **musí umět vydržet na místě a nevystřkovat drápy**.

Kočka vhodná k felinoterapii nesmí představovat hygienické riziko, tudíž by měla být **vykastrována, očkována a dokonale zdravá**. Neměla by mít ani **jiné nemoci, které sice nejsou přenosné na člověka**, ale jsou pro ni nepříjemné. Na kočce, která pracuje nedobrovolně, je to snadno poznat, není

to milý pohled, a hlavně to není pro kočku komfortní.

Zkoušky způsobilosti pro kočičí terapii u nás má na starosti Nezávislý chovatelský klub. Z legislativního hlediska nejsou povinné, protože se na felinoterapii nevztahují takové zákony. Pokud však hledáte spolehlivého felinoterapeuta, určitě by měl pracovat s certifikovanými kočkami.