
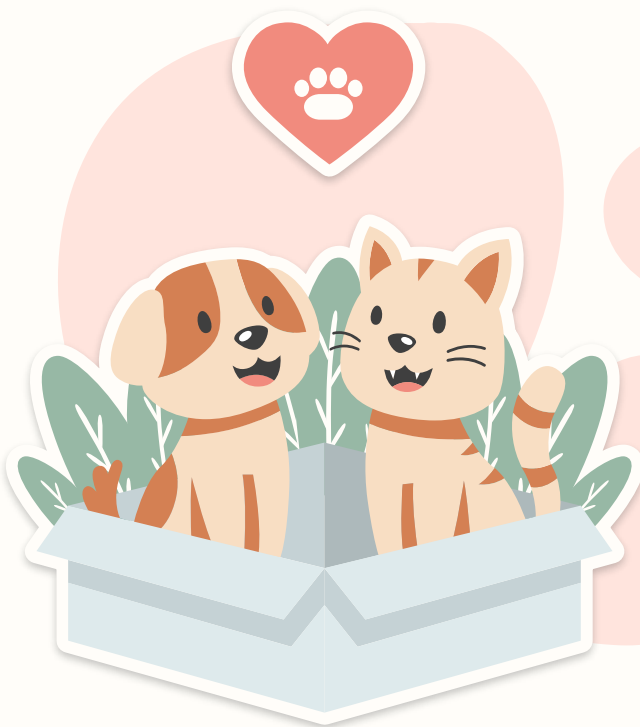


無言的陪伴—— 談動物輔助治療

 **CEAP**
新竹市生命線協會
員工協助服務中心



1. 何謂「動物輔助治療」？

動物輔助治療會透過專業的人員，有計劃地將特定條件篩選、訓練後的動物納入服務與課程，藉以改善患者的身心狀況和生活品質，或是藉由與動物的互動，促進患者自我覺察情緒的能力。

在動物輔助治療中會針對服務對象的治療目標，在動輔師（治療人員）、動輔員（飼主）以及動物，三者一體的合作模式下設計活動內容，引導患者與動物互動以完成治療目的。



1. 何謂「動物輔助治療」？

大家對於動物的存在價值往往傾向過度貶低或誇大，有些人將動物視為人類的附屬品，難以理解動物能提供治療協助；有些人則將動物過度神化，以為只要跟動物玩耍就能被療癒。事實上，動物輔助治療並不簡單，但也並不神秘，就如同藝術治療或是園藝治療，都可被視為一種心理治療的方式。



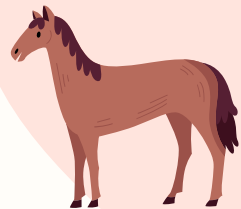


2. 哪些動物可以做動物輔助治療？

在諸多動物輔助治療方法中，治療犬是最容易讓患者親近，在台灣也最為人所熟知的一種治療性動物。不過在動物輔助治療中，動物只是「媒材」，重點在於動輔師如何運用並設計操作流程，使動物能與患者產生互動，帶來療癒之效。

國內從事動物輔助治療的單位主要有動物輔助治療協會以及相癒心理治療所，目前這兩個單位皆有**治療犬**，而**治療貓**僅限於動物輔助治療協會。





2. 哪些動物可以做動物輔助治療？

位於花蓮的台灣兒童發展協會馬匹輔助教育中心及桃園龍潭的希望馬場，是國內少數以馬進行為動物輔助治療的單位，服務對象包括腦性麻痺、多發性硬化症、自閉、注意力不足過動症等等。

另外「**療癒雞**」計畫由花蓮壽豐的黎明向陽園所發起，原本僅限院內推行的「綠自然照顧」，讓身心障礙的院生從事農藝、雞隻照顧等活動。但是在看見院生與動物互動後的改變，機構決定將易於親近人的母雞培育為療癒雞，並將該服務推行到東部的日照中心。



3. 動物輔助治療的益處

動物輔助治療目前已應用於心理、社會、教育、職能、物理、語言、護理、健康等不同專業領域。簡言之，只要熟知動物的特性，並具備相關領域的專業知識，就能透過動物設計出不同目的的課程。許多研究表明，動物對人類的身心幫助大有裨益，除了可以為人們帶來心理方面的健康，還可以成為物理治療的夥伴。

加拿大的皇家大學醫院一項治療犬的研究發現，在接觸治療犬後，患者的痛感、焦慮以及憂鬱情緒皆有顯著減輕，同時血壓和心率也隨之下降，總體健康狀況獲得改善。



3. 動物輔助治療的益處

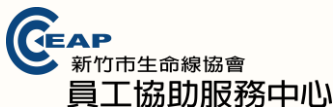
一項針對養老院慢性殘疾病患的研究發現，接受過貓療法患者的憂鬱症狀有所改善且血壓有顯著下降。貓的陪伴可以改善人的情緒並減少孤獨感，貓高興時發出的呼嚕聲甚至還能降低人的壓力。

馬匹輔助療法在幫助精神健康和行為問題上也有顯著的效果，特別是在增加情緒穩定以及情感控制方面。同時，騎馬理療還可以幫助身障兒童改善平衡、姿勢以及手眼的協調。此外，透過餵馬、牽馬以及梳洗馬匹等活動，有助於孩子學會信任和提高社會意識，甚至是不良行為的改善，例如成癮行為。



動物在我們的生活中隨處可見，壓力大的時候與動物相處一段時間，也是一種簡單便捷的紓壓方式。

倘若這樣的自我照顧方式仍不足以舒緩您目前的壓力，需要更進一步的專業協助，歡迎您隨時來電員工協助服務中心(EAPC)，撥打免付費聊聊熱線或寫信至eapc@eapcenter.org，讓專業的個案管理師陪伴並協助您。



參考資料

1. BBC NEWS 中文《健康治療靠動物？寵物有助理療背後的科學原理》
2022年4月13日



員工協助服務方案

【免費諮詢服務】

- ◆ 服務對象：國立清華大學全體教職員工
- ◆ 服務內容：職涯、心理、管理、健康、法律、財務等議題諮詢
- ◆ 服務次數：第一階段聊聊熱線電話諮詢服務(不限次數)
第二階段專業諮詢顧問諮詢服務(每人5次/年)
- ◆ 服務單位：新竹市生命線協會/員工協助服務中心(EAPC)
- ◆ 諮詢地點：員工協助服務中心所提供之場地
- ◆ 諮詢師資：專業諮詢顧問(皆有企業界諮詢經驗)
- ◆ 預約時間：週一至週五 09:00-19:00
- ◆ 聊聊熱線：0800-668-880(聊聊吧!幫幫您!)
- ◆ E-mail信箱：eapc@eapcenter.org
- ◆ Skype諮詢：eapcenter

EAPC官方Line@

