



ATLAS INTERNATIONAL REFEREED JOURNAL ON SOCIAL SCIENCES

Open Access Refereed E-Journal & Refereed & Indexed
ISSN:2619-936X



Vol:5, Issue:20

2019

pp.518-528

Article Arrival Date: 17.05.2019

Published Date: 31.07.2019

EVÇİL HAYVAN BESLEMENİN İNSAN SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ OLUMLU ETKİLERİ

POSITIVE EFFECTS OF PETS ON HUMAN HEALTH

Dr. Arzu ÇAKICI

Yarbay Refik Cesur İlkokulu, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Kocaeli/Türkiye

Doi Number : <http://dx.doi.org/10.31568/atlas.338>

Article Type : Research Article



ÖZET

Hayvan-insan birlikteliği, dini, ekonomik ve sosyal kazançlara dayanarak ilkel çağlardan bugüne kadar boyut ve nitelik değiştirerek varlığını korumuş ve sürdürmüştür. Bu süreç içerisinde hayvana atfedilen anlamlar, yapılan tanımlamalar, ona karşı tutumun ve bakış açısının belirleyicisi olmuştur. Bu nedenle hayvanlar, kimi zaman insan yaşamının sürdürülebilmesi için bir av, kimi zaman mitolojide bir eş, dini kaygılarla kutsal bir güç, kimi zaman da bir dost ya da tedavi aracı olmuştur.

Uygarıklar tarihi boyunca hayvanlarla korunma, beslenme ve işgücünden yararlanma amaçlı birlikteliği olan insanoğlu, süregiden zaman içerisinde onlardan ekonomik, tıbbi ve sanayi gibi birçok alanda yararlanmış ve hayvan yetiştiriciliğini benimsemiştir. İnsanların hayvan yetiştiriciliği faaliyeti içerisinde hayvan davranışlarına olan ilgisi tarım toplumuna geçiş ile başlamıştır.

İlkel çağlarda, avlanmak ve yırtıcı hayvanlardan korunma amaçlı sürdürülen insan-hayvan ilişkileri, ilerleyen çağlarda evcilleştirme ile birlikte farklı bir boyut kazanmıştır. Evcilleştirilmeyle birlikte birçok hayvan, insan yaşamında aktif olarak yer almış ve faydalanılabilir hale gelmiştir. Bu da insan-hayvan etkileşimini doğurmuştur. Evcilleştirilen hayvanlar arasında özellikle köpeklerin insanlara benzer özellikler taşıması, diğergam, yardım sever, empatik ve çok iyi birer dost olmaları nedeniyle önemli bir yeri vardır.

Bu araştırmada, hayvanlara bakış açının tarihçesine değinilmiş, insan-hayvan birlikteliği ele alınmış, evcil hayvanlara -köpeklere- yer verilmiş ve hayvan beslemenin insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri alanyazın ışığında irdelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: İnsan-hayvan ilişkileri, evcil hayvanlar, köpekler, hayvan destekli tedavi.

ABSTRACT

Animal-human unity maintains and maintains its existence by changing the dimension and quality from the primitive times to the present based on religious, economic and social gains. In this process, the meanings attributed to the animal, the definitions made, the attitude towards it and the point of view have become the determinant. For this reason, animals have sometimes become a prey to sustain human life, sometimes a mythological wife, a sacred force with religious concerns, and sometimes a friend or treatment.

Throughout the history of the civilizations, mankind, which is an association with animals for protection, nutrition and utilization of labor, has benefited from many aspects such as economics, medicine and industry in the course of time and adopted animal breeding. Interest in animal behavior in the animal breeding activity of humans has started with the transition to agricultural society.

In primitive times, human-animal associations maintained for hunting and protection from predators have gained a different dimension in the course of time with domestication. With the domesticization, many animals have been actively involved in human life and become available. This led to human-animal interaction. Among domesticated animals, dogs have an important place, especially because they have similar characteristics to humans, like other animals, charitable, empathic and very good friends.

In this research, the history of gaze to animals is discussed, human-animal coexistence is discussed, domestic animals are covered with peanuts, and the positive effects of animal nutrition on human health are examined in the light of literature.

Key Words: Human-animal relationships, pets, dogs, animal-assisted therapy.

1. GİRİŞ

Hayvan-insan birlikteliği, tarihin ilk çağlarından günümüze kadar süregelen bir olgudur. İnsanoğlunun yeryüzünde kendisi dışında hareket edebilen tek canlı olarak hayvanları gözlemlemesi ve incelemesi, çok eskilere dayanır. Paleolitik arkeologlar yaklaşık 30,000 yıl önce, *Crô-Magnon* insanının çizdiği mağara resimlerinde, diğer hayvanların davranışlarının gözlemlendiğine işaret etmektedir (Blades, 2002). Beş bin yıl öncesine dayanan Mısır Kraliyet ailesine ait mezar taşlarındaki balık, kuş ve memeli rölyefleri, hayvanlara olan ilginin tarımın gelişmesiyle sonlanmadığını göstermektedir (Çetinkaya, 2009). İlkel çağda önceleri yaşadıkları çevredeki hayvanların gücünden ve yırtıcılıklarından kaynaklanan ürkme zamanla yerini hayranlığa bırakmış ve hayvanlara tapınmaya dönüşmüştür (Armutak, 2002). İnsanların hayvan davranışına olan ilgisi bilim tarihinde felsefe, sosyoloji, psikoloji ve biyoloji gibi birçok alanın konusu olmuş ve çoğu filozof ve bilim adamının ilgisinin çekerek onları insan-hayvan ayrımı üzerinde düşündürmeye sevk etmiştir.

Dil ve diğer kültürel öğelerin ayrıntılı bir incelemesini yapan araştırmacı sosyologlar tarafından sosyal yaşamlarımız ve davranışlarımız üzerinde büyük ölçüde ihmal edilen ayırt edilebilir bir hayvan etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır (Bryant, 1979).

