

Małgorzata Bednarczyk

Uniwersytet Przyrodniczo-Humanistyczny w Siedlcach
Wydział Przyrodniczy

Felinoterapia jako forma wsparcia włączenia społecznego i rehabilitacji osób niepełnosprawnych

Felinotherapy as a support form of social inclusion and rehabilitation of people with disabilities

Streszczenie: Felinoterapia jest jedną z form ćwiczeń leczniczych dla dzieci i dorosłych. Artykuł podejmuje zagadnienie użytkowania kotów w terapii osób z psychicznymi i fizycznymi zaburzeniami. Autor wskazuje główne obszary wykorzystania tych zwierząt w rehabilitacji, analizując dostępną na ten temat literaturę naukową i wyniki badań naukowych.

Słowa kluczowe: felinoterapia, osoby niepełnosprawne, zaburzenia psychiczne i fizyczne, koty

Abstract: Felinotherapy is a form of therapeutic exercises for children and adults. The paper tackles the issue of using cats in the treatment of people with mental and physical disorders. The author analyses the available literature and research results to highlight the main areas of using cats for rehabilitation purposes.

Keywords: felinotherapy, disabled people, mental and physical disorders, cats

Felinoterapia, zwana też terapią z udziałem kota lub kototerapią, jest jedną z metod animaloterapii stosowanej u dzieci i u dorosłych. Nazwa pochodzi z połączenia łacińskiego słowa *felis* „kot” oraz greckiego *therapeia* „terapia”.

Związek Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących z siedzibą w Katowicach (ZZiPZP), zgodnie ze światowymi standardami, przyjął następującą definicję słowa felinoterapia - to terapia wspomagająca inne terapie, takie jak fizjoterapia, oligofrenoterapia, socjoterapia, resocjalizacja, wspomaganie sensomotoryczne, psychoterapia, terapia pedagogiczna, wspomaganie nauki uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych, w zakresie przeciwdziałania przemocy oraz innych terapii prowadzonych z dziećmi, młodzieżą, dorosłymi i osobami starszymi, mającymi na celu uruchomienie prawidłowego progresu rozwojowego i redukcję przeszkód tak w zakresie somatycznym, jak i psychicznym oraz funkcjonowania społecznego. Felinoterapia powinna być prowadzona jako integralna część terapii właściwej w tym samym miejscu

i w tym samym czasie pod okiem terapeuty głównego (odpowiadającego za prowadzenie terapii właściwej) zwanym providerem [ZZiPZP, 2017].

Dalej ZZiPZP [2017] podaje, iż felinoterapia obejmuje następujące elementy procesu terapeutycznego:

- Wspomaganie i budowę prawidłowych relacji społecznych, tworzących się w trakcie terapii oraz będących przyczyną problemów w prawidłowym funkcjonowaniu człowieka.
- Wspomaganie i budowę zaangażowania klienta (osoby poddawanej terapii) w tzw. progres terapeutyczny.
- Wspomaganie pracy związanej z obniżeniem poziomu emocji dzieci, młodzieży, dorosłych i ich regulacją/autoregulacją.

Felinoterapia, najogólniej mówiąc, polega na poprawieniu kondycji psychicznej i fizycznej poprzez kontakt z kotem i jego opiekunem [Goleman i in., 2012, s. 733].

Kot domowy (*felis catus*, *felis silvestris catus*, *felis silvestris domesticus*) jest ssakiem należącym do rodziny kotowatych. To gatunek kosmopolityczny (o bardzo szerokim zasięgu geograficznym), nie występuje jedynie na terenach, gdzie ekstremalne warunki klimatyczne nie pozwalają mu przeżyć. W zależności od epoki i szerokości geograficznej kot był i jest do dziś ceniony przez ludzi z różnorodnych powodów. Zyskał wielu sympatyków przede wszystkim jako idealne zwierzę domowe. Ceniono także jego doskonałe zdolności łowieckie. Wykorzystywano go do tępienia szkodników, takich jak myszy, które bardzo chętnie gromadziły się w gospodarstwach domowych, aby podkraść i przy okazji niszczyć zbiory. Koty wykorzystywane były również do badań naukowych oraz jako zwierzęta, z których pozyskiwano futra i mięso (Boliwia i Chiny do dzisiaj). Przyjmuje się, że koty zostały udomowione około 4000 lat p.n.e. w Nubii. Natomiast w Egipcie napotkać można pierwsze zapiski na ich temat sięgające około 2000 lat p.n.e. W literaturze fachowej znajdują się również inne daty udomowienia kotów, tj. 9500 lat p.n.e. i 11 000 lat p.n.e. Koty żyją średnio około 15 lat. Jest to wiek kotów egzystujących z dala od zagrożeń cywilizacyjnych, takich jak na przykład samochody. Zwierzęta te żyją na świecie od tysięcy lat i przez ten czas wypracowały sobie zachowania odpowiednie do panujących warunków. Samochody jeżdżą po naszych drogach stosunkowo od niedawna, dlatego koty nie miały jeszcze wystarczająco czasu, aby wypracować techniki obronne przed tego typu zagrożeniami. Wiele osób uważa, że koty są obdarzone siódmym zmysłem. Mają węch, słuch, wzrok, smak, czucie, organ Jacobsona, którego jako ludzie jesteśmy pozbawieni, a także posiadają doskonałą intuicję, która niejednemu człowiekowi uratowała życie. Na przykład, gdy zbliża się jakiś kataklizm, koty nerwowo uciekają z domów. Kiedy Ja-

