動物輔助治療

職能治療科 黃蔚翎

動物輔助治療是一種以目標為導向的介入方式，將某些符合特殊條件的動物納入服務對象的整個治療過程中，在進行過程中必須由醫護相關領域的專業人員診斷病患所需的治療項目並引導病患利用動物來改善，找出患者參與動物輔助治療的癒歷程為：開啟連結、與治療犬為友、與病患為友及引發自我效能。本院在108年7月~10月間，針對適應障礙、憂鬱、精神官能症的病人，由資深動物輔助治療師帶領參與者參與每週一次，一次60分鐘，共計舉辦14場動物輔助治療團體。總收案人數為100人，有91人完成研究。年齡介於 18~44歲。女性8位，男性83位(表1)

參與者於團體開始前及結束後需自填貝克焦慮量表、貝克憂鬱量表、個人信念問卷、BSRS-5(簡式健康量表Brief Symptom Rating Scale)及基本資料。獨立樣本*t*檢定結果顯示實驗組在BAI分數降低明顯多於對照組(表3)，且達顯著異(*t*=2.64, p<.05)。(表2)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 表1 | |  |  |
|  | | 實驗組 | 對照組 |
| 人數 | | 49(53.85%) | 42(46.15%) |
| 年齡 | | 24.17±4.34 | 23.73±3.83 |
| 教育 | 高中職 | 15 | 12 |
| 大學/專科 | 33 | 30 |
| 研究所 | 1 | 0 |
| 軍種 | 志願役 | 45 | 27 |
| 義務役 | 4 | 15 |

由研究結果顯示，參與動物輔助治療可以明顯降低焦慮情緒，且達統計顯著差異。參與者在藉由與動物互動過程中降低焦慮感、學會表達自我想法。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 表2 |  |  |  |
|  | **t** | **自由度** | **顯著性 (雙尾)** |
| BSRS-5 | 1.959 | 86.212 | .059 |
| BDI | .690 | 88.676 | .492 |
| BAI | 2.641 | 68.935 | .010 |
| 自我價值 | .310 | 87.116 | .757 |
| 能力感 | .189 | 87.812 | .850 |
| 自我控制 | .814 | 88.896 | .418 |