

# Research on the Current Situation and Development Trend of Pet Healing

Qianxiu Chen Yueqi Zhao Chang Zou Xiyue Zhang

Beijing University of Technology, Beijing, 100124, China

## Abstract

In the Neolithic period about 10000 years ago, humans have domesticated dogs as pets. Ten thousand years later, humans have domesticated far more pets than dogs. With the continuous development and evolution of human society, not only the types of pets, but also the purpose and mentality of domesticating pets. With the development of human society, people's pet keeping is no longer just for the basic survival needs such as hunting and guarding the house, but for the purpose of "accompanying". Nowadays, with the rapid economic development, many "new pet modes" facing different groups in society have emerged, including pet themed cafes and treatment dogs that provide psychological comfort for sick people. In addition, pets have a far-reaching and lasting impact on family members in ordinary families. This paper explores the healing effect of pets on people's psychology, and makes analysis and planning for the future pet healing career.

## Keywords

pet healing; animal comfort; people and pets; animal-assisted therapy

# 宠物疗愈现状与发展趋势研究

陈芊秀 赵悦琪 邹畅 张熙悦

北京工业大学, 中国·北京 100124

## 摘要

在大约一万年前新石器时期,人类就已经驯化了狗作为宠物。一万年后的今天,人类驯养的宠物已经远远不止犬类。在人类社会的不断发展进化之中,变化的不仅仅是宠物的种类,还有另一个方面——驯养宠物的目的和心态。人类社会发​​展至今,人们养宠物早已不再只是为了打猎、看家护院等基本的生存需求,而是出现了许多以“陪伴”为目的的养宠行为。如今,经济高速发展,应运而生了许多面对社会不同群体的“新型宠物模式”,包括以宠物为主题的咖啡厅、专门为生病人群提供心理安慰的治疗犬。除此之外,宠物在普通家庭中对家庭成员的影响也是深远且持久的。论文针对宠物对人心理方面的疗愈作用进行探究,对未来宠物疗愈事业作出分析和规划。

## 关键词

宠物疗愈; 动物抚慰; 人与宠物; 动物辅助疗法

## 1 宠物疗愈现状分析

当今社会生活节奏加快,人们的压力也在不断加大,由于工作压力引起的各种心理和生理困扰也接踵而至,很多人都处在亚健康状态。而宠物陪伴可以给予人们一种人际交往所不能代替的特殊精神支持,宠物疗愈的概念也随之产生。本次调查对与宠物疗愈事业相关领域的从业人员进行访谈,记录并剖析当今社会对于宠物疗愈现状的了解,为进一步推广宠物疗愈、让人们更好地用宠物疗愈的方式调整自身与疏导负面情绪奠定数据基础。

### 1.1 访谈

本次采访主要采访了一名宠物店的店长与一名从事治疗犬行业的专家,调查专业人士对于宠物疗愈的看法。

【作者简介】陈芊秀(2002-),女,中国河南巩县人,在读本科生,从事广告学研究。

宠物店店长表示之前对宠物疗愈有所了解。她认为,每个小动物都会有自己的使命。有的小动物作为陪伴犬就足够,但是也有部分宠物天生就适合为宠物疗愈工作。

治疗犬专家则为我们给出了更加详细专业的观点分析。目前在专业的角度上讲,动物辅助主要分为三大类:第一类是针对特殊群体(心智障碍与肢体障碍群体等)的动物辅助治疗;第二类是针对高危高压群体的动物辅助活动;第三类是针对青少年学习如何正确的接触小动物与生命教育。但是目前治疗犬不是万能的,它们会受限于空闲与互动形式。而宠物疗愈的工作原理,其实是通过动物作为媒介,去打开它们跟陌生人(医生)的沟通的桥梁。所以这其中离不开人的参与,并不只是单纯地让宠物与受治疗者待在一起便能起到治疗的效果。

通过对比专业人士与普通大众对于宠物疗愈的看法,可以看出,普通大众理解中的宠物疗愈与实际专业上的宠物疗愈存在一定偏差。这主要来自当前大众对于宠物疗愈

概念的不熟知。

## 1.2 结果分析

当下社会,大部分人虽然对于“宠物疗愈”这个专业性的概念并不太知晓,但是基本都认可宠物为现代人所带来的积极影响。并且,绝大部分人对于宠物疗愈的前景十分看好,这是一个非常好的信号。说明我们在加强宣传科普、探索宠物疗愈的最佳形式后,能够使宠物疗愈事业快速发展,以此帮助到更多的人。