Descartes aslında insan ile hayvan arasındaki temel farkı, istemli davranışların sadece insana özgü olması; hayvanların ise, enerjisini aldığı uyarıcıya bir yansıtma (*reflex*) olarak tümüyle otomatik olarak tepkide bulunuyor olması olarak görmüştür. Bu anlamda hayvanların davranışlarının refleksif olduğunu belirterek aslında hayvan ve insan arasındaki ayrımı aynı zamanda davranış üreten iki ayrı ama birbiriyle etkileşen varlığın beden ve zihnin betimlemesi olarak yapmıştır. Başka bir deyişle hayvanlar, temel olarak bir zihne sahip olmamaları nedeniyle insanlardan farklıdırlar (Çetinkaya, 2009).

Eski Yunan felsefecileriyle başlayan insanın “üstünlüğü varsayımının çok uzun süre egemen olması modern felsefe içerisinde de bu görüşün etkin olmasına neden olarak hayvana karşı farklı bakış açılarının bulunabileceğine dikkati çekmiştir. Batı geleneği; insanın özerk olduğunu, adalet kavramını anlayabilecek yetenekte olduğu düşüncesini temel olarak insanların “üstün” oldukları görüşünü ve hayvanların genellikle insanların kullanımı için var oldukları görüşünü benimsemiştir. Buna karşılık Doğu geleneği hem kendi aralarında hem de Batı geleneği ile önemli farklar göstermenin yanı sıra genellikle yaşamı bir bütün olarak “kutsal” saymayı benimsemiştir (Özgür, 2010).

Hayvanlardan çok yönlü olarak faydalanma, insanoğlunun üstünlüğünü kanıtlar nitelikte olmasına karşın zorunlu birliktelikler ve etkileşimler sonucu hayvanlara olan bakış açısı zamanla değişmiştir. Çevrenin bir üyesi olmasına karşılık insan, sözkonusu etik sistemde, merkezde yer aldığı halde çevreye karşı sorumluluk içinde gözlenmemektedir. Ancak artık çevre, sahip olduğu içsel değerden ötürü insanı sorumluluk altına sokar ki bu da Descartes’ın ruhsuz makine kavramının oluşturduğu doğaya, özellikle hayvanlara karşı yapılan “incitici” davranışların reddedilmesini doğurur (Genç, 2007). Zamanla hayvana yüklenen anlamlar, insan odaklı bir yaklaşımla yapılan tanımlamalar, ona karşı tutumun ve bakış açısının belirleyicisi olarak görülmüştür (Özgür, 2010). Bu anlayış insan-hayvan birlikteliğinde yeni bakış açılarını beraberinde getirirken süreç içerisinde insan-hayvan ilişkisinin başlangıcından beri gelen bizim “efendi”, onların “mal” olma konumunu değiştirir (Genç, 2007). Süreci içerisindeki bu değişim, insanların hayvanlarla olan yakın ilişkisi pazarlama alanında yapılan faaliyetlerde de göze çarpmaktadır. Öyle ki hayvanların sadece sağladıkları yararlar için değil

çeşitli iletişim anlamları üretmek için de kullandıkları görülmektedir. Pazarlama iletişimde önemli bir yer tutan ve aynı zamanda anlam üretme aracı olan reklamların da mesaj içeriklerinde görsel olarak hayvan karakterlerinden çok sık olarak yararlanılmaktadır (Akyol, 2016).

Yarar amaçlı evcilleştirmeden doğan ancak tutum ve davranışların değişmesi nedeniyle insanları onlarla empati kurmaya kadar götüren bu birliktelik zamanla dostluğa dönüştürmüştür. Çağdaş dönemin başlangıcında doğaya davranışımız konusunda en etkili düşünürlerden biri olan tarihçi Keith Thomas, kentleşmenin özellikle orta sınıflar arasında hayvanlara karşı faydacı olmayan bir ilişki zemininde yeni tür bir duyarlılığın doğmasını sağlayan uygun koşulların oluştuğuna işaret etmiştir. Yeni ilişki türleri içinde en önemlisi evde hayvan beslemedir. Bu pratik, orta sınıfları hayvanların zekâsı konusunda daha iyimser olmaya sevk etmiştir; hayvanların ne kadar akıllı olduğu üzerine ortalıkta pek çok anekdotun dolaşmasına yol açarken hayvanların da belirli bir karakteri, kendine has bir kişiliği olabileceği düşüncesini gündeme getirmiş ve kimi hayvanların en azından ahlaki kaygılara konu olabileceği şeklindeki bir görüşün psikolojik temellerini hazırlamıştır (Abanoz, 2008). Bu süreçte kentleşme sürecinde hayvanların da belirli bir düzeyde zekâsı, karakteri ve duyguları olabileceğini anlayan insanlara karşı onların da bir algılama ve hissetme yetilerinin olduğu keşfedilmiştir (Estep ve Hetts, 1992). İnsan-hayvan ilişkisi karşılıklı bir etkileşim içerisindedir ve akışkan bir dinamiği vardır. Bu nedenle hayvanların; kendisiyle olumsuz bir iletişim kurulması ya da hiç iletişim kurulmamasına bağlı olarak insanı tehlikeli olarak (bu yüzden insanlara karşı korku duygusu oluşur), sıradan bir obje olarak, yem ve su sağlayan biri olarak ve son olarak sosyal bir partner olarak algılandıkları (Altıncekiç ve Koyuncu, 2012). Ayrıca sakin, kendine güvenen, dengeli bir yetiştiricinin, hayvanlar üzerinde şiddete başvurmeyen güvenli ve huzurlu bir etki bıraktığı görülmektedir (Coleman ve ark., 1998). Bu gibi durumlarda insanları tehlikeli bir tehdit olarak değil sıradan bir obje ya da sosyal partner olarak algılayarak birlikteliklerini sürdürmektedirler (Altıncekiç ve Koyuncu, 2012).

