

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Dogoterapia pozytywnie wpływa na zdolności poznawcze

Terapia z udziałem psa pomaga zmniejszyć poziom odczuwanego stresu, a także poprawia zdolność koncentracji, planowania i zapamiętywania - wynika z badań przeprowadzonych

przez naukowców z Washington State University i opublikowanych w piśmie „AERA Open”.

Podczas wcześniejszych badań naukowcy zaobserwowali, że spędzanie zaledwie 10 minut na zabawie ze zwierzętami zmniejszało krótkoterminowo poziom stresu badanych.

Obecne badania trwały trzy lata. Wzięło w nich udział 309 studentów, których losowo przypisano do jednego z trzech czterotygodniowych programów radzenia sobie ze stresem.

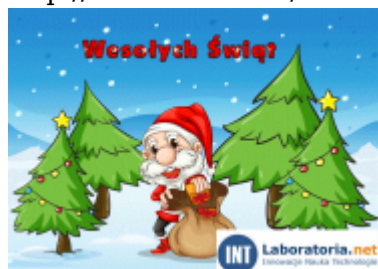
U studentów, którzy byli najbardziej narażeni na zaburzenia zdrowia psychicznego związane ze stresem i uczestniczyli w terapii z udziałem psa zaobserwowano największą poprawę w zakresie funkcji wykonawczych. Pozytywny wpływ terapii utrzymywał się przez kolejne sześć tygodni.

Znacznie słabsze rezultaty widoczne były u osób, które brały udział w tradycyjnych wykładach i warsztatach na temat radzenia sobie ze stresem bez udziału zwierząt.

„Kontakt ze zwierzęciem pozwala na większe odprężenie podczas pracy nad tym co nas stresuje. Koncentrujemy się wtedy bardziej na rodzeniu sobie z problemem i czujemy się mniej przytłoczeni. Wspomaga to procesy myślenia, wyznaczania celów, a także motywację, koncentrację i zapamiętywanie” – mówi Patricia Pendry, autorka analizy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/30584.html>



23-12-2024

[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy