

FILOZOFSKA FAKULTETA
OSREDNJA HUMANISTIČNA KNJIŽNICA

Maja Kuhar

**AKTIVNOSTI S POMOČJO TERAPEVTSKEGA PSA KOT STORITEV
VISOKOŠOLSKE KNJIŽNICE**

Pisna naloga za bibliotekarski izpit

Ljubljana, 2025

Ključna dokumentacijska informacija

Ime in PRIIMEK: Maja KUHAR

Naslov pisne naloge: Aktivnosti s pomočjo terapijskega psa kot storitev visokošolske knjižnice

Kraj: Ljubljana

Leto: 2025

Št. strani: 34

Št. slik: 12

Št. preglednic: 1

Št. prilog: 1

Št. strani prilog: 2

Št. referenc: 41

Strokovno usposabljanje za bibliotekarski izpit je potekalo v: Osrednji humanistični knjižnici na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani, Oddelek za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo

Mentorica v času strokovnega usposabljanja: Kristina Pritekelj, Osrednja humanistična knjižnica Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani, Oddelek za slavistiko

UDK: 027.7:636.7.044

Ključne besede: terapijski psi, visokošolske knjižnice, terapija s pomočjo živali, knjižnične storitve

Izvleček:

Zaradi pozitivnih učinkov na fizično, psihično, kognitivno stanje uporabnika je terapija s pomočjo psov v širšem pomenu prisotna in prepoznana v ustanovah, kot so bolnišnice, šole, varstveno-delovni centri ipd. V knjižnicah po Sloveniji je dejavnost razširjena predvsem v šolskih in splošnih knjižnicah, medtem ko je v tujini opaziti tudi primere dobre prakse pri vključevanju terapijskih psov v visokošolske knjižnice. Največkrat se aktivnosti izvajajo z namenom podpore učenju ali sprostitve med obdobjem priprav na izpite. To prakso smo želeli preslikati v okolje Osrednje humanistične knjižnice Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani, kjer bi želeli izboljšati percepcijo študentov do prostorov oddelčnih knjižnic in povečati uporabo čitalniških mest v njih. S tem namenom smo, v sodelovanju s terapijskim parom iz Slovenskega društva za terapijo s pomočjo psov Tačke Pomagačke, zasnovali in izvedli sprostitevne aktivnosti s pomočjo terapijskega psa. Po izvedenih urah smo z udeleženci izvedli anketo. Zaradi pridobivanja večjega števila odgovorov smo anketni vprašalnik razposlali še študentom, ki so se tovrstnih aktivnosti v letu 2025 udeležili v organizaciji dveh drugih visokošolskih knjižnic v Sloveniji. Rezultati kažejo, da so bili udeleženci po aktivnosti bolj sproščeni in bi se podobnih ur še udeležili. Ob občasni prisotnosti terapijskega psa bi knjižnico dojemali bolj pozitivno in bi bili motivirani za pogostejše obiske. Z raziskavo smo želeli preveriti, ali so v slovenskih visokošolskih knjižnicah potencialni uporabniki naklonjeni takšnim aktivnostim. Upamo, da bodo izsledki koristni visokošolskim knjižničarjem pri odločanju o vključitvi tovrstnih storitev.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD.....	1
2	TERAPIJA S POMOČJO PSOV.....	3
2.1	TERAPEVTSKI PES IN NJEGOV VODNIK.....	3
2.2	USTANOVE IN UPORABNIKI.....	4
2.3	VRSTE TERAPIJ S POMOČJO PSOV	5
2.3.1	Terapija s pomočjo psa	5
2.3.2	Aktivnost s pomočjo psa.....	6
2.3.3	Program R.E.A.D. (Reading Education Assistance Dogs).....	6
2.4	PREDNOSTI TERAPIJE S POMOČJO PSOV	7
3	TERAPIJA S POMOČJO PSOV V SLOVENIJI.....	8
4	TERAPIJA S POMOČJO PSOV V KNJIŽNICAH IN VISOKOŠOLSKIH USTANOVAH	9
4.1	KNJIŽNICE.....	9
4.2	VISOKOŠOLSKE USTANOVE	10
5	RAZISKAVA	11
5.1	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA.....	11
5.2	METODOLOGIJA IN VZOREC	11
5.3	NAČRTOVANJE IN POTEK AKTIVNOSTI S POMOČJO TERAPEVTSKEGA PSA	12
5.4	REZULTATI	14
5.4.1	Vpliv aktivnosti na počutje udeležencev	15
5.4.2	Obisk in percepcija visokošolske knjižnice.....	16
5.4.3	Umeščanje aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa v okolje visokošolske knjižnice	18
5.4.4	Čustva, asociacije in dodatne misli	20
6	RAZPRAVA.....	22
7	ZAKLJUČEK	23

8	NAVEDENI VIRI IN LITERATURA.....	25
	PRILOGA.....	I

KAZALO SLIK

Slika 1: Izvedba ure v Knjižnici Oddelka za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo	13
Slika 2: Število anketirancev po posameznih ustanovah.....	14
Slika 3: Število anketirancev glede na letnik študija, v katerega so vpisani	14
Slika 4: Ocena počutja anketirancev pred izvedeno uro.....	15
Slika 5: Ocena počutja anketirancev po izvedeni uri	16
Slika 6: Pogostnost uporabe prostorov visokošolske knjižnice.....	16
Slika 7: Terapevtski pes in percepcija visokošolske knjižnice.....	17
Slika 8: Terapevtski pes kot motivacija za obisk knjižnice.....	18
Slika 9: Primernost aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa v visokošolski knjižnici.....	18
Slika 10: Ocena verjetnosti ponovne udeležbe aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa	19
Slika 11: Nabor aktivnosti, ki bi se jih udeležili.....	20
Slika 12: Besedni oblak asociacij	21

KAZALO PREGLEDNIC

Preglednica 1: Seznam asociacij, ki so jih anketiranci navedli od dva- do štirikrat.....	20
--	----

KAZALO PRILOG

Priloga 1: Anketni vprašalnik	I
-------------------------------------	---

ZAHVALA

Iskrena hvala mentorici Kristini Pritekelj za neprecenljivo pomoč, nasvete in usmerjanje v času usposabljanja.

Velika zahvala gre Tjaši Jug, moji predhodnici v knjižnici Oddelka za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo, ki je potrpežljivo odgovarjala na moja vprašanja in mi pomagala pri zagatah tudi po izteku njene zaposlitve na tem delovnem mestu.

Zahvalila bi se tudi vsem kolegom bibliotekarjem Osrednje humanistične knjižnice, ki so me prijazno sprejeli v kolektiv in mi pomagali med uvajanjem.

In nazadnje hvala Archieju, najboljšemu psu na svetu, ker mi z neskončno potrpežljivostjo pomaga širiti ljubezen do branja med novimi generacijami.

*»Vsi psi so terapevtski psi,
nekateri zgolj delajo pod krinko.«*

1 UVOD

Knjižnice se dandanes vse bolj prizadevajo preseči stereotipe o tem, da so zgolj prostori, namenjeni shranjevanju knjig. Zakon o knjižničarstvu (ZKnj-1, 2001) v prvi alineji 2. člena definira, da knjižnična dejavnost zajema »*zbiranje, obdelovanje, hranjenje in posredovanje knjižničnega gradiva*«. Poleg tradicionalnih nalog knjižnice vse bolj poudarjajo svojo vlogo kot prostor druženja, sodelovanja in kakovostnega preživljanja prostega časa. Pri tem uvajajo tudi storitve in inovativne dejavnosti, ki knjižnici predstavljajo dodano vrednost. Primer takšne storitve je terapija s pomočjo psov, ki je v šolskih in splošnih knjižnicah namenjena predvsem izboljšanju bralne pismenosti med otroki.

Terapija s pomočjo psov se uporablja kot krovni pojem za več vrst dejavnosti z različnimi cilji in strukturami, med katere spada tudi aktivnost s pomočjo terapevtskega psa. Na splošno ima takšna dejavnost mnoge dokazane pozitivne učinke. Že ob prisotnosti in božanju psa se uporabnikom zniža krvni tlak in umiri srčni utrip. Uporabniki sami poročajo o boljšem počutju in zadovoljstvu. Strokovni delavci opažajo, da je prisotnost terapevtskega psa visok faktor motivacije pri gibalnih ali kognitivnih aktivnostih.

Tako na raziskovalnem kot na praktičnem področju so terapije s pomočjo psov v Sloveniji v porastu. V izobraževalnih ustanovah so zelo razširjene v osnovnih in srednjih šolah, v visokošolskem okolju pa še niso prepoznane, so pa dobro razvite v tujini. Aktivnosti se pogosto izvajajo med izpitnim obdobjem, ko je nivo stresa pri študentih povišan. Poudarek aktivnosti s študenti je na sproščanju in motivaciji, saj študentje pogosto doživljajo visoko stopnjo obremenitev zaradi študijskih obveznosti, izpitov in drugih življenjskih izzivov. Med organizirano uro lahko študentje navežejo stik s psom ter se s tem sprostijo. S takšno dejavnostjo se lahko pri študentih vzpostavijo pozitivne asociacije o študijskih prostorih. Po zgledu aktivnosti že uveljavljenih v osnovnih in srednjih šolah so možne tudi preslikave tehnik za pomoč pri usvajanju konkretne študijske snovi. Na tak način lahko knjižnice krepijo svojo podporno vlogo v študijskem procesu ter prispevajo k celostnemu dobremu počutju akademske skupnosti.