通过研究,我们发现虽然大家对于宠物普遍持接受且喜爱的态度,但是普遍大众对宠物疗愈的了解程度并不高。而当下宠物疗愈未在社会之中进行普及的原因主要是饲养宠物分成本和公众对宠物疗愈的认知还有待提高。只要公众对宠物疗愈的认知提升,温顺、黏人、驯化程度高的疗愈型宠物一定会可以被更多人所接受。而如果我们不断进行正向积极的宣传,有朝一日一定可以打破宠物疗愈在大众认知中的局限性。

宠物疗愈是现如今非常好的疗愈方式,不仅可以用于盲人、自闭症儿童等特殊群体的日常生活和治疗,而且对于健康人群的情绪也有着正向的作用,宠物用它们天然的可爱神态、温顺的品性还有后期专业的驯化,使人们的心情得到放松,负面情绪得到疏解。未来,宠物疗愈一定可以走向普罗大众的事业,并成为主流疗愈模式<sup>[1]</sup>。

## 2 宠物疗愈发展前景分析

宠物疗愈的发展前景可以说是非常广阔的,但目前在中国开发的还并不完全,大众群体对宠物聊天的认知普遍较低。对于“宠物”的理解还仅仅停留在个人或家庭的爱好上。根据我们的调查结果显示,大部分人认为中国专业的宠物疗愈机构太少,普及程度太低是目前最大的问题。

### 2.1 宠物疗愈与独居人群

随着社会生活的进步与更迭,当代环境下一个显著的生活方式即为独居。越来越多的90后、00后在步入工作岗位后,没有步入婚姻前的阶段选择独自生活。由于平日里工作繁忙,丧失了许多外出社交的时间与机会,大多数“上班族”都有着强烈的孤独感,因此宠物陪伴成为热门话题。调查研究显示,90后、95后独生子女一代饲养宠物年平均消费约为5000元,由此可以看出,与过去不同的是,如今饲养宠物更多是注重宠物的“衣食住行”,是将宠物作为家庭成员来饲养。对于青年主人来说,宠物可以是他的“孩子”“弟弟妹妹”“伙伴”甚至是“伴侣”,宠物不单单是一个动物,而是被赋予了精神意义的慰藉。宠物除了可以安静陪伴外,部分宠物还“通人性”:具有三岁孩童智商的边境牧羊犬,通过生活中的日常训练,边牧可以实现许多“特异功能”,如取快递、叼拖鞋等,它们甚至可以读懂主人的情绪,主人开心的时候它们会在主人身边转圈,主人难过的时候依偎在主人身旁……这都给予有孤独感的人强大的心灵支撑。当然,除青年人外,独居老人也是需要宠物陪伴关注的群体。

因离异丧偶等原因独自生活的老人,尤其是退休后,他们会感到失去个人价值和社会意义,这时孩子又因组建新的家庭或工作不能陪伴在老人身边,就需要一个宠物来充实他们的生活,为他们重拾信心和意义。由此可见,宠物的陪伴不仅是一个玩物,更多的是精神层面的照顾和帮助,是独自生活的人群的重要精神支撑<sup>[2]</sup>。

### 2.2 宠物疗愈与残障人士

我们平日了解较多的宠物疗愈,大多是导盲犬对人的生活协助。如今导盲犬的成体系训练等机构的成立,为盲人群体提供了极大的便利,在方便生活的同时也增强了盲人的自尊心和安全感。但还有其他不同方面的身体状况的人群,在有了宠物的陪伴后对他们的生活有了帮助和改善。2020年1月2日,英国患有脊髓性肌肉萎缩的Chloe Belloti拥有一只帮助她独立生活的“小助手”——拉布拉多犬Morris。这只聪明的狗帮助Chloe Belloti在超市付款、从洗衣机里取衣服,甚至还能从银行ATM机里取钱。还有部分罹患抑郁症、情绪障碍等疾病的患者,通过与宠物的互动获得了心灵上的治愈,显著提升体内内啡肽的水平,感到愉悦,从而释放内心的焦虑、压力等不良情绪<sup>[3]</sup>。