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. İnsan- Hayvan Birlikteliği ve Evcil Hayvanlar

Hayvanların herhangi bir amaçla kullanımı ve insan-hayvan birlikteliği konularında yapılan araştırmalarda bir hayvana sahip olmanın, hayvanlara yönelik tutum ve davranışlar üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Doğan ve ark., 2011). İnsanların hayvanlara olan ilgisini her yaş döneminde görmek mümkündür. Bu ilgi, merakla sınırlı kalmayıp hayvanların anatomik yapılarının farklılığı, yaşam biçimi ve koşulları ile sevgi ve dostluk arayışı gibi nedenleri de içerir. Bu konu, birçok araştırmada ele alınmıştır. Yaşanılan birlikteliğin etkisine bakıldığında Almanya'da yürütülen bir çalışmada ilköğretim ve ortaöğretim öğrencilerinin hayvanlar hakkındaki bilgilerinin bitkilerle ilgili bilgilere göre neden daha fazla olduğu araştırılmıştır. Araştırma sonucunda hayvan davranışlarının kolaylıkla gözlenebilmesi, öğrencilerin evcil hayvanlarla olan ilişkisi, insanların hayvanlarla olan binlerce yıllık ilişkileri, hayvanların bitkilerden farklı fizyolojik yapılarının olması, hareketli olmamaları, bazı öğrencilerin bitkileri doğal yaşamın bütünü olarak görememesi hatta bazı insanların ve çocukların bunları canlı olarak algılamamaları gibi sonuçlara varılmıştır (Emre ve Erten, 2018). Ayrıca çocukluklarında bitki ve hayvanlarla ilgilenen ve doğada çocukluk yaşantıları geçmiş olan kişilerin ileriki yaşamlarında, çocukluklarında bu davranışları yapmayan kişilere göre çevre sorunlarına karşı daha duyarlı oldukları görülmüştür. Bu nedenle çevre bilincinin geliştirilmesinde temel şart bitkileri ve hayvanları tanıma, hayvanlara karşı ilgiyi artırma ile hayvanlara yönelik saldırganlık ve fobileri yıkmaktır (Erten, 2005).

İlköğretim çağı öğrencilerin hayvanlarla ilgili olarak daha çok evcil bir hayvanın nasıl eğitilebileceğini, hangi hayvanların koruma altında olduğunu, evcil hayvanları bir oyun arkadaşı olarak tanımayı ve çeşitli hayvanlar hakkında bilgiyi öğrenmek istediği görülmektedir. Bunun sebebi evcil hayvanlarla ilk elden yaşantı yaşamaları, yaşları itibari ile onları oyun arkadaşı olarak görmeleri olabilir. Ayrıca doğadaki farklı canlıların görülmesi ve tanınması 101-14 yaş arası öğrencilerin merak duygularının ve dolayısıyla ilgilerinin artmasını sağlamaktadır (Emre ve Erten, 2018).

Evcil hayvanların önemli yaşam olayları ile karşı karşıya olan bireylere yardımcı olabileceğine dair ilişkisel kanıtlar bulunmasına rağmen, evcil hayvanların günlük yaşamda insanlara yararları hakkında çok az şey bilinmektedir. Evcil hayvan sahiplerinin iyi olma halleri (örn., daha fazla özsaygı, daha fazla egzersiz) ve bireysel farklılıkları (örn., daha büyük bir vicdan azlığı, daha az korkulu bağlanma) üzerinde daha iyi bir iyileştirme gücüne sahip olmalarının yanı sıra evcil hayvanların sosyal ihtiyaçları çok iyi karşılandığında ve evcil hayvanların insan kaynakları ile rekabet etmenin aksine tamamlayıcı destek sağlandığında hayvan sahiplerinin daha iyi konfor sağladıkları görülür (McConnell ve ark., 2011). Bu bakımdan evcil hayvanların, sahiplerine çok sayıda olumlu psikolojik ve fiziksel fayda sağlayarak önemli bir sosyal destek kaynağı olarak hizmet edebildikleri söylenebilir.

Psikolojik anlamda iyi olmanın yanı sıra yanı sıra tıp alanında yapılan bilimsel araştırmaların evcil hayvan beslemenin ve evcil hayvanla arkadaşlık etmenin insan sağlığına pek çok faydası olduğunu göstermektedir. Bu araştırmalardan elde edilen bilgiler hayvan sahibi olmanın, kalp krizine bağlı ölüm oranını azalttığını göstermektedir (Friedmann ve ark., 1980).

Çocuklar üzerinde mental ve sosyal gelişim, sorumluluk alma, kavrama yeteneğinin gelişmesi gibi pek çok olumlu etkisi olduğu, ayrıca spor yapma, hobi edinme gibi pek çok etkinliğe daha yatkın oldukları, evcil hayvana sahip çocukların empati kurma ve sosyal uyum sağlama açısından daha başarılı olabildikleri bildirilmektedir (Kaya, 2017). Çocukluk ve gençlik dönemlerinde yalnızlık gibi temel problemleri tedavi etmede veya otizm gibi daha karmaşık bozukluklarda hayvanların terapötik yardımcıları olarak değeri büyüktür (Mallon, 1992). Büyük bir stres kaynağı olan hastaneye yatış durumunda tedavi süresince evcil hayvanların çocuklarda fizyolojik uyarılmayı azaltabildiği ve bu nedenle çocukların hastane ortamında stresle ve hastalıklarıyla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olabileceği görülmüştür (Tsai ve ark., 2010).

Ergen ve erken ergen hayvan sahiplerinde benlik saygısı ve özerklik daha yüksek düzeydedir. Evcil hayvanlara sahip çocukların sosyal olarak daha iyi bütünleştikleri görülür, sosyal pozitif benlik saygısı daha yüksek, bilişsel gelişimi daha iyidir (Vidović ve ark., 1999). Delikanlılık çağındaki gençlerin ise, ön ergenlik döneminde evcil hayvanlarıyla geliştirdiği arkadaşlık ilişkisi çok önemli olarak onların benlik saygılarının gelişmesine destek olur (Covert ve ark., 1985). Söz konusu bu ilişki, onların çevreyi ve insanı daha iyi anlamasını, onlarla daha yoğun ve olgun bir duygudaşlık içine girmesini sağlar (Uğurlu, 2013).