ponię nawiedziło tsunami, bardzo wiele zwierząt jeszcze przed uderzeniem fal wybiegło z domów i uciekło na wyżej położone tereny. Nie świadczy to jednak o ich nadprzyrodzonej mocy. Odkryto, że koty wyczuwają bardzo delikatne wibracje i dźwięki całkowicie nieodczuwalne dla ludzi. To właśnie dzięki tej umiejętności szybciej dowiadują się o nadciągającym zagrożeniu. Przypuszcza się również, że są w stanie wyczuć także zmiany ciśnienia atmosferycznego towarzyszące nagłym załamaniom pogody. Organ Jacobsona, występujący u kotów, łączy w sobie zmysł powonienia i smaku. Mówi się nawet, że kot smakuje zapach. W takiej chwili staje w bezruchu i oddycha przez lekko uchylony pyszczek. Organ ten połączony jest z podniebieniem dzięki specjalnemu przewodowi, który przekazuje odebrane impulsy do ośrodków płciowych zlokalizowanych w mózgu [Koty. Pochodzenie..., 2013, s. 12, 26, 32].

Koty wykorzystuje się w leczeniu osób niepełnosprawnych, starszych, niedołączonych oraz z zaburzeniami psychicznymi. Są skuteczne jako terapeuci przy: nadpobudliwości, ADHD, autyzmie, zespole Downa, a także przy takich chorobach, jak Alzheimer czy schizofrenia. Kot w relacjach z człowiekiem jest terapeutą i jako taki sprawdza się w domach dziecka, domach opieki, placówkach rehabilitacyjnych, szpitalach, hospicjach, a także w edukacji, szkołach i przedszkolach. Szczególnie przydatny jest dla osób nieśmiałych, z niską oceną własnej wartości, zahamowanych społecznie, z zaburzeniami lękowymi. Koty w szpitalach to wciąż innowacyjny sposób leczenia, znacznie rzadszy niż psy. Prekursorką tej metody jest brazylijska psychiatra Nise da Silveira, która odkryła dobroczynny wpływ kotów na chorych, kiedy to przyprowadziła do szpitala 5 kotów i zauważyła ich zbawienne działanie na pacjentów. Nise da Silveira stworzyła w 1946 roku Zawodową Sekcję Terapeutyczną w Narodowym Centrum Psychiatrii w Rio de Janeiro, a w 1947 roku po raz pierwszy użyła terminu felinoterapia [Skimina B., 2015, s. 10].

Jak wskazują Goleman i in. [2012, s. 734], przy wyborze kota, który będzie użytkowany w felinoterapii, należy brać pod uwagę przede wszystkim charakter zwierzęcia. Cecha ta związana jest z rasą kota. Koty niektórych ras, np. perskie i egzotyczne, są bardzo spokojne i lubią kontakt z człowiekiem, ragdolle mają zdolność rozluźniania mięśni, gdy się je podniesie, potrafią bezwładnie zwisać (stąd też nazwa rasy rag doll, czyli szmaciana lalka), natomiast łagodne i skore do zabawy są maine coony oraz pospolite koty europejskie. Przy wyborze młodego kota należy zwrócić uwagę głównie na jego ufność w stosunku do człowieka. Kolejnym ważnym etapem jest wychowanie kota. Musi nauczyć się częstej zmiany towarzystwa, dotykania i przytulania przez osoby obce o różnym zapachu, temperamentem i w różnym wieku. W trakcie socjalizacji kota wszystkie kontakty muszą być jak najbardziej pozytywne dla