Osrednja humanistična knjižnica Filozofske fakultete (v nadaljevanju OHK FF) je največja fakultetna knjižnica Univerze v Ljubljani in peta največja knjižnica v Sloveniji. Sestavlja jo osemnajst oddelčnih knjižnic, ki so prostorsko umeščene na posamezne oddelke (Osrednja

humanistična knjižnica ..., 2020). V sklopu OHK FF deluje tudi Knjižnica Oddelka za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo (v nadaljevanju OHK BIB), ki je prostorsko, kadrovsko in po številu gradiva ena najmanjših knjižnic OHK FF. Ustanovljena je bila leta 1987. Soba z gradivom v prostem pristopu in delno zaprt čitalniški prostor skupaj obsegata zgolj 36 m², na katerih je na voljo 11 čitalniških mest. Ob zadnjem popisu gradiva aprila 2025 je zbirka obsegala 15.780 enot gradiva, od katerih se večina nahaja v dislociranem skladišču. OHK FF se spopada s prostorsko stisko in težko sledi mednarodnim trendom, ki tudi visokošolskim knjižnicam narekujejo razvoj prostora onkraj meja tihih čitalnic. Strokovni standardi in priporočila za visokošolske knjižnice (2021) navajajo, da mora »visokošolska knjižnica načrtovati, zagotavljati in razvijati ustrezen obseg ter kakovost knjižničnih storitev, ki v prvi vrsti podpirajo poslanstvo in cilje visokošolskega zavoda ter izvajanje in razvoj njegove izobraževalne, znanstvenoraziskovalne ter strokovne dejavnosti« ter da naj bodo njeni prostori »organizirani kot varni prostori, ki omogočajo oziroma spodbujajo dobro počutje uporabnikov, ne glede na njihovo izobrazbeno, socialno, versko, spolno, etnično, družbeno, politično, ekonomsko ali katero koli drugo osebno okoliščino«. OHK FF v svoji razdrobljenosti sicer nudi prostore (tudi v ta namen prenovljene učilnice) za tiho učenje, a se študentje velikokrat namesto uporabe čitalniških mest, ki se v majhni knjižnici nahajajo zraven izposojevalnega pulta, raje poslužujejo študiranja in druženja na hodnikih fakultete. Nasprotno pa je majhen prostor knjižnice OHK BIB velikokrat dobrodošel za izvedbo druženj, čajank, sestankov in bralnega kluba študentov. Namen pričujoče pisne naloge je zato raziskati potencial za uvedbo nove storitve, preko katere bi želeli nadgraditi stik z uporabniki, jim približati tako OHK FF kot oddelčno knjižnico OHK BIB in preko spremembe percepcije spodbuditi obisk. Izbrana tema do sedaj še ni bila obravnavana kot tema pisne naloge za bibliotekarski izpit, zato smo zasnovali primer aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa in jo ponudili uporabnikom OHK FF. Po končani uri so udeleženci izpolnili anketo, s katero smo želeli pridobiti predvsem pogled potencialnih uporabnikov na tovrstne storitve. Zaradi večje veljavnosti zaključkov smo k izpolnjevanju ankete povabili tudi študente Biotehniške fakultete Univerze v Ljubljani ter študente Univerze na Primorskem, ki so se takšnih aktivnosti v njihovih visokošolskih knjižnicah udeležili spomladi 2025. Zanimalo nas je, ali so študentje naklonjeni tovrstnim storitvam in ali to vpliva na njihovo percepcijo visokošolske knjižnice kot prostora. Skozi pregled literature in rezultate ankete želimo stroki predstaviti učinke in mnenja udeležencev glede aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa za potrebe sproščanja in motivacije študentov.

2 TERAPIJA S POMOČJO PSOV

Terapija s psom je oblika terapije, pri kateri ob prisotnosti za to usposobljenega psa odpravimo ali zmanjšamo motnje fizičnega, psihičnega ali socialnega zdravja (Kranjc in Berčič, 2008). Zametki terapevtskega dela s pomočjo psov segajo v šestdeseta leta prejšnjega stoletja, ko je otroški psihiater Boris Levinson opazil, da so otroci ob prisotnosti psa postali bolj sproščeni in zgovorni. Sledil je postopen razvoj in formalizacija v organizirano obliko dela (Trampuš, 2014b).

2.1 TERAPEVTSKI PES IN NJEGOV VODNIK

Evolucija in družabništvo med človeško in pasjo vrsto je razlog, da so psi kot živali v osnovi nagnjeni k iskanju stika s človekom. Pes bo sicer najbolj pozoren do svojega človeškega sopotnika, a je zmožen izražanja veselja tudi do drugih ljudi (Marinšek in Tušak, 2007). Zmožen je izkazovati pristno naklonjenost različnim uporabnikom, tudi tistim, ki jecljajo, imajo telesne hibe ali neprijeten vonj. Psi vse ljudi sprejemajo brezpogojno, iskreno in nepreračunljivo, kar jih naredi zelo primerne terapevtske živali (Kranjc in Berčič, 2008; TEDx Talks, 2025). A veselo mahanje z repom ni dovolj. Pes, s pomočjo katerega opravljamo terapijo, mora biti ustrezno socializiran, vodljiv, zaupljiv, poslušen, naklonjen do vseh ljudi. Ob kombinaciji genetskih predispozicij, prijaznega značaja in predane vzgoje se tak pes ne sme bati pripomočkov, kot so bergle in invalidski vozički; gneče, nenadnih gibov in hrupa ne sme doživljati kot grožnjo. Od dela ga ne smejo odvrniti različne površine, kot so dvizne mize (Ilič, 2013; Trampuš, 2014b). Kljub temu da je dobrobit psa med delom na prvem mestu in da se terapija izvaja v mirnem in kontroliranem okolju, morajo imeti terapevtski psi vseeno izjemno visok tolerančni prag in stopnjo prilagodljivosti v različnih okoljih in nepričakovanih situacijah, ki se lahko zgodijo med delom (Kranjc in Berčič, 2008).

Vendarle pa je terapevtski pes v svojem bistvu živo bitje s potrebami in nagoni. Ko se odzove na motilce ali druge stresne dejavnike med delom, je dolžnost njegovega vodnika, s katerim skupaj sestavljata terapevtski par, da to prepozna in poskrbi za njegovo varnost in udobje. Med delom vodnik psa vodi, skrbi za pravilen pristop uporabnikov do njega in ga motivira (Ilič, 2013). Da lahko pes in vodnik uspešno sodelujeta, je naloga slednjega, da svojega psa dobro pozna in se nenehoma strokovno izpopolnjuje ter izobražuje na področju kinologije s

poudarkom na zdravju psov in pasji govorici. Le tako lahko razume, kaj je vzrok določenega obnašanja psa in ali pes med delom potrebuje krajši premor (Marinšek in Tušak, 2007).

Pes, ki je skupaj z vodnikom uspešno prestal testiranje in opravil proces šolanja in pridobil licenco terapevtskega psa, lahko opravi do dva obiska ustanov na teden, vsak obisk pa naj ne bi trajal dlje od 50 minut (Marinšek in Tušak, 2007). Ob obisku mora biti pes čist in urejen ter imeti veljavno veterinarsko potrdilo, da je primeren za tovrstno delo.

2.2 USTANOVE IN UPORABNIKI

Besedna zveza terapevtski pes je v mednarodnem okolju uveljavljen termin. Pridevnik terapevtski nakazuje povezavo z zdravljenjem, terapijo (Trampuš, 2014b), zato je prva misel na terapijo s pomočjo psov prav v zdravstvenih in sorodnih ustanovah. Ciljne skupine uporabnikov so otroci, ljudje s posebnimi potrebami, osebe z gibalno oviranostjo ali duševnimi motnjami in ostareli (Kranjc in Berčič, 2008).

Glede na vrsto ustanove in uporabnike se prilagajajo tudi cilji terapije. Tako so v bolnišnicah, rehabilitacijskih centrih in domovih starejših občanov cilji izboljšane motorične sposobnosti, spomina in zmanjševanje stresa. Obiski so še posebej dobrodošli pri dalj časa hospitaliziranih pacientih. Marinšek in Tušak (2007) navajata rezultate, ki kažejo, da je prisotnost živali v psihiatrični bolnišnici občutno zmanjšala siceršnje simptome tamkajšnjih pacientov. Prav tako so opazne spremembe v obnašanju pri pacientih z Alzheimerjevo boleznijo in demenco. Izkušnje z delom v zdravstvenih ustanovah kažejo, da so stanovalci v domovih za starejše po terapiji s pomočjo psov manj depresivni in tesnobni kot običajno (Francis idr., 1985, v Marinšek in Tušak, 2007; Kranjc in Berčič, 2008). Zaradi opažanja pozitivnih učinkov se je delo s terapevtskimi psi razširilo tudi v druge, predvsem izobraževalne, vrste ustanov, kot so vrtci, šole in knjižnice.

Mojca Trampuš je s svojo terapevtsko psičko Šapo v Sloveniji orala ledino pri vpeljavi terapevtskih psov v osnovne in srednje šole (Trampuš, 2014a; Trampuš in Štefe, 2014). Ima tudi zasluge pri koordinaciji in implementaciji programa Mreža šolski pes (b. d.) v slovensko okolje. Program povezuje vzgojno-izobraževalne ustanove, ki v svoj proces redno vključujejo terapevtskega psa. Tovrstni programi so aktivni tudi v Nemčiji, Švici, Avstriji in drugod. Trampuš (2014b) opisuje šole (kar pa lahko posplošimo na večino izobraževalnih in drugih

ustanov, v katerih se izvaja terapija s pomočjo psov) kot institucije, ki so v svojem bistvu pogojene s številnimi omejitvami, formalnostmi, tisti, ki tam delajo ali jih obiskujejo, pa velikokrat pogrešajo kanček spontanosti in veselja. Med dijaki in strokovnimi delavci na srednji šoli (profesorji, psihologi, pedagogi) je izvedla anketo o prisotnosti psa v pedagoškem procesu. Rezultati so bili skoraj enoglasno pozitivni. Podobne rezultate sta med pedagoškimi delavci v šoli že 20 let prej opazala Trivedi in Perl (1995), ki navajata, da so se zaposleni v izobraževalni ustanovi pozitivno odzvali na obiske »šolskega psa«. Kot spremembe, ki jih lahko pričakujemo ob prisotnosti psa v šoli, Trampuš (2014b) našteje umirjenost, motivacijo, medosebne stike, sproščenost, samozavest, empatijo, potrpežljivost in iskrenost. Podobne pozitivne učinke opazajo tudi na Biotehniškem izobraževalnem centru Ljubljana, kjer lahko dijaki, pod določenimi pogoji, v razred pripeljejo tudi svoje pasje ljubljence (Bašić, 2025).

2.3 VRSTE TERAPIJ S POMOČJO PSOV

Fraza »terapija s pomočjo psa« je že dodobra uveljavljena in se tako v strokovni literaturi kot v vsakdanjem življenju redno uporablja kot krovni pojem za več vrst programov, med katerimi sicer obstajajo jasne razmejitve. Zaradi prepoznavnosti jo uporabljamo tudi v pričujoči nalogi, zavedajoč se, da standard SIST 1192 (2023) kot krovni pojem sicer definira »posredovanje s pomočjo psa«, a termin v praksi ni uveljavljen. Pod krovnim pojmom se izvajajo različni programi, od katerih so za namen te naloge relevantni naslednji:

2.3.1 Terapija s pomočjo psa

V ožjem pomenu je terapija s pomočjo psa po svoji strukturi najzahtevnejši program. Na strukturiranih urah terapije je še posebej pomembno sodelovanje med vodnikom terapevtskega psa in strokovno osebo, ki v ustanovi organizira uro. Ob izvedbi mora biti zadoščeno več elementom. Pred pričetkom morajo biti težave uporabnika jasno opredeljene, zastavljeni morajo biti želeni cilji (Ilič, 2013), ki stremijo k pospešenemu izboljšanju fizičnega, socialnega, čustvenega ali miselnega delovanja uporabnika (Marinšek in Tušak, 2007). Za dosego teh ciljev je potrebno v sodelovanju s strokovno osebo predhodno pripraviti strukturiran potek terapije. Naloga strokovne osebe med samo izvedbo terapije je spremljanje in vodenje uporabnika, medtem ko se vodnik terapevtskega psa osredotoča na vodenje in motiviranje psa. Terapija se lahko izvaja na individualni ali skupinski ravni. Učinek terapije se meri kot razlika v oceni

stanja pred in stanja po terapiji (Ilič, 2013). Najpogosteje se izvaja v zdravstvenih in rehabilitacijskih ustanovah ali z uporabniki s posebnimi potrebami.