Hayvan beslemenin olumlu etkisi çocuklar ve ergenlerin yanı sıra yetişkinler üzerinde de görülmektedir. Yapılan bir araştırmada AIDS'li hastalarda değer, kendine saygı ve umudunu yitirmeme duyguları üzerinde hayvan destekli terapiden yararlanmış ve olumlu etkileri görülmüştür (Carmack, 1991). Yarı deneysel bir alan çalışmasında, adli insan-hayvan etkileşimi (AİHE) programının cezaevi tutuklularının suç davranışları üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. 48 tutuklu katıldığı erkek yetişkin mahkumlar için adli insan-hayvan programının olumlu davranışsal ve psikososyal sonuçlar elde edilmiştir (Fournier ve ark., 2007). 176 evcil hayvan sahibinden oluşan örnek bir grupta ilgili olarak yapılan başka bir araştırma evcil hayvanlarıyla nispeten daha uyumlu olan kişilerin genel olarak daha iyi zihinsel sağlık ve daha az fiziksel semptom bildirdiklerini göstermiştir (George ve ark., 1998).

Avustralya'daki kadınların sağlığı üzerine yapılan büyük boyutlu bir çalışma, eşlik eden bir hayvanla yaşamının olası olumlu sağlık etkilerini araştırmıştır. Yaş, yaşam ve barınma alanları ile refakatçi hayvanlarla birlikte sağlıklı yaşamakla yakından ilişkili olan araştırmanın bulguları, alanyazındaki refakatçi hayvanların insan sağlığına yararları hakkındaki bazı tutarsızlıkları ve çelişkileri açıklamaya yardımcı olabilecek niteliktedir (Pachana ve ark., 2005). Hayvan sahibi olmanın stresi azalttığı, kan basıncı, trigliserid ve kolesterol seviyelerini düşürdüğü ve çocukların empati kurma yeteneği ile duygusal gelişimine olumlu katkılar yaptığı saptanmıştır (Salgırlı ve ark., 2012). Ayrıca hayvan destekli tedavi, kalp yetmezliği ile hastaneye yatırılan hastalarda kardiyopulmoner basınçları, nörohormon seviyelerini ve anksiyeteyi iyileştirdiği bildirilmiştir (Cole ve ark., 2007). Kaygı üzerine yapılan bir çalışmada diş ameliyatı sırasında akvaryum seyreden deneklerin izlemeyen gruba göre daha rahat ve daha az endişeli olduğu bildirilmiştir (Miller ve Fowler, 2011).

2.2. Köpeklerin İnsan Psikolojisi Üzerindeki Olumlu Etkileri ve Tedavi Aracı Oluşu

Evcilleştirme, insan-hayvan ilişkisinin temellerinin atılmasında önemli bir basamak olarak görülmektedir. Köpeklerin evcilleşen ilk hayvan olarak arkeolojik bulgulara göre en az 14 bin yıldır insanlarla birlikte yaşadığı bildirilmektedir. Vahşi kurtların evcilleşen torunları olarak köpekler insanla birlikte yaşayabilmek için vahşi yaşam için zorunlu olan birçok içgüdüsel dürtüyü bir kenara bırakmayı benimsemişlerdir (Dodurga, 2018). Hayvan-insan birlikteliğinin ilk paydaşlarından biri olan köpeklerin, yaşam koşulları açısından insanoğluya benzer toplumsal örgütlenme şekillerine sahip olması ve genelde aynı zihinsel yapıyı taşıması gerek sosyal gerekse ekonomik bir değer olarak insan yaşamında kolayca yer edinmesine neden olmuştur. Bu süreç içerisinde köpek, *insanoğluya* etkileşimlerinin ve mekân paylaşımının bir getirisi olarak; sosyalleşme, yaşadığı çevreyi algılama ve kullanma zorluklarından doğan bir takım fiziksel ve psikolojik değişikliklerin etkisinde kalmıştır (Doğan ve ark., 2011).

Son yıllarda evlerde hayvan beslemek oldukça popüler hale gelmiştir. Evlerde beslenen hayvanlar arasında ise köpekler başı çekmektedir. Bunun nedenleri arasında köpeklerin insanlarla bire bir iletişim kurmaya açık ve yatkın olmaları, kolay eğitilebilir olmaları ve ebeveynler tarafından çocukları için güvenilir ev hayvanları olarak düşünölmeleri sayılabilir. Bir hayvanla yaşamak hayatımızı düzene soktuğu gibi stresimizi ve günün tüm yorgunluğunu almaktadır. Bir köpeği düzenli gezdirmek egzersiz yapma fırsatı verir ve aynı zamanda yeni insanlarla tanışma olanağı sağlar. *Yapılan bir araştırmada en iyi dostumuz olan köpeklerin beyinlerinin noninvaziv görüntölemesinin insan beynine benzerlik gösterdiği bildirilmiştir. Köpeklerin beyninin, pek çok açıdan bakıldığında sırf insan beyni gibi çalıştığı görülür. İnsanlardaki pozitif duygularla ilişkili beyin bölgesini içeren ('homoloji' denir) birçok temel yapı köpeklerinkiyle benzerdir. Bu nedenle ev halkını belirlemek için bir köpeğin güçlü koku duyusunun nasıl çalıştığını bu açıklamayla bağdaştırmak mümkündür. Sonuçta, her şeyi hesaba katarak köpekler ve insanların kaudat nukleus (caudat nucleus) denilen önemli bir beyin bölgesinin aktivitesinde çarpıcı benzerlikler gösterdiğini söylemek mümkündür (Bekoff, 2013). Ayrıca insan ve köpeklerdeki esneme ile ilgili olarak empati ve sıkıntı mekanizması arasında ayrımı yapmak için bulaşıcı esneme kavramına da değinmek gerekir. Duygusal yakınlıkla ilgili olarak esnemenin bulaşıcılığını inceleyen bir araştırmada köpeklerin yabancı birinden daha çok kendi sahipleri tarafından izlendiklerinde sıklıkla esnedikleri ortaya konulmuştur. Buna göre bulaşıcı esneme hayvanlarda bulunabilen empatinin ilkel formunu oluşturabilir (Romero ve ark., 2013). İnsanlarla köpeklerin yakın ve uzun vadeli ilişkileri göz önüne alındığında, yukarıda değinilen bulaşıcı esneme de dahil olmak üzere birçok farklı şekillerde ifade edilen derin empati kapasitesinin geliştiğini iddia etmek için çok fazla neden bulunmaktadır (Bekoff, 2013). Bu konu ile ilgili olarak yapılan bir araştırmada hayvanlarda yaygın bir davranış problemi olarak ayrılık anksiyetesi göröldüğü bildirilmiştir. Özellikle köpeklerde ve bazen kedilerde ayrılık anksiyetesi ayrılmaya karşı bir tepki olarak ortaya*