zwierzęcia, aby nie stało się nieufne i nie unikało dotyku. Oprócz ludzi, koci kandydat na terapeutę musi przyzwyczać się do obecności innych zwierząt domowych, np. psa, królika, a szczególnie innego kota, ponieważ w czasie trwania terapii może dojść do kontaktu kilku kotów w jednym czasie i miejscu. Zwierzę musi być przyzwyczajone do noszenia szelek, smyczy, a także podróży w transporterze. Kot musi być również przyzwyczajony do sytuacji codziennych, upadających i stukających przedmiotów, dzwonienia, pukania i innych hałasów. Kot powinien mieć co najmniej rok, by ukształtował się jego system odpornościowy i charakter, a także spełniać wszelkie wymagania sanitarne (szczepienia, odrobaczanie, stała opieka weterynaryjna). W Polsce istnieją certyfikowane hodowle kotów do felinoterapii.

Felinoterapia tym różni się od dogoterapii, że koty w przeciwieństwie do psów nie wymagają specjalnego szkolenia. W terapii wykorzystuje się ich wrodzone zachowania i charakter. Najważniejsze by miały spokojny temperament, lubiły dotyk i głaskanie, nie okazywały zniecierpliwienia i chętnie nawiązywały kontakt z ludźmi [Łapińska, 2013-2014, s. 27].

Zgodnie z wytycznymi Związku Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących, felinoterapia musi charakteryzować się następującymi elementami:

- być prowadzona na podstawie profesjonalnej diagnozy,
- posiadać określony cel terapeutyczny,
- stosowane metody i techniki powinny być tworzone w oparciu o teorie naukowe oraz badania naukowe w zakresie ich skuteczności i stosowania,
- felinoterapia powinna być prowadzona zgodnie ze światowymi standardami pracy terapeutycznej i według uznanych naukowo procedur.

ZZiPZP [2017] podaje, iż każde inne zajęcia nieposiadające łącznie opisanych powyżej cech nie mogą nosić nazwy „felinoterapia” i będą stanowić jedynie zajęcia rekreacyjne, pokazy rozrywkowe, zajęcia dydaktyczne lub pokazy marketingowe z wykorzystaniem kotów. Zgodnie z przyjętą definicją felinoterapii jako terapii wspomagającej inne terapie, felinoterapeuta może prowadzić określony rodzaj terapii w sposób samodzielny tylko wówczas, kiedy posiada uprawnienia do prowadzenia określonego rodzaju terapii właściwej. Oznacza to, że w przypadku prowadzenia np. fizjoterapii z wykorzystaniem kota powinien posiadać uprawnienia fizjoterapeuty i felinoterapeuty. W przypadku posiadania uprawnień jedynie felinoterapeuty, jego praca terapeutyczna powinna odbywać się pod okiem terapeuty głównego, zwanego providerem, tylko w zakresie określonym przez zadania felinoterapii, czyli

w zakresie podniesienia zaangażowania oraz budowy prawidłowych relacji społecznych oraz autoregulacji emocjonalnej. Felinoterapia, zgodnie z podaną definicją, nie może być traktowana i wykonywana jako samodzielna terapia.

W Polsce felinoterapia pojawiła się pod koniec 2005 r. Inicjatywę przeniesienia do Polski programów wizyt kotów w placówkach opieki społecznej oraz pracy z niepełnosprawnymi przy udziale kotów podjęła fundacja „Mruzcący Terapeuta” z Olsztyna. Jednym z prekursorów stosowania tej metody jest Mirosław Tomasz Wende, hodowca kotów rasowych. Prowadzi on zajęcia z dziećmi i osobami dorosłymi. W wielu państwach stworzono profesjonalne programy felinoterapii, wspomagające leczenie osób starszych, chorych psychicznie, dzieci autystycznych oraz resocjalizację więźniów. W Szwecji felinoterapia jest stosowana na szeroką skalę u dzieci autystycznych. Naukowcy udowodnili, że felinoterapia w przypadku dzieci autystycznych jest znacznie bardziej skuteczna niż dogoterapia, ponieważ bezpośrednio i hałaśliwość psa bywa dla tych dzieci zbyt silnym i w efekcie negatywnym doznaniem. Poza to zapach psa może być zbyt intensywny podczas gdy koci zapach jest neutralny. Kocie usposobienie oraz zachowanie, według naukowców z USA, istotnie wpływają na dzieci autystyczne, które po spotkaniu z pupilem są spokojniejsze i bardziej otwarte na kontakt z drugą osobą. Na tej samej zasadzie koci terapeuta może mieć wpływ na leczenie dzieci z nadpobudliwością psychoruchową, niepełnosprawnością intelektualną oraz na dzieci i dorosłych psychicznie chorych. Jego delikatność i nienarzucające się zachowanie często bardziej odpowiada osobom o wrażliwej i zaburzonej psychice [Chodorowska, 2015].

Terapia ze zwierzętami, jako jedna z metod pracy z dziećmi niepełnosprawnymi, dostosowywana jest do indywidualnych potrzeb i możliwości pacjenta, wspomagając jego rehabilitację. Dzięki ciepłu zwierząt osoba rehabilitowana może się wyciszyć oraz zrelaksować. Pogodne usposobienie zwierzęcia i jego otwartość na człowieka jest niezbędnym warunkiem do pracy z dzieckiem niepełnosprawnym zarówno w sferze intelektualnej, jak i ruchowej. Wszelkiego rodzaju wspomaganie rozwoju potrzebne jest każdemu dziecku. Dzieciom zdrowym pomaga rozwinąć dodatkowe zdolności oraz talenty, natomiast dzieciom niepełnosprawnym choć częściowo dogonić rówieśników i lepiej funkcjonować w życiu codziennym [Zagórska, 2013, za Kulisiewicz 2007, s. 191].

Elementy wykorzystywane na zajęciach grupowych dla dzieci z udziałem kota [Godawa, 2014, s. 31]:

- Bezpośredni kontakt z kotem: głaskanie, branie go na ręce, zabawa kontaktowa.
- Zajęcia integracyjne z kotem jako ko-trenerem.

- Opowieści o kotach – felinobajka.
- Rozmowy na temat kotów, m.in. z wystawcami, hodowcami, weterynarzami.
- Połączenie z innymi technikami, m.in. muzykoterapią i plastykoterapią.

Przykładem na skuteczne połączenie felinoterapii i bajkoterapii jest stworzenie bajki terapeutycznej, gdzie jedną z głównych ról odgrywa kot, który w realnym świecie pracuje z dzieckiem.

Terapię z udziałem kota stosuje się w coraz większej liczbie placówek medycznych w Europie. W Anglii i Stanach Zjednoczonych felinoterapia stała się popularna w ciągu ostatnich kilku lat [Budzińska-Wrzesień i in., 2012, s. 1380]. W Polsce w 2011 r., Daria Sawaryn przeprowadziła badanie ankietowe wśród pacjentów hospicjum onkologicznego, którego celem było ukazanie oddziaływania felinoterapii nad usprawnianiem pacjentów onkologicznych. Autorka zaprezentowała następujące wnioski:

- Felinoterapia doskonale wpływa na stymulację zmysłów, co może przyczynić się do poprawy kondycji psychofizycznej pacjentów onkologicznych.
- W ocenie pacjentów onkologicznych felinoterapia wpływa pozytywnie na przebieg leczenia i usprawniania.
- Felinoterapia może wpływać odprężająco i relaksująco.
- Terapia z kotem może również motywować do podejmowania dalszych działań w celu poprawy swojego zdrowia i samopoczucia.

Ćwiczenia, jakie wykonywali pacjenci w hospicjum, to m.in.: dotykanie kota, głaskanie, przysłuchiwanie się dźwiękom, jakie wydaje podczas głaskania, rzucanie mu samodzielnie zrobionych kulek z papieru, ciągnięcie za sobą sznurka, zachęcanie kota do zabaw [Sawaryn, 2013].

Jak wskazują Chmiel i in. [2014, s. 592], głaskanie i przytulanie kotów usprawnia zniekształcone kończyny nie tylko dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym, lecz także starszych osób cierpiących na artretyzm. Kot cechuje się bowiem temperaturą ciała 38-39°C, a więc jego kontakt z ręką człowieka nosi znamiona terapii ciepłem, a ponadto ujemna jonizacja sierści ma działanie uśmierzające ból (miejsca chorobowo zmienione na ciele człowieka są naładowane dodatnio). Mruczenie kota relaksuje i uspokaja nerwowo, głaskanie go obniża u człowieka ciśnienie krwi i zmniejsza o 3% prawdopodobieństwo zawału, a u chorych po przebytych zawałach zwiększa o ok. 30% szanse przeżycia.