2.3.2 Aktivnost s pomočjo psa

Struktura aktivnosti je v primerjavi s terapijo manj definirana in sistematična. Vseeno gre za dejavnost s pozitivnim, terapijskim učinkom, a se težave uporabnikov ne beležijo, učinki in cilji pa niso načrtovani, analizirani in dolgoročno sledljivi (Ilič, 2013). Sama izvedba je vseeno skrbno načrtovana, ura pa izvedena strukturirano. Aktivnosti nudijo priložnosti za izobraževalne, motivacijske in sprostitvene dejavnosti, ki izboljšujejo kvaliteto življenja (Marinšek in Tušak, 2007). Med aktivnosti spadajo ure, izvedene v skupinah v vzgojno-izobraževalnih ustanovah, bralne urice v knjižnicah ipd. Obiski so lahko priložnostni, enkratni, ali pa se izvajajo tekom daljšega časovnega obdobja.

2.3.3 Program R.E.A.D. (Reading Education Assistance Dogs)

Program R.E.A.D. je licenčni program društva Intermountain Therapy Animals (2020). Prvič je bil izveden v ZDA leta 1999 in se zaradi velike uspešnosti hitro razširil po vsem svetu. Do sedaj se je za njegovo izvajanje usposobilo že več kot 6000 terapijskih parov po vsem svetu. Prva ustanova, ki je v Sloveniji pričela z izvajanjem programa, je bila Mestna knjižnica Ljubljana, enota Šiška (Trampuš, 2022). Ure R.E.A.D. so primarno namenjene otrokom, ki imajo težave pri branju. Cilji lahko zajemajo usvajanje tekočega, razmeroma hitrega branja, izboljšanje motivacije in privzgajanje pozitivnejšega odnosa do knjig in branja (Trampuš, 2014b). Glavna premisa programa je, da je terapijski pes nekritičen poslušalec, ki ne obsoja otrokovih govornih napak ali zatikanja, ko mu otrok glasno bere. Slabši bralci lahko med branjem v razredu, pred vrstniki, doživljajo stisko, pritisk, kar še poglobi umikanje od branja in knjig. Vodnik terapijskega psa z licenco R.E.A.D. je usposobljen, da otroka nagovarja, motivira in korigira le v imenu psa. Mnogi otroci z veseljem še enkrat ponovijo prebrano, če je »pes to slabo slišal«, tako trening branja postane zabavna izkušnja, izboljša se samozavest, motivacija za branje ter kvaliteta in hitrost branja. Izkušnje pa kažejo, da se poveča tudi empatija ter izboljšajo odnosi z vrstniki (Kos, 2016). Ob dolgoletnem aktivnem sodelovanju je društvo Intermountain Therapy Animals leta 2024 s Tačkami pomagačkami sklenilo dogovor o ekskluzivnem izvajanju in promociji programa R.E.A.D. v Sloveniji, kjer se ta izvaja pod imenom Beremo s tačkami.

2.4 PREDNOSTI TERAPIJE S POMOČJO PSOV

Učinki terapije so lahko večplastni. Ilič (2013) jih razdeli v tri glavne skupine: učinke na fizični, psihični ali socialni ravni. Rehn idr. (2023) dodajo še učinke na kognitivni in vedenjski ravni. Vse te ravni se lahko med seboj prepletajo in vplivajo ena na drugo, na primer izboljšanje na socialni ravni lahko vodi v boljše psihično stanje. Na splošno so med največkrat izpostavljenimi pozitivnimi učinki terapije s pomočjo psov znižan srčni utrip, vsesplošni pomirjevalni učinek, zmanjšan nivo stresa, napetosti in razdražljivosti. Izboljša se lahko občutek samozavesti, samopodobe in samospoštovanja. Krepi se občutek pripadnosti skupini ter sposobnost navezovanja medčloveških stikov (Ilič, 2013; Kranjc in Berčič, 2008), zmanjša pa se občutek osamljenosti in depresije. Ob interakciji z živaljo postane obrazna mimika nežnejša, nasmeh sproščen in neprisiljen, popusti tudi napetost v mišicah (Marinšek in Tušak, 2007). Študije kažejo, da ima prisotnost živali pozitiven vpliv na srčno-žilni sistem. Raziskave so pokazale, da se pri udeležencih, ki so v stiku z živaljo, zniža krvni tlak, prav tako vrednost trigliceridov in holesterola, izboljša se splošno zdravstveno stanje (Marinšek in Tušak, 2007). Beck in Katcher (1996, v Marinšek in Tušak, 2007) sta ugotovila, da sta tako sistolični kot diastolični krvni pritisk pomembno nižja, kadar so uporabniki žival božali, se jo dotikali, kot pa se le pogovarjali ob njej ali ji brali. Vseeno pa je bil pritisk nižji tudi le ob pogovoru, a ob prisotnosti živali, v primerjavi s pogovorom z ljudmi brez prisotnosti živali. Fizični dotik dokazano povzroči sproščanje endorfinov, ki jih sicer poznamo kot hormone sreče (Ilič, 2013), in zmanjša raven kortizola, ki je eden izmed stresnih hormonov (Pearson, 2025).

Nekateri od teh učinkov se res lahko dokažejo šele po rednih in dolgotrajnih obiskih terapevtskih živali, a Marinšek in Tušak (2007) izpostavljata tudi učinke, ki so bili izmerjeni le v nekaj minutah, urah, tednih ob kratkotrajni izpostavljenosti uporabnikov terapiji. Tudi te meritve so potrdile takojšnjo umiritev in nižanje znakov stresa.

Kljub mnogim prednostim terapijo s pomočjo psov spremljajo tudi pomisleki, ki jih najpogosteje izrazijo uporabniki, njihovi skrbniki ali vodstvo ustanov. Trampuš (2014b) kot najpogostejše navaja strah uporabnikov, higieno, alergije uporabnikov in motenje pedagoškega procesa oziroma miru v ustanovi. Švab (2023) poudari, da lahko, ob sprejetju ustreznih ukrepov za zagotavljanje varnosti in zdravja obiskovalcev in živali, tovrstno sobivanje prispeva k prijetnem vzdušju v ustanovah.

3 TERAPIJA S POMOČJO PSOV V SLOVENIJI

V Sloveniji status terapevtskih psov še ni množično prepoznan, a na tem področju sledimo razvoju, kakršnemu smo priča v tujini. Prelomno leto za status terapevtskih psov v Sloveniji je bilo 2023. Objavljen je bil Slovenski izvirni standard SIST 1192 Terapevtski psi (SIST 1192:2023). Pri nastanku standarda sta sodelovali dve organizaciji, ki v Sloveniji opravljata dejavnost terapije s pomočjo psov: Slovensko društvo za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke ter PET – Pasja enota terapevtov, Zavod za posredovanje s pomočjo psov. Na podlagi omenjenega novega standarda so bile vpeljene spremembe v Zakon o zaščiti živali (ZZŽiv, 1999), ki definira terapevtskega psa kot psa, *»ki je šolan za različne oblike pomoči in podpore v vzgojno izobraževalnih, socialno varstvenih in zdravstvenih programih«* ter tem psom v skladu s 13. členom omogoča vstop na vsa javna mesta in v sredstva javnega prevoza. Tako so šolani terapevtski psi postavljeni ob bok psom vodnikom slepih, psom pomočnikov invalidov, ter reševalnim psom.

V Sloveniji delujejo tri organizirana društva, ki s premišljenim in celostnim pristopom združujejo večje število vodnikov terapevtskih psov. Poleg treh društev se s tovrstnimi dejavnostmi v Sloveniji ukvarja še nekaj posameznikov. Poleg dveh društev, ki sta sodelovali pri nastanku standarda, je tretje društvo Ambasadorji nasmeha. Društva delujejo na prostovoljni osnovi, kar pomeni, da vodniki psov terapevtske ure izvajajo v svojem prostem času in brezplačno.

Pri naši raziskavi smo sodelovali s Slovenskim društvom za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke (v nadaljevanju Tačke pomagačke), ki je po številu članov največje v Sloveniji. Ustanovljeno je bilo leta 2007, pod njegovim okriljem pa trenutno deluje 89 terapevtskih psov, ki delujejo v 150 ustanovah po vsej državi, v katerih izvajajo sedem različnih vrst programov terapije (glej poglavje 2.3). Društvo se ponaša s statusom humanitarne organizacije ter statusom društva, ki deluje v javnem interesu na področju zdravstvenega varstva (Slovensko društvo za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke, b. d.). Za zagotavljanje kvalitetnih in varnih terapij s pomočjo psa so vodniki psov vsako leto obvezani k udeležbi na več strokovnih izpopolnjevanjih.

4 TERAPIJA S POMOČJO PSOV V KNJIŽNICAH IN VISOKOŠOLSKIH USTANOVAH

4.1 KNJIŽNICE

Ob upadu interesa za branje med mladimi, učitelji in knjižničarji iščejo nove načine, s katerimi bi povečali bralno motivacijo. Poleg izbora knjig se zatekajo tudi k nekonvencionalnim dejavnostim, kot je vključevanje živali v dejavnosti, povezane z branjem (Mikuletič, 2022).

Živali se v knjižničnih prostorih pojavljajo že od srednjega veka dalje. Sprva so v njih naseljevali mačke z namenom varovanja knjig pred različnimi vrstami glodavcev. Še danes so ponekod živali, kot so plazilci, ribe in mačke, stalni rezidenti knjižnic (Švab, 2023). Splošne knjižnice imajo v svojih pogojih in pravilnikih običajno opredeljeno, da vstop psom ni dovoljen, razen kadar gre za jasno označene pse vodnike (Švab, 2023), ZZZiv (1999) pa vstop dovoljuje tudi označenim terapevtskim psom. Kos (2016) navaja, da je tako tudi v Goriški knjižnici, kjer zaposleni poročajo, da je program branja s terapevtskimi psi tam dobro prepoznan in so zato terapevtski psi, ki se zadržujejo v prostorih knjižnice, s strani obiskovalcev vedno lepo sprejeti.