çıkılmaktadır. Köpekler yalnız kaldıkları zaman yıkıcı davranışlarda bulunma, havlama ve aşırı tükürük ile titreme gibi diğer semptomlar gösterebilirler. Ayrıca evden veya bahçeden kaçma, depresyon ve nadiren de köpeği yalnız bırakmaya çalışan sahibine karşı saldırganlık görülmüştür (Estep ve Hetts, 2008).

Yapılan bir araştırmada fiziksel engeli olmayan kişilerin, fiziksel olarak engelli bir yabancıyla karşılaştıklarında daha az göz teması, bakışlarını kaçırma, daha fazla kişisel mesafe bırakma ve daha kısa süren sosyal etkileşimler gibi rahatsız olduklarını gösteren davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Ancak hizmet köpeklerine sahip tekerlekli sandalyeli kişilerin, köpeksiz tekerlekli sandalyeli kişilerden daha güçlü sosyal onay aldıkları bildirilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar; köpekler eşlik ettiğinde, her iki kişinin gülümsemesinin ve yoldan geçenlerin konuşmalarının önemli ölçüde arttığını göstermiş ve hizmet köpeklerinin, güvensiz kişilerin engelli kişiyi görmezden gelme veya bunlardan sakınma eğilimini önemli ölçüde azalttığı görülmüştür (Eddy ve ark., 2012).

Son yıllardaki uzman görüşlerinin de ailelerin evcil hayvan sahibi olmalarında etkili olduğu görülmüştür. Birçok araştırmada, köpek sahiplerinin % 8 oranında daha az doktor ziyaretinde bulunduğu, hayvan sahibi olan çocukların bağışıklık sistemlerinin daha gelişmiş ve okula devamlarının yaşıtlarına oranla daha fazla olduğu bulguları elde edilmiştir.

Hastanede tedavi gören kalp hastalarında, tedavi köpekleri ile yapılan ziyaretlerin tansiyonu normal düzeylere düşürdüğü, zararlı hormonların salgılanmasını azalttığı ve hastaların kaygısını azaltarak kalp ve solunum sistemi sağlığına yardımcı olduğu saptanmıştır (Kaya, 2017). Köpek sahibi olan yaşlı insanlar doktora daha az gitmesine kanıt olarak 100 hasta ile yapılan bir çalışmada, yüksek düzeyde stres nedeniyle düzenli doktor ziyaretleri içinde köpek sahibi olanların yüzde 21 oranında düşük bir düzeyde olduğu bildirilmiştir (Siegel, 1990). Köpeği olan ve olmayan 3 yaşından 6 yaşa kadar olan 23 sağlıklı çocuğu incelemek amacıyla yapılan bir araştırmada, köpek mevcut olduğunda hastaların sistolik ve ortalama arter basıncı, kalp hızı ve davranışsal sıkıntısında daha fazla azalma bulunmuştur. Bulgular, fiziksel bir muayene sırasında çocukların yaşadığı stresi azaltmak için bir yardımcı hayvanın destek olabildiğini göstermiştir (Nagengast ve ark., 1997). Otistik çocuklar üzerinde evcil hayvanlarla yapılan rehabilitasyon çalışmalarında evcil köpekler kullanılmaktadır. Otistik çocukların düşük duyuusal ve duygusal uyarılma düzeyleri için güçlü bir multisensory uyaran sunan, güçlü net sesler çıkaran, görsel izlenim sağlayan, özel bir koku ve dokunma ile ayrıca reddetme, çocuğunu takip etme, yalama ve havlama isteği gibi davranışlarda bulunan köpeklerin basit, tekrarlayıcı ve sözel olmayan eylemlerin kodlarını çözmesi kolaydır. Bu nedenle planlı bir hayvan müdahalesine maruz kalma sonrasında bu çocukların otistik davranışlarının azaldığı görülmüştür (Redefer ve Goodman, 1989). Ayrıca otizmlili çocukların birincil bakıcılarında stresin azaltılmasında evcil köpeklerin potansiyelini de vurgulamak gerekir (Wright ve ark., 2015). Bir araştırmada evcil hayvanları olan kişilerin, evcil hayvan sahibi olmayanlardan 1 yıl süresince doktora daha az başvurduğu saptanmıştır. Ayrıca, evcil hayvanların stresli zamanlarında sahiplerine destek olduğu görülmektedir. Özellikle köpek sahipleri, stresli yaşam olaylarının hekim kullanımı üzerindeki etkisinden korunmuştur. Üstelik köpek sahiplerinin diğer evcil hayvan sahiplerine kıyasla evcil hayvanlarıyla daha fazla zaman geçirdiğini ve evcil hayvanlarının onlar için daha önemli olduğunu düşündüklerini göstermiştir. Bu nedenle, köpekler diğer evcil hayvanlardan daha fazla olarak sahiplerini bağlanma nesnesi olarak seçerler ve onlarla arkadaş olurlar (Siegel, 1990). Ayrıca diş tedavisi sırasında başlangıçta rahatsızlık duyan çocukların yanında köpeğin olması, onların diş hekiminin gelmesini beklerken diş masasında olduğu sıradaki fizyolojik uyarılmayı azalttığını ortaya koymuştur (Havener ve ark., 2001).

