

[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

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



09-04-2026

Światło uwięzione w ultracienkiej siatce

Ten wynik otwiera drogę do nowych, płaskich elementów fonicznych.



09-04-2026

Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu

Będzie można regenerować kości i stawy



09-04-2026

WAT z nowymi pracowniami dla Instytutu Radioelektroniki

Otrzymał nowy budynek z pracowniami i aulą dla studentów.



09-04-2026

Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki

Dwie trzecie z nich wyciąga inne wnioski.



09-04-2026

Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego

Bakterie rozprzestrzeniają się nie tylko w szpitalach.



09-04-2026

[Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#)

Przydatnym w leczeniu wielu schorzeń, jak choroby nowotworowe i autoimmunologiczne.



09-04-2026

[Bez podstawowej wiedzy o roślinach](#)

Wprowadzamy coraz więcej gatunków obcych inwazyjnych.



30-03-2026

[Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia](#)

Przyznał je 402 osobom.

Informacje dnia: [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#) [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść](#)

[zupełnie inne wyniki Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#)
[Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p Światło uwiecznione w ultracienkiej](#)
[siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracowniami dla Instytutu](#)
[Radioelektroniki Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#)
[Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego Naukowcy pracują nad](#)
[biosyntetycznym supermikrobiomem p](#)

Partnerzy