Terapevtski psi imajo v knjižnicah tako prav posebno poslanstvo. Splošne in šolske knjižnice v glavnem ponujajo programe branja za otroke, ki imajo težave z branjem (Švab, 2023). Dejavnosti lahko potekajo v obliki bralnih, izobraževalnih ali pravljичnih uric, programa R.E.A.D. (glej poglavje 2.3.3) ali predstavitev oziroma priložnostnih dogodkov, kot je Tačkov festival v organizaciji Knjižnice Litija.

Pari iz Društva Tačke pomagačke trenutno redno ali občasno obiskujejo 14 splošnih knjižnic, prisotni so tudi v mnogih šolskih knjižnicah, seznam pa se glede na povpraševanje in razpoložljivost terapevtskih parov nenehoma spreminja.

Vključevanje terapevtskih psov v knjižnice z namenom bralnega opismenjevanja je v Sloveniji že raziskano. Kos (2016) in Mačkić (2020) sta ugotavljali, da je Program Beremo s tačkami v Sloveniji slabše poznan, a tisti, ki ga poznajo, imajo o njem pozitivno mnenje, otroci pa so za branje bolj motivirani in se obiskov knjižnice bolj veselijo. Cilenšek (2024) je v Osnovni šoli Griže spremljala in merila bralni napredek otrok priseljencev in ugotovila, da so se poleg bralnih kompetenc tekom programa izboljšale tudi socialne veščine vključenih otrok.

4.2 VISOKOŠOLSKE USTANOVE

V Sloveniji prisotnost terapevtskih psov v visokošolskih ustanovah še ni tako ustaljena kot v osnovnih in tudi srednjih šolah. Terapija s pomočjo psa v visokošolskih ustanovah je ustaljena praksa v tujini, predvsem v Severni Ameriki (Fenton, 2019; Schwartz, 2012; University of Ottawa, b. d.) ter v skandinavskih državah. Najpogosteje se izvaja v času izpitnega obdobja in priprav na izpite (Bomhold, 2025; Švab, 2025).

Visokošolske knjižnice, v katerih obiski potekajo redno, običajno sodelujejo z enim terapevtskim parom. Študentje na fakulteti skozi čas psa prepoznajo in ga sprejmejo za svojega. Univerza Kent v programu *Pause for paws* vključuje psičko Coco (Addison, 2023), na Univerzi OsloMet deluje psička Beauty (OsloMet – Oslo Metropolitan University, 2021), v istem mestu pa drugo univerzo obiskuje Marve (University of Oslo, 2024). Na Univerzi Harvard si lahko uporabniki »izposodijo« Cooperja in z njim preživijo sproščujočih 30 minut (Koch, 2011).

Pri uvajanju tovrstnih storitev so potrebni jasni dogovori s fakulteto, smernice ter oznake o poteku dejavnosti. Potrebno je osveščanje vseh deležnikov, da so živali, katerim je dovoljen vstop v ustanovo, ustrezno šolane in veterinarsko pregledane (Bomhold, 2025). Tako kot psi vodniki tudi terapevtski psi v tovrstnih javnih ustanovah nosijo jasne oznake na oprsnicah.

Prednosti terapije s pomočjo psov, kot so spodbujanje komunikacijskih in socialnih veščin ter krepitev medosebnih odnosov, so še posebej relevantne pri generaciji študentov (Švab, 2023). Marinšek in Tušak (2007) navajata, da so v tem življenjskem obdobju v psihosocialnem razvoju pogoste predvsem krize izolacije ter nezmožnost ustvarjanja tesnih in trajnih odnosov, še vedno pa so lahko značilne krize identitete, značilne za adolescenco. Terapevtski pes lahko pripomore k zmanjšanju občutka socialne izoliranosti ter vzpodbudi občutek topline in sprejetosti. To je še posebej pomembno v obdobju zgodnje odraslosti, ko izgradnja kariere, usklajevanje študija in dela ter potreba po dokazovanju pogosto povzročajo visok nivo stresa, kar lahko ob pomanjkanju spanja in nezdravem življenjskem slogu vodi v izgorelost (Marinšek in Tušak, 2007). Christensen (2013) navaja, da je pri študentih, napetih zaradi prihajajočih izpitov, že po petih minutah stika s psom na obrazu videti sproščenost in veselje. Green in Ormsby (2024) razlog za sproščenost pripisujeta tudi dejstvu, da je druženje s psom študentom posebno doživetje, ki razbije rutino fakultetnega vsakdana. Poleg spremembe v socialnem in čustvenem

stanju lahko terapija s pomočjo psov pri študentih izboljša tudi učni uspeh. Študenti Univerze Vanderbilt v zvezni državi Tennessee v ZDA so poročali o višji stopnji memoriziranja snovi po tem, ko so se na izpit pripravljali na urah s terapevtskimi psi (The protégé effect, 2025).

Koristi terapije s pomočjo psov lahko izkusi vsak, še posebej pa se izpostavlja primernost za uporabnike s posebnimi potrebami, npr. z motnjami vedenja in pozornosti (ADHD), anksioznimi motnjami in avtizmom (Marinšek in Tušak, 2007; Rehn idr. 2023).

5 RAZISKAVA

Za namene naše raziskave smo v Osrednji humanistični knjižnici Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani (OHK FF) organizirali aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa. Na podlagi pregleda literature smo se odločili slediti najpogostejšim praksam iz tujine in organizirati aktivnosti z namenom sproščanja v času izpitnega obdobja.

5.1 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

Skozi raziskavo smo skušali odgovoriti na naslednja raziskovalna vprašanja:

RV1: Kako potencialni uporabniki knjižnice dojemajo prisotnost terapevtskega psa v visokošolski ustanovi?

RV2: Kakšne vrste aktivnosti s terapevtskim psom bi si potencialni uporabniki želeli?

RV3: Kako prisotnost terapevtskega psa vpliva na počutje udeležencev aktivnosti?

5.2 METODOLOGIJA IN VZOREC

Uporabniki visokošolskih knjižnic so v veliki meri, a ne izključno, študentje. Aktivnost, organizirana za namene naše raziskave, je bila v svoji zasnovi namenjena le študentom. Populacijo so tako predstavljali študentje Filozofske fakultete UL. Narava dogodka, ki vključuje žival, je občutljiva, uporabniki pa morajo biti udeležbi naklonjeni. Tako je bilo naše vzorčenje neverjetnostno, priložnostno. K sodelovanju smo preko objav na družbenih omrežjih in plakatov v prostorih fakultete vabili študente celotne fakultete. Zaradi narave ur s pomočjo terapevtskega psa je bilo število mest omejeno. Obvezne so bile prijave prek spletne platforme Calendly, kar je omogočilo enostavno in pregledno rezervacijo terminov. Ponujeni so bili štirje termini.

Skupaj se je aktivnosti udeležilo enajst študentk Filozofske fakultete UL. Pred pričetkom izvedbe aktivnosti smo udeleženke ustno in pisno seznanili s potekom terapijske ure ter pridobili njihovo podpisano soglasje. Na natisnjem soglasju smo jim ob podpisu zastavili še izhodiščno vprašanje, s katerim smo preverili počutje udeleženk pred začetkom ure. Sledila je izvedba terapijske ure. Po njej smo udeleženke prosili, da izpolnijo anketni vprašalnik. Anketa je bila pripravljena v tiskani obliki, zbrane odgovore pa smo zaradi enostavnejše obdelave podatkov naknadno vnesli v orodje 1KA.

V Sloveniji so terapijski pari Društva Tačke pomagačke že izvedli več ur v visokošolskih ustanovah. Anketni vprašalnik smo, z namenom pridobitve večjega števila odgovorov, razposlali tudi udeležencem dveh predhodno izvedenih aktivnosti. Prvo so izvedli v Centralni enoti Univerzitetne knjižnice Univerze na Primorskem (v nadaljevanju UK UP). Ura je bila izvedena v sklopu dogodka »Dolga noč v knjižnici« (Univerza na Primorskem, 2025). Drugo uro smo še pred pričetkom pisanja pričujoče naloge izvedli v ljubljanski regiji, in sicer v Knjižnici Oddelka za biologijo Biotehniške fakultete Univerze v Ljubljani (v nadaljevanju BF UL).

5.3 NAČRTOVANJE IN POTEK AKTIVNOSTI S POMOČJO TERAPEVTSKEGA PSA

Avtorica pričujoče naloge je izkušena vodnica terapijskega psa v Slovenskem društvu za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke, zato smo aktivnost lahko načrtovali tako na podlagi pregleda literature ter vpogleda v dobre prakse v tujini kot tudi na podlagi osebnih izkušenj vodnice terapijskega psa v primerljivih ustanovah v Sloveniji. Ure so bile izvedene s terapijskim psom Archiejem, sedem let starim psom pasme mehkodlaki pšenični terier. Terapijski par je licenco za samostojno opravljanje terapije s pomočjo psov pridobil 7. 5. 2022. Dodatno je par 20. 7. 2023 pridobil tudi licenco R.E.A.D.

V procesu načrtovanja se izdelava priprava ure, ki vsebuje natančno lokacijo, čas izvedbe, strukturo oziroma potek ure ter morebitne pripomočke.

Aktivnosti so potekale v Knjižnici Oddelka za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo. Načrtovali smo jih izven delovnega časa knjižnice. Izvedene so bile 19., 20., 23. in 24. junija 2025. Po pozdravu in podpisu soglasja udeležencev smo uro pričeli s predstavitvijo

terapijskega para, Društva Tačke pomagačke ter dela terapijskih psov. Izpostavili smo osnovna pravila rokovanja s psom med uro. Sledil je prvi del sproščanja z dihalnimi vajami. Temu je sledil sklop osnovnih raztezno-gibalnih vaj v okvirih zmožnosti udeležencev. Tako med izvajanjem vaj kot tudi med posameznimi sklopi so udeleženci lahko po svoji volji navezali stik s psom bodisi z božanjem bodisi z dajanjem priboljškov. Med celotno uro se na tak način kar se da spodbuja bližina udeležencev in psa.