### 2.3 宠物疗愈与普通人群

在本项目的调查过程中,有80%以上的人表示和宠物相处时心情会变好,此情况不仅适用于自家宠物,对于和别人的宠物互动的情况时,也会给人们的心理产生同样的积极效果。会给生活带来积极向上的活力。近年来大量猫咖、狗咖的出现,也体现出人们普遍认为和宠物相处是一种非常好且有效的放松方式。然而,猫咖、狗咖仍然有一定问题存在,如消费过于昂贵、宠物健康得不到保障、互动安全性得不到保障、主要针对年轻人消费市场等问题。由此看来,猫咖、狗咖等形式想要达到宠物疗愈的目标,还有一定的距离。不过猫咖、狗咖的模式确实有它值得借鉴的地方,像和咖啡厅形式的结合、比较便捷的消费模式和轻松的氛围,毕竟大多数普通人每天忙碌于生活,如果将宠物疗愈的场所做的过于专业化或是有第三方的打扰,那么宠物疗愈的形式无疑会很难在普通大众中开展。

缩小大众与宠物疗愈之间的“距离感”是普及宠物疗愈的重要一环。如果以猫咖、狗咖等形式作为发展的思路,宠物疗愈就是在它的基础上加强专业性和普遍性。加强专业性包括加强人员的专业性和宠物的专业性两方面,首先最为重要的一点,参与宠物疗愈过程的宠物,无论是猫类、犬类,还是其他品种的宠物,都应该是经过专业评定,像选拔搜救犬、巡逻犬一样,选择驯化程度高、稳定性好的,避免在互动过程中让人感到更加“闹心”,从而产生负面效果。对于专门用于宠物疗愈的宠物,还可以设定专门的“身份证书”,如现在已有的犬类的“精神抚慰犬证”。对于专业人员,应当能掌握一只专门从事宠物疗愈的宠物从选种、出生、培养、成熟全过程,掌握一些基本的医护常识等<sup>[4]</sup>。

## 2.4 宠物疗愈与患病人群

对于患有某些疾病的人群来说,宠物不仅仅可以带来心理方面的疗愈,对于疾病的治疗也有一定的积极作用。尤其是对于犬类而言,由于犬类的嗅觉十分灵敏,很多时候动物能察觉出主人身体的异样,如预防癫痫、高血糖的发作,甚至可以嗅出癌症的发生。当然像检查疾病这样专业的事情,目前还不能指望依靠犬类去实现,由于不同犬类的嗅觉灵敏度、智力和注意力不同,即使狗狗能嗅出主人身体的异常,也很难正确表达,或是让主人正确理解。所以,在推广宠物疗愈的同时,有一点需要明确:宠物疗愈不能代替传统治疗或者专业的医疗检查,宠物疗愈仅作为辅助和改善作用。当然,只要能善用这一点宠物疗愈也能使传统治疗达到事半功倍的效果。对于患有疾病的人群的宠物疗愈则需要更强的专业性。从过去出现过的类似“宠物疗愈”案例中,我们不难看出,基本上大多数参与这个过程的都是犬类,而且都是比较高智商的犬类。在宠物疗愈的未来发展中如果要兼顾患有疾病的人群,那么就需要更加系统地筛选宠物,并进行专业的训练。当然,有的时候主人跟宠物之间还需要一点

特殊的“灵犀”,这可能需要很长时间的磨合过程<sup>[5]</sup>。

## 3 结语

中国的宠物疗愈还处于刚刚冒头、没有广泛普及的阶段,它的发展之路还任重道远。不过目前已经能看到宠物疗愈广泛的未来发展市场,现在需要的是提高公众对宠物疗愈的认知度,逐渐将宠物疗愈的概念融入生活的许多方面,随着宠物疗愈的普及度提高,将会出现一些专业的宠物疗愈团队和机构,从宠物的培养,到针对不同人群的疗愈模式,宠物疗愈将走向更加专业化、大众化的发展道路。

## 参考文献

- [1] 安宁.宠物——天生的疗愈高手[N].齐鲁晚报,2013-12-22.
- [2] 周霞,郑日昌,傅纳.宠物与儿童社会情绪的关系[J].环球宠物科技,2007,21(11):804-808.
- [3] 维明.独特的“动物疗法”[J].农经,2000(5):35.
- [4] 刘斌志,王李源.动物辅助疗法:基于人与动物关系的社会工作机制[J].西南石油大学学报,2019,21(2):36-38.
- [5] 张茂杨,彭小凡,胡朝兵,等.宠物与人类的关系:心理学视角的探讨[J].心理科学进展,2015,23(1):142-149.