Uzun süreli bakım servislerinde tedavi gören hastaların yalnızlık sonucu yaşadıkları problemler, evcil hayvan destekli terapilerde kullanılan etkileşimli robot köpeklerin, yalnızlığı

azaltabileceğini ve robotların yalnızlık hisseden hastalara bağlı hale geldiği sonucuna varılmıştır (Banks ve ark., 2008). Kanser hastası olan çocukların hastaneye yatırılışında ve tedavi sürecinde hijyen koşullarına bağlı kalmak koşuluyla terapötik köpeklerin desteği bulunmaktadır (Bouchard ve ark., 2004). Evcil hayvan sahibi olan çocukların empati düzeyleri sahip olmayanlara göre anlamlı olarak daha yüksek olmamasına karşın evcil hayvanlar arasında özellikle köpek sahibi olan çocuklarda empati düzeyi daha yüksek bulunmuştur (Daly ve Morton, 2003). Ayrıca yapılan bir çalışmada (Triebenbacher, 1998) çocuklarda geçiş nesnesi görevi yaparak onlara sosyal etkileşim, sevgi ve duygusal destek sağladığı bildirilmiştir. Köpek ve kedi sahiplerinin % 80'inden fazlası, hayvanlarının sağladığı faydalar olarak arkadaşlık ve koşulsuz sevgiyi belirtmiştir (Faver ve Cavazos Jr, 2008). Yapılan bir araştırmada hayvan destekli terapinin hasta olan çocukların ağrı duymalarında azalmalara neden olduğu bildirilmiştir (Braun ve ark., 2009). Yaşamlarının ilk yıllarında evcil hayvanlara maruz kalan çocukların daha sonraki çocukluk dönemlerinde astım ve alerjik rinit daha az görülmüştür (Hesselmar ve ark., 1999).

Hayvanlar, bu hastalarda hastalıkla başa çıkma gücünün artması ve moral yönünden en önemli destek kaynakları olarak engelli çocukların rehabilitasyonunda olumlu etkileri görülmüştür (Heimlich, 2001). Evcil hayvanlarla arkadaşlık etmek çocukların ebeveyn ölümü veya ciddi hastalıklara yakalanma gibi travmatik olaylara uyum sağlamalarını kolaylaştırmaktadır (Raveis ve ark., 1999). Evcil hayvan sahibi olmak fiziksel aktiviteyi artırarak stresi azaltır (Teodorowicz ve Woźniewicz-Dobrzyńska, 2014). Hayvanlarla çocukların etkileşimleri, hayvan bilgeliğine olan inançlarından, hayvanlara karşı duyarlı olmalarından ve duygu ve hislerini hissetmelerinden etkilenebilir (Hawkins ve Williams, 2016).

3. SONUÇ VE ÖNERİLER

Hayvan destekli etkinlikler; eğlence, eğitim, motivasyon ve terapötik faydalar sağlayarak yaşam kalitesini zenginleştirmek için fırsatlar sunmaktadır (Risley-Curtiss, Zilney ve ark., 2010). Bu anlamda sadece köpekler değil diğer evcil hayvan türleri de her yaş dönemindeki insan için birer terapi aracı olmuştur. Özellikle çocukluk ve gençlik döneminde olumlu kişilik özellikleri ve gelişimi, sosyalleşme gibi birçok alanda yapıcı etkiye sahip olmasının yanı sıra son yıllarda yaşlılar, çocuklar, akıl hastaları, engelliler ve hatta ölmek üzere olan hastalar üzerinde köpek, kedi, çiftlik hayvanları, kuş, tavşan, yunus, balık gibi çok çeşitli hayvanları kapsayan hayvan destekli terapi uygulamalarının yapıldığı görülmektedir (Özkul, 2014).

Hayvan etkileşiminin pozitif etkileri için ayrıca özellikle epinefrin ve norepinefrin gibi stresle ilişkili parametrelerin azaltılması; bağışıklık sistemi işleyişinin ve ağrı yönetiminin iyileştirilmesi; diğer kişilere karşı güvenin artması; azaltılmış saldırganlık; gelişmiş empati ve gelişmiş öğrenmede etkili olduğunu söylemek mümkündür (Beetz ve Kotrschal, 2012).

Özetlemek gerekirse insan-hayvan birlikteliği, evcil hayvanlar özellikle köpekler ya da hayvan destekli terapi uygulamaları sonucunda oluşan sözkonusu hayvan etkileşimlerinin farklı yaştaki insanlar üzerindeki olumlu etkileri arasında insancıl ilgi, toplumsal davranış biçimi gibi kişilerarası etkileşimler; kortizol, kalp hızı, kan basıncı gibi stresle ilişkili parametreler; korku ve endişe gibi duygudurumla ilişkili parametreler ve son olarak zihinsel ve fiziksel sağlıkla ilgili olmak üzere özellikle kardiyovasküler hastalıklar sayılabilir.