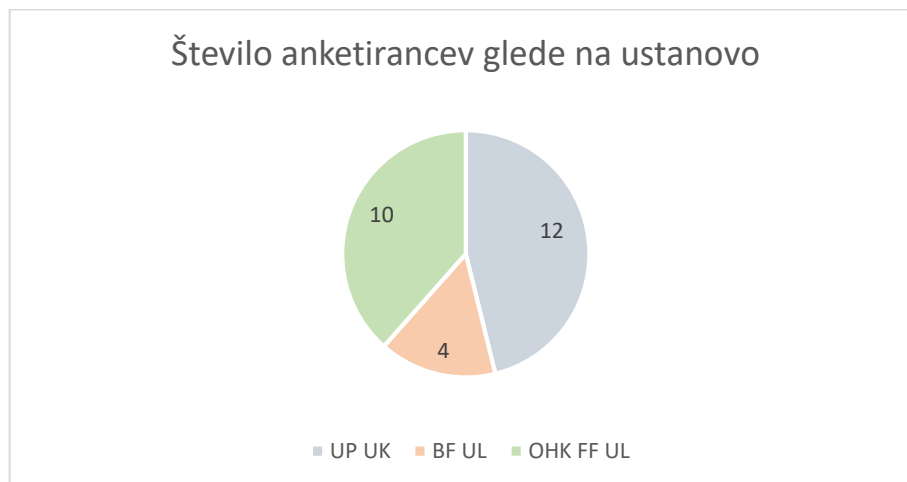
Vodnica je s seboj, z namenom popestritve in ponazoritve razlage, prinesla pripomočke za nego, igrače, stetoskop idr. Med izvedbo terapij s pomočjo psov se dogajanje vnaprej načrtuje glede na zmožnosti posameznega terapijskega psa. Tako smo v naše sprostitvene ure vključili nekaj trikov in nalog, ki jih izvaja dotični terapijski pes. Za prebitje začetne napetosti si je ob prihodu sam pripravil blazino za ležanje. Udeleženci so lahko med sproščanjem s stetoskopom poslušali mirno bitje srca, za nekaj več dinamične interakcije pa so lahko med razgibavanjem izvajali tudi osmice in slalom psa med njihovimi nogami ter psa s priboljški nagradili za izvedbo drugih trikov.



Slika 1: Izvedba ure v Knjižnici Oddelka za bibliotekarstvo, informacijsko znanost in knjigarstvo

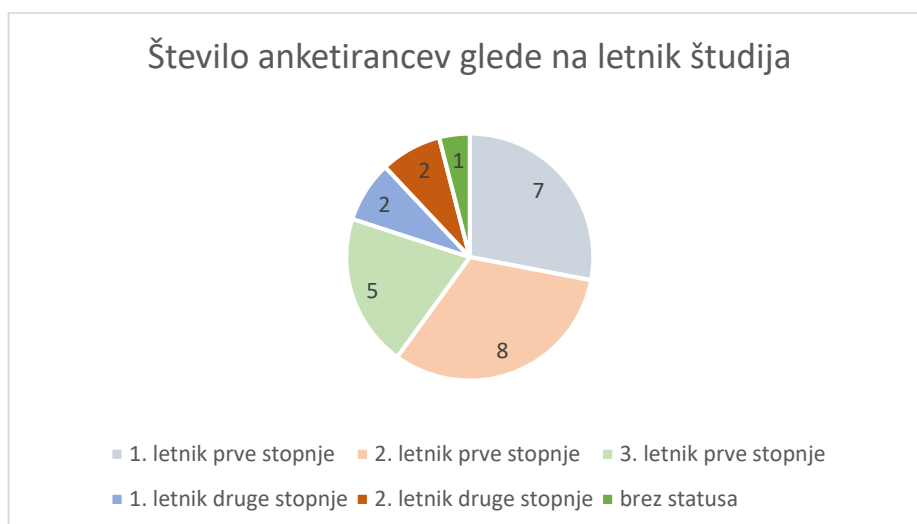
5.4 REZULTATI

Skupno smo prejeli 25 v celoti izpolnjenih anketnih vprašalnikov ter 1 delno izpolnjenega:¹ od 10 udeležencev aktivnosti v OHK FF UL, 12 udeležencev dogodka v Univerzitetni knjižnici UP in 4 udeležencev aktivnosti na Biotehniški fakulteti UL.²



Slika 2: Število anketirancev po posameznih ustanovah

Aktivnosti so se udeležili študentje vseh letnikov tako prve kot druge stopnje. Udeleženci so v večjem deležu vpisani na prvo stopnjo študija. Ena izmed študentk je bila v procesu zaključevanja magistrskega študija in brez veljavnega statusa študenta.



Slika 3: Število anketirancev glede na letnik študija, v katerega so vpisani

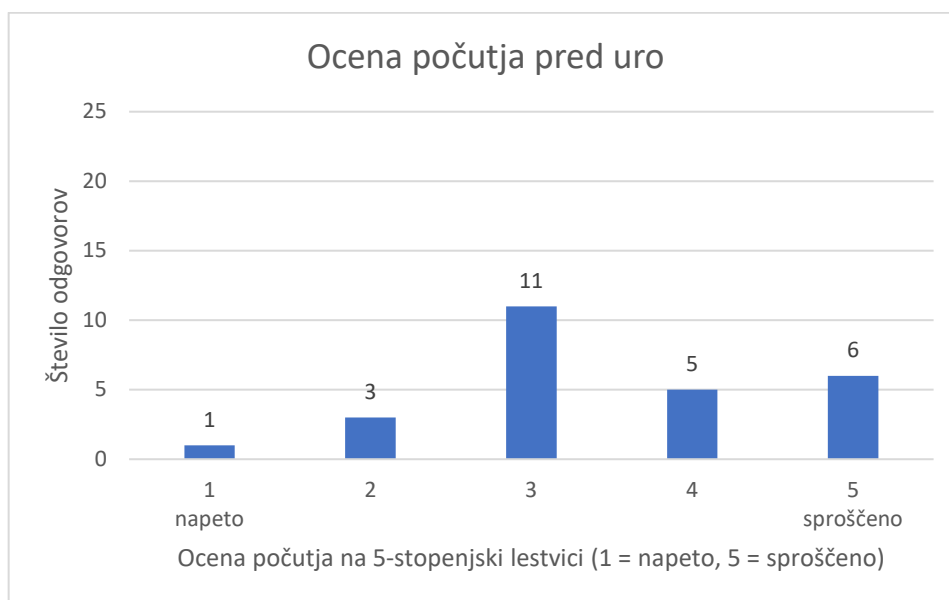
¹ Respondent je odgovoril na prvih 8 vprašanj anketnega vprašalnika.

² Od treh lokacij se je aktivnosti na Biotehniški fakulteti udeležilo najmanj udeležencev, in sicer 6.

Večina udeležencev (23) je poročala, da je o nekaj malega že slišala o delu terapevtskih psov in tovrstnih urah. En udeleženec je področje terapij s pomočjo psov že zelo dobro poznal, dva pa za to sploh še nista slišala.

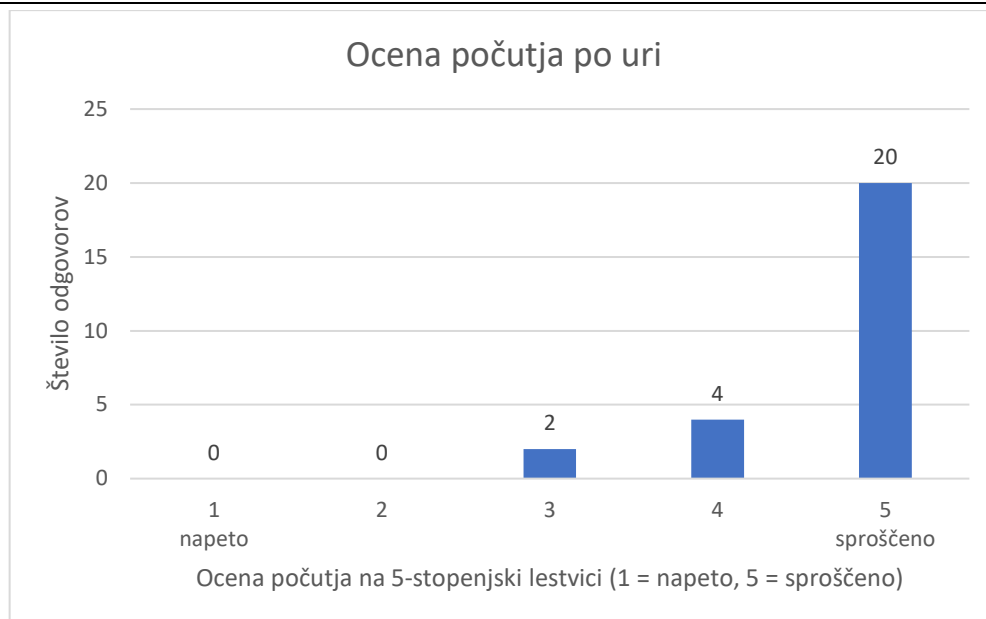
5.4.1 Vpliv aktivnosti na počutje udeležencev

Udeleženci so počutje pred in po uri ocenjevali na petstopenjski Likertovi lestvici, kjer je 1 predstavljala napeto, 5 pa sproščeno počutje. Rezultati kažejo, da so na uro prihajali v različnih čustvenih stanjih, z 11 odgovori izstopa srednji odgovor – niti napeto niti sproščeno. Povprečje ocen počutja pred uro znaša 3,46.



Slika 4: Ocena počutja anketirancev pred izvedeno uro

Rezultati ocene počutja po uri kažejo, da so udeleženci poročali o bistveno bolj sproščenem počutju. Večina je na lestvici izbrala najvišjo stopnjo, povprečje ocen znaša 4,69 in je za več kot eno stopnjo višje od povprečja ocen počutja pred uro.