Zooterapia, czyli terapia z udziałem zwierząt, to bardzo często stosowana metoda w pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach edukacyjnych, szczególnie chętnie stosowana w szkolnictwie specjalnym [Godawa, 214, s. 29].

Jak wskazuje Wilk [2014, s. 208, 213-214], terapia z udziałem zwierząt może być z powodzeniem wykorzystywana w oddziaływaniach resocjalizacyjnych. W resocjalizacji najczęściej stosuje się dogoterapię, felinoterapię, hipoterapię. Kot, jak zauważa autorka, świetnie nadaje się do terapii dzieci i młodzieży niedostosowanej społecznie, gdyż potrafi wpływać na zmniejszenie zahamowań, ułatwia komunikację międzyludzką, łagodzi konflikty, pomaga uporządkować uczucia i emocje, a także ułatwia odnalezienie się w stresującym otoczeniu, jakim jest placówka resocjalizacyjna. Pomaga również w leczeniu nadpobudliwości, wspomnianego wcześniej autyzmu czy zespołu Aspergera. Porównując felinoterapię z terapią za pomocą psa, należy podkreślić główny czynnik, a mianowicie to, że kota nie tresuje się. Wystarczy jego naturalne zachowanie. Głaskanie kociego futra, przytulanie go, działa na nadpobudliwego młodego człowieka uspokajająco i pomaga w pracy nad często trudną osobowością. Przebywanie z kotem koi nerwy i zapobiega stresom, uczy okazywania pozytywnych uczuć i emocji, zmniejsza poczucie samotności, pomaga w radzeniu sobie z lękiem oraz uczy ufności do świata i ludzi, a reakcje kota, czyli mruczenie czy muśnięcie łapą, mogą zmienić sposób patrzenia na rzeczywistość, do której młodzież niedostosowana społecznie nastawiona jest często wrogo. W zależności od pacjenta terapia może wyglądać różnie. Przede wszystkim jednak jest to kontakt polegający na głaskaniu kociego futra, przytulaniu zwierzęcia, zabawie z nim, czesaniu, wykonywaniu czynności pielęgnacyjnych, karmieniu, czy choćby trzymaniu tylko kota na kolanach. Sama obserwacja kota lub przebywanie w jego towarzystwie może działać terapeutycznie.

Animaloterapia jest aktualnie wprowadzana do placówek wychowawczych, w tym również do placówek resocjalizacyjnych, zwłaszcza w Stanach Zjednoczonych. W Polsce tego typu działania nie są jeszcze tak powszechne. W owej metodzie istotna jest relacja człowiek – zwierzę, gdzie szczególnego znaczenia nabiera element komunikacji ze zwierzęciem, swoiste porozumiewanie się bez słów. Mimo że zwierzę nie rozumie mowy człowieka, to potrafi wyczuć ludzki nastrój i wyłapać pewne niewerbalne sygnały, które świadczą o stanie jednostki. Ta komunikacja pozbawiona jest przekłamań [Chańko i Sołbut, 2014, s. 57]. Zajęcia z zakresu zooterapii (dogoterapia, felinoterapia, hipoterapia, delfinoterapia) wykorzystywane są jako element wspomagający rehabilitację osób niepełnosprawnych. Kontakt ze zwierzęciem pobudza m.in. do tworzenia więzi emocjonalnych, zapewnia stymulację sensoryczną, kształtuje umiejętność reagowania na bodźce zewnętrzne [Juśkiewicz-Swałczyńska i Białkowska, 2015, s. 226].

Girczyś-Poędniok i in. [2014, s. 175] wskazują na szereg zalet wynikających z kontaktu ze zwierzęciem w praktyce psychiatrycznej. Obserwowano,

