

## การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยง

### ความหมาย

การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยง (Pet Therapy) หมายถึง การสร้างและใช้ความสัมพันธ์ระหว่างคนกับสัตว์เลี้ยงส่วนมากจะเป็น แมว สุนัข หรือสัตว์เลี้ยงอื่นๆ เพื่อช่วยให้สุขภาพดีขึ้นทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต

### ความเป็นมา

การนำสัตว์มาเลี้ยงมีมานานแล้วตั้งแต่ยุคก่อนประวัติศาสตร์ชาวอียิปต์เคยนับถือแมวเหมือนเทพเจ้า และเมื่อประมาณ 3,000 ปีก่อนคริสตศักราช ก็มีผู้นิยมการมีสัตว์เลี้ยงไว้ในบ้านในปลายทศวรรษ 1800 ได้มีการฝึกสุนัขของคนตาบอดเป็นครั้งแรก โดยอาศัยความสัมพันธ์อันดีระหว่างเจ้าของกับสัตว์ นับเป็นการริเริ่มความคิดเกี่ยวกับการบำบัดรักษาโรคด้วยสัตว์เลี้ยง ปัจจุบันได้มีการค้นคิดวิธีบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยง โดยวิธีใหม่ๆ โดยการสำรวจว่าสัตว์มีบทบาทต่อสุขภาพจิตอย่างไร และได้มีการศึกษาทางการแพทย์จำนวนมากที่บันทึกหลักฐานเกี่ยวกับประโยชน์ของการใช้สัตว์เลี้ยงที่มีต่อสุขภาพกายด้วย

การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงเริ่มโดยนักจิตวิทยาและบุคลากรอื่นๆ เช่น แพทย์ นักสังคมสงเคราะห์ และนักให้คำปรึกษาครอบครัว ส่วนมากจะทำกันอย่างไม่เป็นทางการ เช่น พ่อแม่หาสัตว์เลี้ยงน่ารักๆ มาให้ลูก ซึ่งมีความพิการได้ดูแล เล่นกับสัตว์เลี้ยงช่วยให้เด็กรู้สึกเพลิดเพลินและรู้สึกว่าการมีตัวเอ็งมีค่ามากขึ้น นอกจากนี้การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงอาจใช้กับผู้สูงอายุที่มีสัตว์เลี้ยงไว้แก่เหงา คลายความเศร้าโศกจากการสูญเสียบุคคลที่รัก

การใช้สัตว์เลี้ยง เพื่อการบำบัดรักษา อาจทำได้หลายกรณี ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นนักบำบัดอาจนำสัตว์เข้าไปยังบ้านพักคนชรา เพื่อให้คนชราที่ไว้เหวมี

อาการซึมเศร้า หรือไม่มีปฏิกิริยาตอบสนองกับคนรอบข้าง ได้กอด และลูบไล้สัตว์เลี้ยง ส่วนผู้มีอาการทางจิต หรือคนพิการ และเด็กที่มีความต้องการพิเศษอื่นๆ อาจได้รับประโยชน์จากการสัมผัสและเลี้ยงดูสัตว์ต่างๆ นอกจากนี้ยังมีการนำการบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงมาใช้ในการฟื้นฟูนักโทษในเรือนจำอีกด้วย มีรายงานจากกุมารแพทย์ว่าเมื่อมีแมวหรือสุนัขอยู่ในห้องเด็กจะรู้สึกกลัวหมอน้อยลง ทำให้ตรวจวินิจฉัยเด็กได้ง่ายขึ้น ส่วนทันตแพทย์สังเกตพบว่า ถ้ามีตู้ปลาอยู่ในห้องรพพบแพทย์จะทำให้เด็กมีความเครียดลดลง ในโรงเรียนครุมักใช้สัตว์เลี้ยงเพื่อฝึกความรับผิดชอบให้แก่เด็ก

### ประโยชน์

การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงได้เป็นที่นิยมกันอย่างกว้างขวางและนำมาใช้ในสถานการณ์ต่างๆ หลายรูปแบบ

การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงมีหลายวิธีขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการบำบัด และประเภทของบุคคลที่มารับการบำบัด อาทิเช่น

เด็กที่ถูกทำร้ายร่างกาย เมื่อได้ดูแลสัตว์ในฟาร์ม ก็จะเรียนรู้ถึงการให้ความรัก ซึ่งตัวเองไม่เคยได้รับ ในกรณีของเด็กที่อยู่ในศูนย์เด็กซึ่งมีปัญหาทางจิตใจ ในนิวยอร์ก ก็มีโครงการนี้ คือให้เด็กดูแลสัตว์ป่าที่บาดเจ็บจนกระทั่งหายดี แล้วจึงปล่อยไป ทำให้เด็กเหล่านี้มีประสบการณ์ตรงเสมือนเขาเป็นคนบาดเจ็บ ถ้าได้ดูแลสัตว์ที่พิการ และพบว่ามันสามารถมีชีวิตอยู่รอดได้ เด็กๆ ก็รู้สึกว่าคุณเองก็อยู่รอดได้เช่นกัน