Slika 5: Ocena počutja anketirancev po izvedeni uri

5.4.2 Obisk in percepcija visokošolske knjižnice

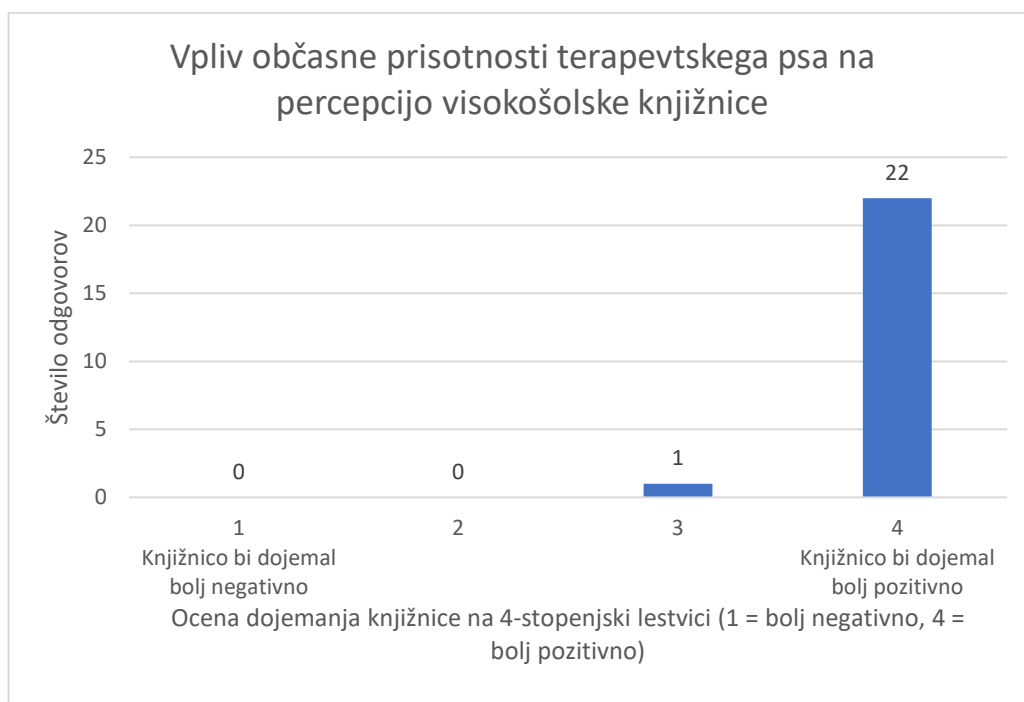
V anketnem vprašalniku smo spraševali, kako pogosto udeleženci raziskave uporabljajo prostore svoje visokošolske knjižnice (npr. za učenje, čakanje na predavanja). Rezultati kažejo, da knjižnične prostore obiskujejo dokaj pogosto, mnogi večkrat na mesec ali pogosteje. Med udeleženci pa je bilo 7 študentov, ki v visokošolsko knjižnico zahajajo redkeje kot mesečno.



Slika 6: Pogostnost uporabe prostorov visokošolske knjižnice

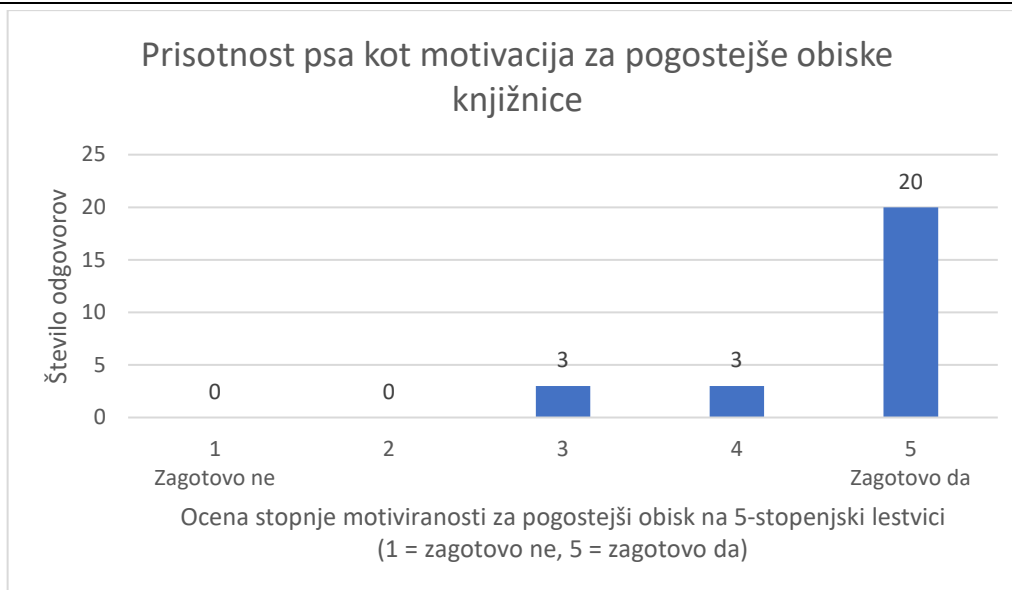
Sledilo je vprašanje, ali bi občasna prisotnost terapijskega psa v visokošolski knjižnici vplivala na udeležencevo percepcijo visokošolske knjižnice. 23 od 26 študentov je odgovorilo pritrdilno, trije pa so poročali, da prisotnost terapijskega psa ne bi vplivala na njihovo dožemanje knjižnice.

23 študentom, ki so pritrdilno odgovorili na vprašanje o spremenjenem dožemanju visokošolske knjižnice ob prisotnosti terapijskega psa, smo zastavili nadaljnje vprašanje o načinu, na katerega bi se njihovo dožemanje spremenilo. Da bi izključili možnost izbire srednje vrednosti, smo uporabili štiristopenjsko Likertovo lestvico. Rezultati so pokazali, da bi vsi vprašani knjižnico dojemali bolj pozitivno. Vsi razen enega so izbrali najvišjo stopnjo na lestvici (zelo pozitivno), medtem ko je 1 udeleženec izbral tretjo stopnjo.



Slika 7: Terapijski pes in percepcija visokošolske knjižnice

Sledilo je vprašanje o tem, ali bi občasna prisotnost terapijskega psa respondente motivirala za pogostejše obiske prostorov visokošolske knjižnice. Skoraj 80 % študentov je izbralo najvišjo stopnjo strinjanja s tem, da bi jih obiski terapijskega psa spodbudili k pogostejšim obiskom.



Slika 8: Terapevtski pes kot motivacija za obisk knjižnice

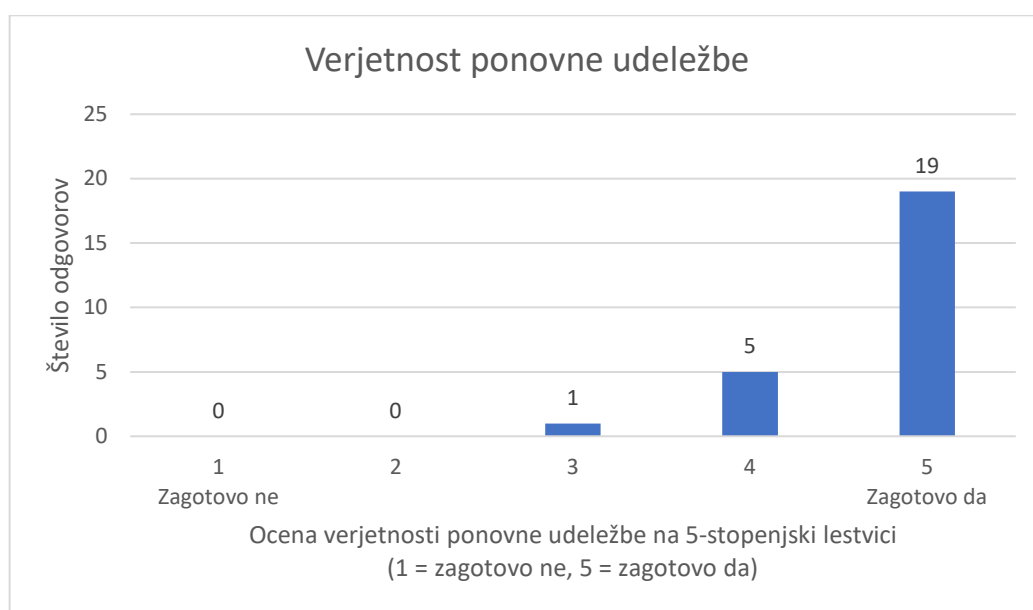
5.4.3 Umeščanje aktivnosti s pomočjo terapijskega psa v okolje visokošolske knjižnice

Vprašalnik smo nadaljevali z vprašanjem, kako primerne se študentom zdijo takšne aktivnosti v okolju visokošolske knjižnice. Na tem mestu je z odgovarjanjem nadaljevalo 25 respondentov. Od tega jih je večina aktivnosti s pomočjo terapijskega psa označilo kot zelo primerno potencialno storitev visokošolske knjižnice, 1 respondent jih vidi kot manj primerne, 3 pa so zavzeli nevtralnno mnenje.



Slika 9: Primernost aktivnosti s pomočjo terapijskega psa v visokošolski knjižnici

Tako organizacija aktivnosti na OHK FF kot tudi ure, izvedene v UK UP in na BF UL veljajo za enkratne, priložnostne dogodke. Študentje so bili deležni krajših predstavitev društva in poslanstva terapevtskih psov ter izkusili primer aktivnosti. Fakultete bi se lahko z društvom, ki izvaja terapijo s pomočjo psov, povezale in dogovorile za redne obiske in sistematično izvajanje aktivnosti. Z naslednjim vprašanjem smo želeli preveriti interes za ponovno udeležbo na uri aktivnosti s terapevtskim psom. 24 od 25 odgovorov je nakazovalo pozitiven odnos do ponovne udeležbe, medtem ko je 1 respondent izbral nevtralen odgovor. Na podlagi teh odgovorov lahko sklepamo, da so bile izvedene ure študentom prijetne in bi jih z veseljem ponovili.



Slika 10: Ocena verjetnosti ponovne udeležbe aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa

Na podlagi pregleda literature ter izkušenj iz tujine in drugih ustanov smo pripravili nabor možnih aktivnosti s pomočjo terapevtskega psa, ki bi jih lahko ponudili uporabnikom visokošolskih knjižnic. Zanimalo nas je, katere izmed njih bi jim bile zanimive in bi se jih bili pripravljeni udeležiti. Pri odgovarjanju na to vprašanje je bilo možnih več odgovorov. Skoraj vsi (22 od 25) so izbrali aktivnosti sproščanja. Študentje so bili močno naklonjeni tudi idejam o organiziranih urah učenja ob prisotnosti terapevtskega psa, 1 respondent pa je kot svoj predlog zapisal, da bi se udeležil izvedbe »kratkih predavanj«.



Slika 11: Nabor aktivnosti, ki bi se jih udeležili

5.4.4 Čustva, asociacije in dodatne misli

Sledilo je vprašanje, s katerim smo respondente pozvali, naj zapišejo tri čustva ali asociacije ob misli na prisotnost terapijskega psa na fakulteti ali v visokošolski knjižnici. Med analizo odgovorov smo le-te normalizirali. Kadar so anketiranci uporabili sinonime (npr. veselje/radost) ali sorodne izraze (npr. sproščenost/sproščeno; umirjenost/mirno/pomirjanje) smo izbrali pogostejše uporabljenega in izvedli zamenjave, kjer je bilo to ustrezno. Vsak je lahko zapisal do tri asociacije. Od 25 anketirancev, ki so odgovorili na to vprašanje, smo skupno prejeli 76 besed oziroma fraz.