że w zaburzeniach nastroju zooterapia powoduje redukcję lęku, zmniejszenie poczucia samotności, poprawę samooceny, nastroju i codziennego funkcjonowania. U chorych na schizofrenię prowadzi do zmniejszenia lęku i objawów negatywnych. W wieku podeszłym pozytywnie wpływa na funkcje poznawcze, funkcjonowanie w grupie, powoduje redukcję drażliwości i objawów afektywnych oraz lękowych. Interakcje ze zwierzętami wpływają także na całe spektrum objawów somatycznych (m.in. obniżenie ciśnienia tętniczego i tętna spoczynkowego, poprawa profilu lipidowego, redukcja stężenia glikokortykosteroidów w surowicy krwi), co wydaje się szczególnie cenne w przypadku osób zagrożonych chorobami cywilizacyjnymi. Ponadto, zooterapia jest cennym narzędziem w rehabilitacji osób z schorzeniami neurologicznymi. Całość zmian zachodzących pod wpływem kontaktu terapeutycznego ze zwierzęciem wpływa na poprawę funkcjonowania, a w związku z tym poprawę jakości życia pacjenta. Wynika z tego, że obcowanie z przedstawicielami innych gatunków jest korzystne dla większości osób. Wyjątkiem są pacjenci z alergią na sierść oraz osoby z fobią przed zwierzętami. Warto podkreślić, iż posiadanie w domu psa wiąże się z koniecznością codziennych spacerów, co w przypadku osób mających poważne trudności z poruszaniem czy osób starszych, może stanowić problem. Koty natomiast nie wymagają codziennego wychodzenia na spacer i doskonale czują się w mieszkaniach i domach.

Bibliografia

- Chmiel K., Kubińska Z., Derewiecki T., 2014, *Terapie z udziałem zwierząt w rehabilitacji różnych form niepełnosprawności*, „Probl. Hig. Epidemiol.”, 95(3), Wyd. PTH.
- Budzińska-Wrzesień E., Wrzesień R., 2012, Jarmuż-Pietraszczyk J., Świtacz A., *Therapeutic role of animals in human life – examples of dog and cat assisted therapy*, „Ecol. Chem.” ENG A., 19(11).
- Chańko A., Sołbut A., 2014, *Współczesne dylematy pedagogiki*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych”, rocznik, tom 87, nr 4.
- Chodorowska M., 2015, *Felinoterapia – terapia z udziałem kota jako jeden ze sposobów w pracy z dzieckiem ze sprzężoną niepełnosprawnością*, VII Konferencja Metodyczna „Oddziaływania terapeutyczne w pracy z uczniami z niepełnosprawnością intelektualną”, Białystok, 5.11.2015.
- Girczys-Poędniok K., Pudło R., Szymbal A., Pasierb N., 2014, *Zastosowanie terapii z udziałem zwierząt w praktyce psychiatrycznej*, „Psychiatria”, tom 11, nr 3.

- Godawa S., 2014, *Funkcjonowanie dziecka w przedszkolu masowym. Poradnik dla rodziców, opiekunów i terapeutów*, Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach EFS.
- Goleman M., Drozd L., Karpiński M., Czyżowski P., 2012, *Felinoterapia jako alternatywna forma terapii z udziałem zwierząt*, „Med. Weter.”, 68 (12).
- Juśkiewicz-Swaczyna B., Białkowska J., 2015, *Rola terapii zajęciowej w rehabilitacji*, „Szkice Humanistyczne”, tom XV, nr 3-4, Oszyńska Szkoła Wyższa.
- Łapińska J., *Potęga kociego mrużenia*, „Kocie Sprawy”, grudzień 2013 – styczeń 2014, Wyd. Elawet Spółka z o.o.
- Sawaryn D., 2013, *Felinoterapia w usprawnianiu pacjentów onkologicznych*, „Medycyna Rodzinna”, nr 4, <http://www.czytelniamedyczna.pl/4674,felinoterapia-wusprawnianiu-pacjentow-onkologicznych.html> [dostęp: 18.07.2017].
- Skimina B., 2015, *Futrany lek*, „Dla Nas”, nr 33, Wyd. Zarząd Stowarzyszenia „Otwórcie Drzwi” oraz Zarząd Stowarzyszenia na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej.
- Wilk M., 2014, *Zalety i szanse wykorzystania animaloterapii w resocjalizacji młodzieży niedostosowanej społecznie*, Lubelski Rocznik Pedagogiczny, t. XXXIII.
- Zagórska B., 2013, *Znaczenie dotyku we wspomaganie rozwoju dziecka oraz jego zastosowanie w wybranych rodzajach terapii*, „Kultura i Wychowanie”, nr 5/1.
- Związek Zooterapeutów i Przewodników Zwierząt Pracujących (ZZiPZP) z siedzibą w Katowicach, 2017, *Felinoterapia definicje, standardy pracy*, <http://www.zooterapia.org.pl/zooterapia/felinoterapia-definicje-standardy-pracy/> [dostęp: 18.07.2017].
- Opracowanie zbiorowe, *Koty. Pochodzenie, rasy, zachowania*, 2013, Wyd. SBM Renata Gmitrzak.