

### [Akceptuję](#)

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

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



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



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

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

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

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Dogoterapia pozytywnie wpływa na zdolności poznawcze

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

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

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

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

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

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

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

Źródło: pap.pl

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



09-09-2024

## **Jak poradzić sobie z końcem wakacji?**

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

## **Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne**

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

## **Przydatność organów do przeszczepu**

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

## [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#)

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

## [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

## [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

## [Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

## [System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

**Informacje dnia:** [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i](#)

[adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

## **Partnerzy**