Son yıllarda alanyazında hayvan birlikteliğinin sıklıkla irdelendiği, olumlu etkileri üzerinde durulduğu, özellikle hayvan destekli tedavinin giderek destekleyici bir tedavi türü olarak sağlık platformunda yer aldığı görülmektedir. Bu bakımdan duygusal, sosyal ve ticari amaçların dışına taşan hayvan insan birlikteliğinin sağlık sektöründe yapılandırılacağı ve bu alanda daha kapsamlı araştırmaların yapılacağı öngörülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abanoz, N. (2008). “Çağdaş Toplumlarda Hayvan Hakları ve Refahı”, Yüksek Lisans Tezi, Atılım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akyol, A.Ç. (2016). “Türk Televizyon Reklamlarında Hayvan Kullanımı”, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 15(57): 332-351.
- Altınçekiç, Ş.Ö. & Koyuncu, M. (2012). “Çiftlik Hayvanlarında Refahın İyileştirilmesinde Yetiştiricinin Rolü”, U.Ü. Ziraat Fakültesi Dergisi, 26(1):131-141.
- Armutak, A. (2002). “Doğu ve Batı Mitolojilerinde Hayvan Motifi I. Memeli Hayvanlar”, İstanbul Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi, 28(2): 411-427.
- Banks, M.R.; Willoughby, L.M. & Banks, W.A. (2008). “Animal-Assisted Therapy and Loneliness in Nursing Homes: Use of Robotic Versus Living Dogs”, Journal of the American Medical Directors Association, 9(3):173-177.
- Beetz, A.; Uvnäs-Moberg, K.; Julius, H. & Kotrschal, K. (2012). “Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: the Possible Role of Oxytocin”, Frontiers in Psychology, 3: 234-234.
- Bekoff, M. (2013). Friendship Influences Contagious/Empathic Yawning by Dogs, 5 Temmuz 2018’de <https://www.psychologytoday.com/us/blog/animal-emotions/201308/friendship-influences-contagious-empathic-yawning-dogs> adresinden indirildi.
- Blades, B.S. (2006). Aurignacian Lithic Economy: Ecological Perspectives from Southwestern France, Springer Science & Business Media, New York.
- Bouchard, F.; Landry, M.; Belles-Isles, M. & Gagnon, J. (2004). “A Magical Dream: a Pilot Project in Animal-Assisted Therapy in Pediatric Oncology”, Canadian Oncology Nursing Journal/Revue Canadienne de Soins Infirmiers en Oncologie, 14(1):14-17.
- Braun C.; Stangler, T.; Narveson, J. & Pettingell, S. (2009). “Animal-Assisted Therapy as a Pain Relief Intervention for Children”, Complementary Therapies in Clinical Practice, 15(2):105-109.
- Bryant, C.D. (1979). “The Zoological Connection:Animal-Related Human Behavior, Social Forces”, 58(2): 399-421.
- Carmack, B.J. (1991). “The Role of Companion Animals for Persons with AIDS/HIV”, Holistic Nursing Practice, 5(2): 24-31.
- Çetinkaya, H. (2009). “Psikopatolojilerin İncelenmesinde Hayvan Modelleri” (Ed. Metehan Irak), Psikopatolojilerde Bilgi İşleme Süreçleri Kuramdan Uygulamaya, 91-113, HYB Basım Yayın, Ankara.
- Cole, K.M.; Gawlinski, A.; Steers, N. & Kotlerman, J. (2007). “Animal-Assisted Therapy in Patients Hospitalized with Heart Failure”, American Journal of Critical Care, 16: 575-585.
- Coleman, G.J.; Hemsforth, P.H. & Hay, M. (1998). “Predicting Stockperson Behaviour Towards Pigs from Attitudinal and Job-Related Variables and Empathy”, Applied Animal Behaviour Science, 58(1-2): 63-75.
- Covert, A.M.; Whiren, A.P.; Keith, J. & Nelson C. (1985).“Pets, Early Adolescents, and Families”, Marriage & Family Review, 8: 95-108.
- Daly, B. & Morton, L.L. (2003). “Children with Pets Do Not Show Higher Empathy: A Challenge to Current Views”, Anthrozoös, 16(4):298-314.

- Dodurka, T. (2018). Evcil Hayvanlar, 17 Mart 2018'de <http://www.frmtr.com/evcil-hayvanlar/722455-prof-dr-tamer-dodurka-ile-kopek-psikolojisi-hakkinda-her-sey-1-a.html> adresinden indirildi.
- Doğan, Ö.; Özkul, T. & Özen, A. (2011). "Fırat ve Uludağ Üniversitesi Veteriner Fakültesi Öğrencilerinin Köpek Psikolojisi Konusundaki Tutum ve Görüşleri", Ankara Üniv Vet Fak Derg, 58(2): 85-91.
- Eddy, J.; Hart, L.A. & Boltz, R.P. (2012). "The Effects of Service Dogs on Social Acknowledgments of People in Wheelchairs", The Journal of Psychology, 122(1):39-45.
- Emre E.F. & Erten, S. (2012). "İlköğretim Öğrencilerinin Bitki ve Hayvanlara Karşı İlgileri ve Bu İlgileri Belirleyen Uyarıcı Faktörler", X. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi, Bildiri Özetleri Kitapçığı, 27-30 Haziran 2012, Niğde.
- Erten, S. (2005). "Okul Öncesi Öğretmen Adaylarında Çevre Dostu Davranışların Araştırılması", Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28(28): 91-100.
- Estep, D.Q. (1992). "Interactions, Relationships and Bonds: the Conceptual Basis for Scientist-Animal Relation", The Inevitable Bond: Examining Scientist-Animal Interactions, 6-26. <https://ci.nii.ac.jp/naid/10025837387/>.
- Estep, D.Q.; Hetts, S. (2008). Are dogs with separation anxiety overly attached to their owners?, 12 Temmuz 2018'de <http://abapdf.s3.amazonaws.com/MediaBlogPage/Separation%20anxiety%20as%20over-attachment.pdf> adresinden indirildi.
- Faver, C.A. & Cavazos, Jr. A.M. (2008). "Love, Safety, and Companionship: The Human-Animal Bond and Latino Families", Journal of Family Social Work, 11(3):254-271.
- Fournier, A.K.; Geller, E.S. & Fortney, E.E. (2007). "Human-Animal Interaction in a Prison Setting: Impact on Criminal Behavior", Treatment Progress, and Social Skills, Behavior and Social Issues, 16(1): 89-105.
- Friedmann, E.; Katcher, A.H.; Lynch, J.J. & Thomas, S.A. (1980). "Animal Companions and One-year Survival of Patients after Discharge from a Coronary Care Unit", Public Health Reports, 95(4): 307-312.
- Genç, S.V. (2007). "Derin Ekoloji Penceresinden Hayvana Bakış", Veteriner Hekimler Derneği Dergisi, 78(2): 35-39.
- George, R. S.; Jones, B.; Spicer, J., & Budge, R.C. (1998). "Health Correlates of Compatibility and Attachment in Human-Companion Animal Relationships", Society & Animals, 6(3), 219-234.
- Havener, L.; Gentes, L.; Thaler, B.; Megel, M.; Baun, M.; Driscoll, F.; Beiraghi, S. & Agrawal, N. (2001). "The Effects of a Companion Animal on Distress in Children Undergoing Dental Procedures", Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 24(2): 137-152.
- Hawkins, R.D. & Williams, J.M. (2016). "Children's Beliefs about Animal Minds (Child-BAM): Associations with Positive and Negative Child-Animal Interactions", Anthrozoös, 29(3): 503-519.
- Heimlich, K. (2001). "Animal-Assisted Therapy and the Severely Disabled Child: A Quantitative Study", Journal of Rehabilitation, 67(4): 48-54.
- Hesselmar, B.; Aberg, N.; Aberg B.; Eriksson, B. & Björkstén, B. (1999). "Does Early Exposure to Cat or Dog Protect Against Later Allergy Development?", Clinical and Experimental Allergy, 29(5):611-617.