ในกรณีของเด็กที่มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหว การฝึกขี่ม้าช่วยปรับปรุงการประสานงานของอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว ส่วนเด็กที่มีความผิดปกติ

หรือมีความบกพร่องทางการเรียนรู้ก็สามารถฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ และทำให้เห็นคุณค่าตนเอง บางกรณีการเลียนเสียงสัตว์ จะช่วยเด็กที่มีปัญหาด้านการพูดได้ด้วย

สำหรับเด็กที่มีร่างกายพิการ หรือเป็นโรคข้ออักเสบ มักจะขาดความมั่นใจ และแยกตัวการมีสัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อน ช่วยให้เกิดความรู้สึกรับผิดชอบ และอดทน (ภาพที่ 1)

ส่วนผู้มีสมาธิสั้น การได้สัมผัสกับสัตว์เลี้ยงอย่างใกล้ชิด และได้ดูแลสัตว์อาจทำให้เด็กรู้สึกสงบ มีความภูมิใจในตนเองและเป็นการเพิ่มความรับผิดชอบ เด็กสมาธิสั้นควรเลี้ยงสัตว์ที่เชื่อง เช่น แมวอายุมากที่สุดที่เชื่อง แทนที่จะเป็นลูกสุนัขหรือลูกแมวที่ซุกซน การเลี้ยงปลาสวยงามในตู้กระจกก็เป็นอีกทางเลือกที่ดีอีกทางหนึ่ง (ภาพที่ 2)

ภาวะหวาดระแวง คือ ภาวะที่รู้สึกไม่ไว้วางใจผู้อื่นหากเป็นมากก็จะจัดอยู่ในกลุ่มอาการของโรทางจิต ในกรณีของเด็กที่มีแนวโน้มให้เห็นว่าอยู่ในภาวะเสี่ยงนั้น การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงจะเป็นหนทางหนึ่งในการช่วยพัฒนาสัมพันธภาพที่มีความไว้วางใจกับสุนัข แมว หรือสัตว์เลี้ยงอื่นๆ ซึ่งเป็นการนำไปสู่การสร้างปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น

การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงยังใช้กับเด็กออทิสติกด้วย ซึ่งจัดว่าเป็นวิธีค่อนข้างใหม่ ที่ได้รับความสำเร็จเป็นอย่างดี ได้มีการทดลองที่รัฐฟลอริดา โดยให้เด็ก



ภาพที่ 1

ปลาโลมาที่นำมาใช้ในโครงการให้การศึกษาพิเศษ

ออทิสติกและเด็กที่มีความบกพร่องทางการพัฒนาการ ได้หัดเรียนว่ายน้ำและเล่นกับปลาโลมา ส่วนที่ลองไอส์แลนด์ในนิวเจอร์ซีย์ได้ใช้แมวเป็นตัวกระตุ้นให้เด็กออทิสติกมีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับสัมผัสกับสิ่งที่มีชีวิต นักวิจัยรายงานว่า เด็กจำนวนมากเลิกแยกตัว หลังจากการใช้การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยง มีการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้เร็วขึ้นและเพิ่มการตอบสนองกับผู้อื่นมากขึ้นด้วย

### ข้อควรระวัง

ข้อควรระวังในการดำเนินการเพื่อให้การบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยงมีประสิทธิภาพสูงสุด คือ

1. การเลือกสัตว์เลี้ยง โดยเฉพาะในกรณีที่เป็นการเลี้ยงสัตว์ครั้งแรก ควรเลือกเลี้ยงสัตว์ที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตของผู้เลี้ยง
2. ถ้าผู้เลี้ยงหรือสมาชิกในครอบครัวเป็นโรคภูมิแพ้ ก็ควรหลีกเลี่ยงการเลี้ยงสัตว์ที่มีขนอาจเปลี่ยนเป็นเลี้ยงปลาแทน เป็นต้น
3. ไม่ควรให้สัตว์เลี้ยงกับคนที่ไม่แน่ใจว่าเขาจะยอมรับและสามารถดูแลมันได้
4. นักบำบัดควรทำหน้าที่เป็นสื่อกลางในระยะแรกๆ และค่อยๆ ลดบทบาทลงเมื่อผู้รับการบำบัดและสัตว์เริ่มคุ้นเคยกัน เข้ากันได้ เช่น กรณีของการนำสัตว์ (แมว หมา หรือสัตว์อื่นๆ) ให้กับคนชราที่แยกตัวอยู่คนเดียว เพื่อให้เขาได้มีการสื่อสารกับสิ่งมีชีวิต ภาพที่ 3



ภาพที่ 2

การดูปลาว่ายน้ำไปมาอาจทำให้เด็กสนใจและสงบลงได้