Po pogostnosti so zelo izstopale tri najpogostejše uporabljene besede: *sproščenost* (17), *veselje* (13) in *umirjenost* (11). Sledile so besede, ki so se pojavile od dva- do štirikrat.

Preglednica 1: Seznam asociacij, ki so jih anketiranci navedli od dva- do štirikrat

Beseda	Št. navedb
sreča	4
igra	3
ljubezen	2

navdušenje	2
toplina	2
božanje	2
radovednost	2

Kot unikatne, enkrat zapisane besede oziroma fraze so se pojavile: *pozitivna energija, prijetno počutje, boljše počutje nasploh, pes človekov prijatelj, skrb za študente, spomin na hišnega ljubljencega ki ga ni več, upanje, da ga srečam, dlaka, domačnost, mehko, lajanje, zadovoljstvo, ljubkost, motiviranost, zabavno, živahnost, adrenalin, produktivnost.*



Slika 12: Besedni oblak asociacij

Na koncu anketnega vprašalnika smo anketirancem ponudili možnost, da nam sporočijo še dodatne misli. To opcijo so izkoristili le udeleženci aktivnosti v OHK FF, ki so anketni vprašalnik izpolnjevali v tiskani obliki. Prejeti zapisi so bili zelo pozitivni. V njih izpostavljajo sproščeno vzdušje, izboljšanje počutja in naklonjenost ponovni izvedbi. Zapisali so:

- *»Ura je bila zelo prijetna. Voditeljica je imela zelo toplo, mirno energijo, kuža pa je bil na sploh prikupen in je pomirjujoče vplival na vzdušje skupine. Še posebej med izpiti je takšna delavnica zelo pasala. Jaz sem se imela zelo lepo.«*
- *»Ura mi je bila zelo všeč. Gospa je bila zelo prijazna, zelo izobražena na tem področju, znala nam je odgovoriti na vsa vprašanja. Zagotovo bi se delavnic še kdaj udeležila.«*
- *»Ura se mi je zdela res super in me veseli, da se takšne aktivnosti izvajajo tudi pri nas. Samo tako naprej!«*
- *»Želela sem le spoznati psa. Že s tem bi bil zadovoljna, zdaj pa sem se še sprostila in poklepetala.«*
- *»Zelo lepo je bilo. Spomnilo me je na mojo psičko.«*

6 RAZPRAVA

S prvim raziskovalnim vprašanjem smo želeli raziskati »Kako potencialni uporabniki knjižnice dojemajo prisotnost terapijskega psa v visokošolski ustanovi?«. Študentje, ki so se udeležili aktivnosti, so o frekventnosti uporabe prostorov svoje visokošolske knjižnice poročali zelo raznoliko. Približno tretjina prostora uporablja pogosto, vsaj enkrat na teden. Prav tako je približno tretjina poročala o uporabi redkeje kot enkrat na mesec. Večina vprašanih pa je bila soglasna v tem, da bi jih prisotnost terapijskega psa spodbudila k pogostejšim obiskom knjižnice, ki bi jo dojemali bolj pozitivno. Nad aktivnostjo so bili navdušeni in bi se jo udeležili ponovno. Kljub temu da so se na ure prijavili študentje, ki so takšnih storitvam verjetno naklonjeni, jih večina ni predhodno poznala dela terapijskega psa. Zavedati se moramo, da aktivnost s pomočjo terapijskega psa (tako kot marsikatera druga storitev) ne more biti pogodu vsem uporabnikom. Marsikdo se psov boji ali jih iz drugega razloga ne mara. Negativno mnenje zaradi strahu in alergije so Barker idr. (2017) prejeli od 2 od skupno 694 anketiranih študentov. Prednosti, ki jih prinaša terapija s pomočjo psov, lahko ob skrbni uvedbi storitve pretehtajo nad morebitnimi zadržki. Ker teh vseeno ne gre zanemariti, je potrebno v ustanovi, kjer se aktivnost izvaja, jasno komunicirati, da gre za obisk šolanih, delovnih psov. Licenciran terapijski par strogo spoštuje želje in strahove uporabnikov ter stika s psom ne vsiljuje. Aktivnosti se izvajajo v ločenem, zaprtem prostoru, kjer so prisotni le udeleženci, ki si tega želijo, ustrezno pa je poskrbljeno tudi za higieno. Ob upoštevanju vseh teh pravil verjamemo, da lahko zmanjšamo morebitne predsodke in uspešno uvedemo prisotnost terapijskega psa v ustanovi.

Drugo raziskovalno vprašanje smo si zastavili z namenom ugotoviti »Kakšne vrste aktivnosti s terapevtskim psom bi si potencialni uporabniki želeli?« Skoraj vsi vprašani bi se udeležili aktivnosti sproščanja z vključeno meditacijo in dihalnimi vajami. S tem so udeleženci posredno nakazali oziroma dodatno potrdili, da so jim bile izvedene ure sproščanja dragocena in zanimiva izkušnja, ki bi jo še ponovili. Večina udeležencev bi se udeležila aktivnosti, povezanih z učenjem, bodisi v obliki tihega branja ali organiziranega skupinskega učenja. V primeru slednjega bi lahko v sodelovanju s posameznimi profesorji pripravili aktivnosti, vezane na določeno učno snov, po zgledu podobnih priprav v osnovnih šolah in drugih ustanovah (Trampuš, 2020). To bi lahko prineslo tudi potencialne pozitivne učinke na učno uspešnost študentov, o čemer so že govorili v *The protégé effect* (2025). Poleg omenjenih dveh kategorij aktivnosti, tipičnih za izvedbo v visokošolski knjižnici, bi se anketirani udeležili tudi bolj splošnih, ustvarjalnih in pogovornih ur, ki se lahko v enotni obliki izvajajo praktično v vseh vrstah ustanov.

Pred izvedbo raziskave smo si zastavili še tretje raziskovalno vprašanje: »Kako prisotnost terapevtskega psa vpliva na počutje udeležencev aktivnosti?«. Samoocene počutja pred in po aktivnosti kažejo, da je aktivnost bistveno ublažila občutja napetosti, kar je potrdilo splošno znane učinke terapije s pomočjo psov. Naš vzorec je zajemal le 26 študentov, a tudi v anketi, v katero sta Jalongo in McDevitt (2015) zajela 449 študentov, jih je kar 95 % poročalo o znatnem zmanjšanju občutkov stresa po aktivnosti. Green in Ormsby (2024) sta kot pomemben dejavnik izpostavila tudi dejstvo, da sicer neobičajna prisotnost terapevtskega psa razbije vsakodnevno študijsko rutino. Prav tak vtis smo ob opazovanju udeležencev dobili tudi sami. Vzdušje so udeleženci opisali z asociacijami kot npr.: »sproščenost, veselje, navdušenje, živahnost, pozitivna energija«. Peel idr. (2023) navajajo, da lahko prisotnost psa izboljša ozračje v prostorih fakultete ter ustvari prijetno, pozitivno in mirno okolje za učenje. Rezultati zapisovanja asociacij in dodatnih mnenj so med udeleženci aktivnosti v OHK FF pokazali, da se nekateri ure udeležijo z namenom podoživljanja občutij, kakršnih so vajeni ob svojih hišnih ljubljenceh, ki jih imajo ali so jih imeli doma. Ta razlog so v študijah opazili tudi Jalongo in McDevitt (2015) in Peel idr. (2023).

7 ZAKLJUČEK

Z našo raziskavo smo želeli preveriti, ali v slovenskem visokošolskem okolju obstaja prostor za ponujanje storitev s terapevtskim psom. Takšne storitve so v tujini ter v drugih tipih

izobraževalnih ustanov v Sloveniji že uveljavljene, zanimanje za njih pa strmo narašča. Z izvedbo aktivnosti ter analizo anketnega vprašalnika smo ugotovili, da so bili udeleženci nad aktivnostjo navdušeni. Z izsledki raziskave želimo sprožiti zavedanje, da so tovrstne aktivnosti v Sloveniji primerne tudi v visokošolskih ustanovah. Upamo, da bodo rezultati raziskave v pomoč visokošolskim knjižničarjem, ki razmišljajo o uvedbi tovrstnih storitev za svoje uporabnike.

Izvedba aktivnosti ni rezultirala zgolj v pridobljenih odgovorih na anketni vprašalnik, pač pa smo ob izvajanju opazili splošno veselje ob poskusni izvedbi storitve. Pri načrtovanju, med oglaševanjem, ob prihodih in odhodi psa iz knjižnice smo srečali zaposlene, ki so jasno izrazili navdušenje ter poklepetali z vodnico. Prisotnost psa je vidno sprostila običajno resnobno ozračje na delovnem mestu in popestrila dan tudi mimoidočim zaposlenim. Glede na odzive menimo, da bi uvedba takšne storitve v knjižnici OHK FF ali v drugi visokošolski knjižnici lahko prispevala k prepoznavanju knjižnice v bolj sproščeni luči ter morebiti celo prispevala k povečanemu obisku knjižnice.

Izvedena raziskava ima določene omejitve, ki jih je treba upoštevati pri interpretaciji rezultatov. Izpostaviti velja, da je bilo vzorčenje priložnostno, saj so se aktivnosti udeležili študenti, ki so se nanje prijavili prostovoljno. S tem so vzorec sestavljali uporabniki, ki so tovrstni aktivnosti naklonjeni, kar je lahko vplivalo na pozitivnejše rezultate analiz, ki jih ne gre posploševati na celotno populacijo. Prav tako ni možno posploševanje na nivoju vseh fakultet oziroma univerz v državi, saj lahko med študenti posameznih smeri prihaja do razlik v njihovih potrebah po sprostitev in motivacijskih aktivnostih med izpitnimi obdobji. Vseeno pa pozitivnih ugotovitev ne gre zavreči kot pristranskih, saj tudi običajno posamezne knjižnične storitve niso nujno namenjene celotni populaciji uporabnikov. Pomembna omejitev raziskave je tudi majhnost vzorca, kar delno pripisujemo manjšemu obisku fakultetnih prostorov v času izpitnega obdobja. Poleg tega nas je omejeval časovni okvir priprave naloge, zaradi česar aktivnosti nismo mogli razširiti na daljše obdobje. V nasprotnem primeru bi raziskavo lahko izvedli med rednim študijskim letom, ko je fakulteta bolje obiskana, kar bi omogočilo pridobitev večjega vzorca ter preizkus različnih vrst aktivnosti. To bi bilo smiselno upoštevati pri načrtovanju prihodnjih raziskav na tem področju. Prav tako bi z nadaljnjimi raziskavami želeli v vzorec zajeti tudi študente drugih visokošolskih ustanov v Sloveniji. Kljub majhnemu vzorcu lahko sklenemo, da v slovenskih visokošolskih knjižnicah obstaja priložnost za vpeljavo aktivnosti s pomočjo terapevtskih psov.