- Kaya, A. (2017). Karşılıksız sevgi ster misiniz?, 28 Kasım 2017'de <http://www.referansveteriner.com/basindabiz.php.adresinden> indirilmiştir.
- Mallon, G.P. (1992). "Utilization of Animals as Therapeutic Adjuncts with Children and Youth: A Review of the Literature", *Child and Youth Care Forum*, 21(1): 53-67.
- McConnell, A.R.; Brown, C.M.; Shoda, T.M.; Stayton, L. E.; & Martin, C. E. (2011). "Friends with Benefits: on the Positive Consequences of Pet Ownership", *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6): 1239-1252.
- Miller, R.E. (2012). "Fowler's Zoo and Wild Animal Medicine Current Therapy", *Journal of Exotic Pet Medicine*, 7: 190-196.
- Nagengast, S.L.; Baun, M.M.; Megel, M. & Leibowitz, J.M. (1997). "The Effects of the Presence of a Companion Animal on Physiological Arousal and Behavioral Distress in Children During a Physical Examination, *Journal of Pediatric Nursing*, 12(6): 323-330.
- Özgür, A. (2010). "Hayvanlarla Yaşamı Paylaşmak", *Vet Hekim Der Derg*, 81(2): 9-13.
- Özkul, T. (2014). "Türkiye'de Hayvan Destekli Terapi Uygulamalarından Örnekler", *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 1:36-36. <http://lokmanhekim.mersin.edu.tr/index.php/lokmanHekim/article/view/418>.
- Pachana, N.A.; Ford, J.H.; Andrew, B. ve ark. (2005). "Relations between Companion Animals and Self-Reported Health in Older Women: Cause, Effect or Artifact?", *International Journal of Behavioral Medicine*, 12(2): 103-109.
- Raveis, V.H.; Siegel, K. & Karus, D. (1999). "Children's Psychological Distress Following the Death of a Parent", *Journal of Youth and Adolescence*, 28(2): 165-180.
- Redefer, L.A. & Goodman, J.F. (1989). "Brief Report: Pet-Facilitated Therapy with Autistic Children", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 19(3): 461-467.
- Risley-Curtiss, C.; Zilney, L.A. & Hornung, R. (2010). "Animal-Human Relationships in Child Protective Services: Getting a Baseline", *Child Welfare*, 89:66-83.
- Romero, T.; Konno, A. & Hasegawa, T. (2013). "Familiarity Bias and Physiological Responses in Contagious Yawning by Dogs Support Link to Empathy", *PloS One*, 8(8), e71365:1-8.
- Salgırlı, Y.; Emre B.; Beşgöl, K.; Öztürk, H. & Sagmanlıgil, V. (2012). "Köpek Sahiplerinin Köpeklerine Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi Üzerine Bir Pilot Çalışma", *Ankara Üniv Vet Fak Derg*, 59(1):11-15.
- Siegel, J.M. (1990). "Stressful Life Events and Use of Physician Services Among the Elderly: The Moderating Role of Pet Ownership", *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6): 1081-1086.
- Teodorowicz, A. & Woźniewicz-Dobrzyńska, M. (2014). "Sport and Recreational Activity with a Dog: Psychosocial Significance of Dog Ownership", *New Trends in Tourism Research-A Polish Perspective*, 6, 296-310.
- Triebenbacher, S.L. (1998). "Pets as Transitional Objects: Their Role in Children's Emotional Development", *Psychological Reports*, 82(1):191-200.
- Tsai, C.C.; Friedmann, E. & Thomas, S.A. (2010). "The Effect of Animal-Assisted Therapy on Stress Responses in Hospitalized Children", *Anthrozoös*, 23(3): 245-258.
- Uğurlu, S.B. (2013). "Resimli Çocuk Kitaplarında Hayvan Karakter Kullanımı", *Turkish Studies*, 8(4):1381-1393.

Vidović, V.V.; Štetić, V.V. & Bratko, D. (1999). "Pet Ownership, Type of Pet and Socio-Emotional Development of School Children", *Anthrozoös*, 12(4):211-217.

Wright, H.F.; Hall, S.; Hames, A.; Hardiman, J.; Mills, R.; Mills, D.S. & PAWS Team. (2015). "Acquiring a Pet Dog Significantly Reduces Stress of Primary Carers for Children with Autism Spectrum Disorder: A Prospective Case Control Study", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(8):2531-2540.

