

Pan Trojnožka jako kočičí pomocník v terapii pětileté Anny trpící fobií z koček a psů

The Tomcat „Mr. Tripod“ as a helper in the psychotherapy of five-year-old Anna suffering from phobia of cats and dogs

Jana Horáková

Katedra psychologie, Filozofická fakulta
Univerzita Palackého v Olomouci

Psychologie a její kontexty 14 (1-2), 2023, 59–84
<https://doi.org/10.15452/PsyX.2023.14.0004>

Abstrakt

Východiska Článek mapuje terapeutický proces 5leté holčičky Anny s fobií z koček a psů. Hlavní otázkou bylo, jak vytvořit funkční terapeutický plán vzhledem k individuálním potřebám dívky. Článek nabízí ukázkou, jakým způsobem lze zkombinovat na člověka zaměřený přístup (PCA), kognitivně behaviorální terapii (KBT) a animo terapii (AAT) v terapeutické práci s dítětem předškolního věku.

Metoda Za účelem co možná nejkomplexnějšího zmapování daného fenoménu byla použita tzv. deskriptivní případovou studie. Jelikož klientkou byla zdravá a dobře se vyvíjející holčička, byla indikována krátkodobá individuální terapie, který se skládala celkem z 8 sezení, přičemž z toho 6 sezení proběhlo individuálně s Annou. Poslední sezení bylo kontrolní a uskutečnilo se s odstupem čtvrt roku od ukončení terapie. Terapeutická sezení byla sestavená individuálně, přesně na míru dané klientky. Kromě řady technik (Kresba postavy, Kresba začarované rodiny, Test nedokončených vět) bylo v terapii pracováno s kotětem po amputaci jedné nohy. Cílem terapie bylo zmírnění hlavního symptomu – strachu z koček a psů, zlepšení globálního fungování, které bylo tímto strachem výrazně omezováno, a tím i zlepšení emočního prožívání.

Výsledky Výsledkem terapeutické práce bylo odstranění hlavního symptomu, kterým byl strach z koček a psů, čímž došlo ke zlepšení každodenního fungování. Ukázalo se, že zvíře v terapii nesehrávalo jen roli stresujícího podnětu, který bylo třeba překonat, ale

figurovalo jako silný motivační činitel osvojování si nových, žádoucích způsobů zvládnání strachu. Terapie se rovněž zaměřovala na kvalitu terapeutického vztahu a spolupráce, které sehrávaly důležitou úlohu v redukci negativních emocí a v podpoře bezproblémového fungování ve vztahu ke zvířatům.

Diskuze Jaké faktory stály za odstraněním nežádoucích symptomů a co vše přispělo ke kýženému výsledku psychoterapie? Jaké měla tato práce limity a nedostatky? Jeden z nejdůležitějších faktorů byl silný terapeutický vztah a kvalita spolupráce. Dalším důležitých faktorem vedle povahy klientky byla i přítomnost kotěte s amputovanou nohou. Stěžejní roli hrál inspirativní příběh kotěte, které navzdory nepřízní osudu, vedlo i nadále radostný život. Této případové studii se rovněž nevyhnula určitá úskalí a nedostatky. Jedním z nich byla šťastná souhra okolností, která spočívala v přítomnosti kotěte s povahou vhodnou pro terapeutickou práci a silným příběhem, jiným pak malé zkušenosti terapeutky. Studie poukázala i na fakt, že práce se zvířaty sebou přináší i celou řadu omezení a komplikací, které v mnoha případech mohou zcela znemožnit aplikaci AAT.

Závěr Kombinace KBT, PCA a AAT se ukázala jako efektivní způsob terapeutické práce. Stále však neexistuje dostatečný počet studií, které by jednoznačně potvrdily pozitivní efekt kombinace těchto terapeutických přístupů. Jen samotné užití AAT je dále spojeno s celou řadou komplikací (např. zajištění pohodlí zvířete atp). Dalším krokem by mohlo být prozkoumání této kombinace psychoterapeutických přístupů u pacientů s různými obtížemi, ať už psychickými či somatickými.

Klíčová slova Animoterapie (AAT), fobie, na klienta zaměřená terapie (PCA), systematická desenzibilace, expoziční terapie.

Abstract PROBLEM: The article presents a case study which maps therapeutic sessions of a 5-year-old girl, Anna, for a phobia of cats and dogs. The main question was how to create a therapeutic plan with regards to the individual needs of a child of pre-school age. This is significant because this research gives us a new perspective on a specific form of therapy, namely the combination of three therapeutic directions (PCA, KBT, animo therapy) applied in the form of play.

Method This so-called Descriptive Case Study is aimed at providing the most comprehensive possible description of the phenomenon. The client was a healthy, well-developing girl without any other problems however short-term individual therapy was recommended, comprising 8 sessions, of which six were individual sessions with Anna. The last session was a control one, held three months after the therapy ended. The therapeutic sessions were designed individually, tailored to the needs of the client. In addition to other techniques (Draw a Person Test, The Drawing of an Enchanted Family and the Sentence Completion Test), a kitten with an amputated leg was part of the therapy.

Results The therapy was aimed at alleviating the main symptom – fear of cats and dogs – while improving global functioning significantly reduced by the fear and, consequently, enhancing the girl's emotional life. The therapy also focused on the therapeutic relationship quality and alliance. The therapeutic work resulted in a considerable reduction in negative emotions as well as an improvement in everyday functioning in relation to

animals. During the therapy, it turned out that the animal was not only a stressor to be overcome, but also a strong driver in embracing new, desirable methods of overcoming fears.

Discussion Why this therapy was successful? What factors played a role here? These and a number of other issues are discussed. One of the most important factors was a strong therapeutic relationship and the depth of the therapeutic alliance. Another crucial factor, in addition to the client's personality, was the presence of Patches the tomcat. A significant role was likely played by the powerful story of the cat who was, against all odds, determined to live a full life despite losing a leg. This case study also involved possible risks and limits. I was extremely fortunate to have an animal with suitable personality traits and an interesting life story at hand at the right moment. Another barrier to the use of the animal in therapy is the suitability of the conditions for the animal in the workplace.

Conclusion The combination of KBT, PCA and animotherapy proved to be an effective way of therapeutic work. Animotherapy appears to be an effective therapeutic tool, but the inclusion of animals in therapy is associated with a number of difficulties and there is a lack of research in this area. The next appropriate step would seem to be to confirm the effectiveness of combining these therapeutic approaches when working with patients suffering from other diagnoses.

Key words Animal-assisted therapy (AAT), phobia, person-centred approach (PCA), systematic desensitisation, exposure therapy.