8 NAVEDENI VIRI IN LITERATURA

- Addison, J. (4. 10. 2023). *Pause for paws: take a break with Coco the therapy dog*. University of Kent. <https://blogs.kent.ac.uk/isnews/pause-for-paws/>
- Barker, S. B., Barker, R. T. in Schubert, C. M. (2017). Therapy dogs on campus: a counseling outreach activity for college students preparing for final exams. *Journal of College Counseling*, 20(3), 278–288.
- Bašić, B. (24. 4. 2025). *Čudežni učinek pasje terapije* [Video]. Svet na Kanalu A. https://www.24ur.com/novice/slovenija/cudezni-ucinek-pasje-terapije.html?fbclid=IwY2xjawKGxkdleHRuA2FlbQIxMABicmlkETFhRVRuYkdGRk1ackkxQUZyAR5uFeKGMqDfWxqnhita61E0OtdMM-VrsqyKiBBwpEzCzk20mGk7oCNnd7rivg_aem_BvfgReeZ0THnDjkEl24JoAVrsqyKiBBwpEzCzk20mGk7oCNnd7rivg_aem_BvfgReeZ0THnDjkEl24JoA
- Bomhold, C. (ur.). (2025). *Serving the underserved: strategies for inclusive community engagement*. ALA Neal-Schuman.
- Christensen, J. (19. 12. 2013). *Therapy dogs: »perfect medicine« to help students survive finals*. CNN. <https://edition.cnn.com/2013/12/19/health/students-therapy-dogs/index.html>
- Cilenšek, A. (2024). *Vpliv psa terapevta na bralno pismenost otrok priseljencev* [Magistrsko delo]. Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta. <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=90545>
- Fenton, M. (12. 12. 2019). *Colleges bring dogs to campus during final exams to help stressed students*. Grown & Flown. <https://grownandflown.com/pet-therapy-college-students-finals/>
- Green, A. in Ormsby, A. (9. 5. 2024). *Therapy dogs help students' wellbeing during exams*. BBC. <https://www.bbc.com/news/articles/cpvgp615v64o>
- Ilič, N. (2013). *Terapija s pomočjo živali – kaj to je in kako jo lahko uporabim?* Lunba.
- Intermountain Therapy Animals. (2020). *Reading Education Assistance Dog (R.E.A.D.) team training manual*. Intermountain Therapy Animals.
- Jalongo, M. R. in McDevitt, T. (2015). Therapy dogs in academic libraries: a way to foster student engagement and mitigate self-reported stress during finals. *Public Services Quarterly*, 11(4), 254–269.
- Koch, K. (22. 9. 2011). *Doggone that stress*. The Harvard Gazette. <https://news.harvard.edu/gazette/story/2011/09/doggone-that-stress/>

- Kos, M. (2016). *R.E.A.D. program – pes kot pomočnik pri branju* [Diplomsko delo]. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Kranjc, R. in Berčič, H. (2008). *Sožitje človeka in psa v športu*. Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Mačkić, D. (2020). *Branje s tačkami: oblika branja z živalmi pri otrocih z bralnimi težavami* [Diplomski seminar]. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Marinšek, M. in Tušak, M. (2007). *Človek – žival: zdrava naveza*. Pivec.
- Mikuletič, N. (2022). Branje in aktivnosti s pomočjo živali. *Šolska knjižnica*, 31(1-2), 4–11.
- Mreža šolski pes*. (b. d.). <https://sites.google.com/view/mreza-solski-pes/uvodintroduction?authuser=0>
- Osrednja humanistična knjižnica (OHK FF): vodnik po knjižnicah*. (2020). Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- OsloMet – Oslo Metropolitan University. (21. 5. 2021). *Exam stress? Are you feeling stressed before exams or are you struggling during the pandemic? Beauty the therapy dog is*. [Facebook objava] Facebook.
<https://www.facebook.com/oslomet/posts/pfbid0noSH4SuhKBoGYDdrVPt1qVTENw uJR8KLWTAMoJq9UmE3HoVbBQYPtLP39n21EYAdl>
- Pearson, C. (2025). Why dogs are so healing for kids. *R.E.A.D. ON!*, 10(1).
- Peel, N., Nguyen, K. in Tannous, C. (2023). The impact of campus-based therapy dogs on the mood and affect of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 4759.
- The protégé effect. (2025). *R.E.A.D. ON!*, 10(7), 1–3.
- Rehn, A. K., Caruso, V. R. in Kumar, S. (2023). The effectiveness of animal-assisted therapy for children and adolescents with autism spectrum disorder: a systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 50, 101719.
- Schwartz, M. (7. 2. 2012). Therapy dogs' presence steadily grows in libraries. *Library Journal*. <https://www.libraryjournal.com/story/therapy-dogs-presence-steadily-grows-in-libraries>
- SIST 1192:2023. Slovenski standard. Terapevtski psi*. (2023). Slovenski inštitut za standardizacijo.
- Slovensko društvo za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke*. (b. d.)
<https://www.tackepomagacke.si/sl/>
- Strokovni standardi in priporočila za visokošolske knjižnice (za obdobje od 1. junija 2021 do 31. maja 2030)*. (2021). Nacionalni svet za knjižnično dejavnost.

- Švab, K. (2023). Knjižnice kot javni prostori v sobivanju z živalmi. V S. Jerše in M. Gaber (ur.), *Človek, žival* (str. 184–193). Založba Univerze v Ljubljani.
- TEDx Talks. (2025). *Therapeutic dogs and accepting otherness* | Dušanka Prelc Premate | *TEDxLjubljana* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=H1PnJ15Gl78>
- Trampuš, M. (2014a). Šapa na srednji vzgojiteljski šoli in gimnaziji Ljubljana. *Vzgoja in izobraževanje*, 45(1-2), 88–90.
- Trampuš, M. (2014b). *Tačke v šoli: terapijski pes – učiteljev pomočnik in šolarjev sopotnik*. Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Trampuš, M. (2020). *Tačke na delu: priročnik za vodnike terapijskih psov in strokovne delavce*. Narava.
- Trampuš, M. (2022). Seveda, zelo rada imam kužke!: pogovarjali smo se z Mojco Poberaj, knjižničarko. *Sledi Tačk Pomagačk*, (15), 52–55.
- Trampuš, M. in Štefe, Š. (2014). Delo terapijskega psa v šolah – opis primera. *Didakta*, 24(169), 32–37.
- Trivedi, L. in Perl, J. (1995). Animal facilitated counseling in the elementary school: a literature review and practical considerations. *Elementary School Guidance & Counseling*, 29(3), 223–234.
- University of Oslo. (7. 10. 2024). *Meet Marve the therapy dog*. <https://www.uio.no/english/about/news-and-events/events/world-mental-health-week/2024/meet-marve-the-therapy-dog.html>
- Univeristy of Ottawa. (b. d.). *Therapy dog program*. <https://www.uottawa.ca/campus-life/health-wellness/pet-therapy>
- Univerza na Primorskem. (28. 3. 2025). *Dolga noč v knjižnici – UP UK*. <https://www.upr.si/si/o-univerzi/novice-in-obvestila/dolga-noc-v-knjiznici-up-uk>
- Zakon o knjižničarstvu (ZKnj-1). (2001). *Uradni list RS*, št. 87/2001, 96/2002 – ZUJIK, 92/2015.
- Zakon o zaščiti živali (ZZZiv). (1999). *Uradni list RS*, št. 98/1999, 126/2003, 20/2004, 61/06 – Zdru, 14/2007, 43/2007, 23/2013, 38,2013, 21/2018 – ZNOrg, 92/2020, 159/2021, 109/2023, 12/2025, 60/2025.

PRILOGA

Priloga 1: Anketni vprašalnik

ANKETNI VPRAŠALNIK PO AKTIVNOSTI S TERAPEVTSKIM PSOM

Veseli nas, da ste se udeležili aktivnosti s terapevtskim psom v OHK FF. Za namene raziskave vas prosimo, da izpolnite še kratek anketni vprašalnik o vaši izkušnji.

Ali ste pred aktivnostjo poznali delo terapevtskih psov?

- ☐ Da, zelo dobro.
- ☐ Nekaj malega sem že slišal.
- ☐ Sploh ne.

Kako ste ocenili vaše počutje pred uro?³

Napeto ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sproščeno

Kako bi ocenili vaše počutje po uri?

Napeto ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sproščeno

Kako pogosto uporabljate prostore knjižnic OHK FF (npr. za učenje, čakanje na predavanja)?

- ☐ Večkrat na teden.
- ☐ Enkrat na teden.
- ☐ Nekajkrat na mesec.
- ☐ Enkrat na mesec.
- ☐ Redkeje.

Ali bi občasna prisotnost terapevtskega psa v visokošolski knjižnici vplivala na vašo percepcijo visokošolske knjižnice?

- ☐ Da.
- ☐ Ne.

Če da, kako?

Knjižnico bi dojemal bolj negativno ☐ ☐ ☐ ☐ bolj pozitivno

³ To je edino vprašanje, na katerega so udeleženci odgovorili pred pričetkom ure po podpisu obveščenega soglasja.

Ali bi vas prisotnost terapevtskega psa motivirala za pogostejše obiske prostorov visokošolske knjižnice?

Zagotovo ne ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Zagotovo da

Kako primerne se vam zdijo tovrstne aktivnosti v okolju visokošolske knjižnice?

Neprimerne ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Zelo primerne

Kako verjetno bi se ponovno udeležili tovrstnih aktivnosti v okolju visokošolske knjižnice?

Zagotovo ne ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Zagotovo da

Katere od naštetih aktivnosti s terapevtskim psom bi se udeležili, če bi jih ponujala vaša visokošolska knjižnica (možnih je več odgovorov):

- ☐ Tiho branje/učenje.
- ☐ Organizirano skupinsko učenje znotraj oddelka/letnika.
- ☐ Sprostitutveno glasno branje/bralni klub.
- ☐ Meditacija, dihalne vaje, sproščanje, pogovori.
- ☐ Predstavitvene ure, pogovori o psih.
- ☐ Ustvarjalne ure, risanje.
- ☐ Drugo: _____
- ☐ Takšnih ur se ne bi udeležil/-a.

Naštajte do tri čustva ali asociacije, ko pomislite na prisotnost terapevtskega psa na fakulteti/v visokošolski knjižnici.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Tu nam lahko sporočite še vaše misli in mnenja, ki jih nismo zajeli z vprašalnikom, pa bi jih radi delili z nami:

Nam za namene statistike zaupate še, **na katerem oddelku FF UL študirate?**

V kateri letnik študija ste vpisani?