

Захаренко Людмила Миколаївна,
старший науковий співробітник відділу
організації наукової діяльності та захисту
прав інтелектуальної власності Національної
академії внутрішніх справ, кандидат
психологічних наук

ФЕЛІНОТЕРАПІЯ У МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ КОМБАТАНТІВ

Феліноterapia (від лат. *felis* – кішка) – це один із видів анімалотерапії, оснований на спілкуванні людини із домашньою твариною – кішкою.

Один із таких «пухнастих лікарів» – кіт на прізвисько Брассік – залучений до сеансів феліноterapia поранених військовослужбовців, які проходять реабілітацію у Першому хірургічному добровольчому шпиталі «Брасс», що на Івано-Франківщині [2].

Кішки сприятливо впливають на людину за допомогою:

– *звуку* (котяче муркотіння сягає діапазону від 16 до 44 герц, що можна порівняти з ультразвуковою терапією: сприятливо впливає на нервову систему людини, мозковий кровообіг, нормалізує кров'яний тиск і стабілізує серцевий ритм, що допомагає загоювати рани і зміцнювати кістки) [1, с. 36; 4, с. 163];

– *тепла* (температура тіла кішки 38–39 градусів, що має зігріваючий, прогрівуючий, заспокійливий і протизапальний ефект);

– *тактильних (дотикових) відчуттів* (прогладжування кішки діє заспокійливо, дає відчуття тепла, дозволяє зняти спазми, зменшити біль);

– *слабких електричних токів* (можна відчути слабкі електричні розряди, якщо провести рукою по шерсті кішки, що «заряджає енергетикою». Кішки – це «ідеальні енергоінформаційні прилади» [1, с. 37]: вони торкаються хворого місця людини або знаходяться поруч з тим, хто відчуває пригніченість і депресію);

– *масажу* (топтання кішки лапами по тілу людини діє як масажна дія, а поколювання кігтями – як голковколювання).

Існує думка, що стать тварини (кіт/кішка), її забарвлення, порода визначають «котячу спеціалізацію» щодо лікування певних хвороб, однак наукового підтвердження цьому не знайдено.

До 2013 року феліноterapia використовувала методи зоотерапії (за термінологією Delta Society, 2006):

- а) заходи за допомогою котів – ААА (*Animal Assisted Activities*);
- б) терапія за допомогою котів – ААТ (*Animal Assisted Therapy*);
- в) освіта за допомогою котів – ААЕ (*Animal Assisted Education*).

Із 2013 року використовується єдиний термін для позначення методу фелінотерапії:

– втручання за допомогою тварин – ААІ (*Animal Assisted Intervention*), що означає цільове втручання тварин у сферах охорони здоров'я, освіти та соціальної сфері. Таке втручання не має на меті цілей лікування та виключає аспект терапевтичних цілей [5, с. 102]. Наприклад: ААА за допомогою кішки має на увазі забезпечення комфорту і підтримки тих, хто вижив після травм, криз і катастроф, і котів-компаньйонів.

Зазвичай, фелінотерапією займаються люди на волонтерських засадах. Для них не обов'язкова наявність фахової освіти (медична, педагогічна тощо).

Для фелінотерапії важливим є вибір та виховання kota (кішки), адже з породою пов'язаний характер тварини: перські та екзотичні кішки спокійні, люблять контактувати з людиною; кішки породи регдолл мають здатність розслабляти м'язи і мляво висіти, коли їх беруть на руки; кішки європейських порід і породи мейн-кун – ніжні та грайливі. Із перших тижнів життя кошеняти необхідно привчати його до присутності людей, їх дотиків і догляду, враховувати його довірливість до людини.

Відповідно до поглядів науковців позитивні ефекти фелінотерапії [3–6]:

– поява позитивних емоцій і зниження стресу (присутність кішки та її грайливість покращує настрій та зменшує відчуття самотності);

– сприяння встановленню контактів з оточуючими (завдяки взаємодії з кішкою люди стають чутливими до потреб інших живих істот та більш відкритими й впевненішими у собі);

– психосоціальна підтримка та фізичний контакт із твариною (кішка стимулює людину діяти та обирати різні форми активності: грати з нею, годувати тощо);

– формування позитивних стосунків з кішками (підключись про кішку людина помічає її вдячність, адже кішка не звертає уваги на соціальний статус);

– релаксація і тренувальна концентрація (навіть спостереження за кішкою або перебування в її компанії має релаксаційний ефект);

– тренування когнітивних функцій, ремінісценції, руху, моторики; підтримка автономії і незалежності, набуття відчуття безпеки.

Для отримання найкращого результату від фелінотерапії слід врахувати ряд факторів:

– дотримуватися режиму проведення сеансів фелінотерапії (щодня від 10 хв до 2 год, а задля профілактики достатньо 1-2 разів на тиждень);

- сеанси фелінотерапії можна проводити і без участі кішок: прослуховуючи аудіозаписи котячого муркотіння;
- не кожна тварина може сприймати людину з ослабленим здоров'ям, тому не можна змушувати кішку, адже користь від фелінотерапії можна отримати тільки за умови любові і бережного відношення до тварини;
- не проводити сеанси фелінотерапії за наявності таких протипоказань: алергія на котячу шерсть; неприязнь до кішок; наявність у людини захворювань шкіри чи станів, пов'язані із загостренням психічних захворювань;
- фелінотерапія лише доповнює традиційне лікування, але не може повністю замінити використання ліків і не може замінити реабілітацію [6].

Список використаних джерел

1. Лаврик Г. В. Фелінотерапія: як вилікуватись за допомогою кішки. *Феномен людини. Здоровий спосіб життя*. 2017. Вип. 61 (127). С. 36–38.
2. Остапчук Р. Пухнастий терапевт: як кіт Брассік допомагає в реабілітації військових. *Місто*. 9 січня 2024 року. <https://mi100.info/2024/01/09/puhnastyj-terapevt-yak-kit-brassik-dopomagaye-v-reabilitacziyi-vijskovyih/>.
3. Романенко С. О., Помиткіна Л. В. Особливості фелінотерапії та способи її застосування. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2021. № 1(1). С. 83–89. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-1\(1\)-83-89](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-1(1)-83-89).
4. I. Labinskyi, Myroslava Hrytsyna, Bogdan Gutyj. Animal therapy as a promising direction of human rehabilitation treatment. *Scientific Messenger of LNU of Veterinary Medicine and Biotechnologies*. 2019. Vol. 21. № 92. p.60-164. DOI : 10.32718/nvlvet-e9227.
5. Lenka Motlová. Felinotherapy in NURSING homes. *Journal of Nursing, Social Studies, Public Health and Rehabilitation* 3–4, 2018, pp. 101–110. <http://casopis-zsfju.zsf.jcu.cz/journal-of-nursing-social-studies-public-health-and-rehabilitation/administrace/clankyfile/20190115103025253628.pdf>.
6. Małgorzata Goleman, Leszek Drozd, Mirosław Karpiński, Piotr Czyżowski. Cat therapy as an alternative form of animal-assisted therapy. *Medycyna Weterynaryjna*. 2012. Vol. 68. № 12. p. 732–735. https://www.researchgate.net/publication/289414327_Cat_therapy_as_an_alternative_form_of_animal-assisted_therapy.