



## **W ferie KOT gościł psa**

2026-02-17

**Podczas tegorocznych ferii w Specjalistycznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej „Krakowski Ośrodek Terapii” odbyły się dwa wyjątkowe spotkania dogoterapeutyczne z udziałem psa terapeutycznego Iris. Zajęcia skierowane były do dzieci z klas 1-3 szkół podstawowych i stanowiły połączenie psychoedukacji, zabawy oraz doświadczenia relacyjnego, które wspiera rozwój emocjonalny i społeczny.**

Pierwsze spotkanie odbyło się pod hasłem „Czekaj”. Punktem wyjścia była refleksja nad tym, że czekanie to nie tylko wykonywanie polecenia, ale ważna kompetencja rozwojowa. Dzieci odkrywały, że „czekanie” jest jednym z wielu stanów, które przeżywamy – czasem spokojnym i jasnym, a czasem napiętym i trudnym. Wspólnie zastanawialiśmy się, kiedy łatwo jest wytrzymać oczekiwanie, a kiedy w środku pojawia się niepokój.

Poprzez zabawę z Iris dzieci mogły obserwować, co pomaga w cierpliwości, a co ją utrudnia. Wymyślały zadania i sztuczki sprawdzające, czy piesek potrafi czekać, a przy okazji uczyły się rozpoznawać własne reakcje. Były rozmowy, rysunki i opowieści o „moim czekaniu”. Zwieńczeniem zajęć było nadanie swojemu czekaniu koloru i kształtu. Z kolorowych rurek powstał długi wąż, przez którego wędrował smaczek – a Iris cierpliwie czekała, modelując spokojne, bezpieczne oczekiwanie. Dzieci mogły zobaczyć, że cierpliwość nie jest biernym trwaniem, lecz aktywnym regulowaniem siebie w relacji.

Drugie spotkanie – „Warknij na lęk” – było poświęcone emocji, która towarzyszy nam wszystkim. Dzieci z ciekawością przyglądały się temu, czym jest lęk, po co się pojawia i jakie może przyjmować formy. Szczególnym zainteresowaniem cieszyło się porównanie lęków dzieci i lęków psów. Okazało się, że choć niektóre z nich są różne, wiele ma wspólne źródło – potrzebę bezpieczeństwa. To odkrycie było dla uczestników ważnym doświadczeniem normalizacji.

W części warsztatowej dzieci symbolicznie „wkładały” swój lęk do paszczy stworka-potwora i obserwowały, jak rośnie, gdy poświęcamy mu zbyt dużo uwagi. Rozmawialiśmy o tym, że lęk jest potrzebny, bo ostrzega i chroni, ale nie powinien przejmować kontroli. Kulminacyjnym momentem było wspólne „warknięcie na lęk” – gest odwagi, nazwania strachu i symbolicznego odzyskania sprawczości. W obecności spokojnej i uważnej Iris dzieci mogły doświadczyć, że z emocjami można coś zrobić – można je ośwoić, zmniejszyć ich siłę i nauczyć się je regulować.

Oba spotkania pokazały, jak silnym wsparciem w pracy z dziećmi może być obecność psa terapeutycznego. Relacja ze zwierzęciem sprzyja poczuciu bezpieczeństwa, obniża napięcie i zwiększa motywację do zaangażowania. W atmosferze zabawy i akceptacji dzieci uczyły się ważnych kompetencji: cierpliwości, rozumienia emocji, nazywania ich i szukania konstruktywnych sposobów



**Magiczny  
Kraków**

radzenia sobie z nimi.

To były ferie pełne refleksji, uśmiechu i odwagi.