

Шабурова Оксана Александровна

педагог-психолог

МБДОУ Д/С №67 «Умка»

г. Нижневартовск, ХМАО – Югра

АНИМАЛОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** в статье рассматриваются особенности инновационного психологического метода (анималотерапия), который заключается во включении животного в процесс взаимодействия с ребенком дошкольного возраста: актуальность и особенности его применения в психотерапевтическом процессе, а также спектр и перспективы применения.*

***Ключевые слова:** анималотерапия, животные, дети, дошкольный возраст, психическое здоровье, психоэмоциональное состояние, психокоррекция.*

На сегодняшний день сохранение и укрепление здоровья людей одна из главных стратегических задач развития страны. Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. Главным психологическим новообразованием в данном возрасте является начало произвольности психических процессов и формирование психологической готовности к последующему обучению в школе. В связи с этим уделяется повышенное внимание формированию психоэмоционального здоровья дошкольника. Пластичность и высокая лабильность организма дошкольника определяет высокую чувствительность к воздействию факторов внешней среды.

Среди многочисленных методов и средств укрепления психологического здоровья и эмоциональной стабильности воспитанников дошкольных учреждений ведущее место занимают современные здоровьесберегающие технологии, включающие игротерапию, сказкотерапию, куклотерапию, пескотерапию, музыкотерапию, арттерапию, анималотерапию и пр. Применение перечисленных типов психокоррекционной работы оказывают положительное воздействие на психическое и эмоциональное развитие ребенка-дошкольника [3, с. 16].

Анималотерапия (зоотерапия, пет-терапия) выступает в качестве современного эффективного метода психотерапевтической и психокоррекционной работы, реализуемого средствами взаимодействия человека и животного. Данный вид психотерапевтической работы находится на стыке различных научных областей: психотерапия, психология, психофизиология, медицина. Является междисциплинарным научным звеном, способным оказывать воздействие на личность, как коррекционного, так и развивающего характера, совершенствуя личность человека на различных возрастных этапах и преследуя различные цели. Предназначен для реализации в процессе осуществления медико-психологической и социально-психологической работы.

Актуальность и эффективность реализации данной проблематики, а также определение ее целей и задач и особенностей внедрения исследуется сегодня многими отечественными авторами: Л.В. Смоловой, А.Н. Липовым, Е.И. Бугаевой и пр. Первоначально метод анималотерапии как средства коррекции проблем психологического характера предложил канадский детский психиатр Б. Левинсон, использующий в терапевтических целях на первоначальном этапе собственную собаку. Результаты наблюдений исследователя за детьми в процессе общения с животным позволили констатировать обеспечение ребенку чувства безопасности, преодоление определенных трудностей у необщительных, скованных и замкнутых детей-аутистов [6, с. 41].

На современном этапе анималотерапия весьма распространена, как в России, так и за рубежом. На территории США, Канады, Франции и Великобритании приобретают популярность организации, осуществляющие психотерапевтическую помощь посредством общения людей с животными. В России же отечественный исследователь Н.Л. Княжевой разработана программа анималотерапевтической направленности «Ребята и зверята», рекомендованная к применению в работе с детьми, испытывающими трудности адаптации и общении, а также испытывающими проявления страхов. Замкнутости, чувства одиночества и агрессивности.

Опыт существующей практической работы позволяет утверждать, что общение с представителями животного мира и выдаваемый ими «кредит доверия» существенно облегчает процесс осознания и принятия ребенком себя как личности. Уход за животным-компаньоном, общение и игра с ним способствует приобретению нового социального опыта и поведения, которые впоследствии с успехом переносятся в другие жизненные ситуации.

Сегодня выделяются разнообразные направления анималотерапии: иппотерапия (психотерапевтическая работа во взаимодействии с лошадьми), канистерапия (работа во взаимодействии с собаками), дельфинотерапия (работа во взаимодействии с дельфинами), фелинотерапия (работа во взаимодействии с кошками) [5, с. 22].

Авторами отмечается существенная роль анималотерапии в процессе коррекции проблем социальной адаптации детей с разнообразными особенностями и отклонениями в развитии: ДЦП, синдром Дауна, расстройства аутистического спектра, синдром СДВГ. С не меньшей эффективностью данный метод применяется и в работе с нормально развивающимися детьми в процессе их адаптации к ДОО, развития эмпатии, эмоциональной отзывчивости, стабилизации поведенческих реакций и т. д.

Теоретическое обоснование применения данного метода связывается исследователями с его функциональными особенностями: Взаимодействие с животным-компаньоном способствует снятию стресса, выравниванию работы нервной системы, коррекции психики в целом, реализуя психофизиологическую функцию метода. Общение ребенка с животным существенно влияет на развитие коммуникативных навыков и гармонизацию межличностных взаимоотношений, реализуя психотерапевтическую функцию. Возникновение постоянных контактов с животным в этой связи выступает в качестве дополнительного канала взаимодействия человека с социумом и окружающим миром, параллельно осуществляя его психическую и социальную реабилитацию. В этом заключается реабилитационная функция анималотерапии. Также посредством анималотерапии реализуется и функция удовлетворения потребностей человека в собственной

компетентности, поскольку данная потребность, выражающаяся в формуле «я могу», выступает в качестве важнейшей потребности человека. Не менее значима для человека и потребность в возможности реализации собственного внутреннего потенциала личности и потребность «быть значимым» – в этом состоит функция самореализации метода анималотерапии. Однако, основной функцией данного метода по праву считается функция общения, поскольку реализация анималотерапии позволяет ребенку взаимодействовать с партнером-животным, развивая коммуникативные навыки и знания [1, с. 42].

Направленная анималотерапия предполагает использование в психотерапевтической и психокоррекционной практике различных подготовленных животных, не менее успешно может использоваться работа с образами животных. Соответственно отданным предпочтениям определенному животному выделяются фелинотерапия, канистерапия, иппотерапия, дельфинотерапия и др.

Следует учитывать, что использование метода анималотерапии в работе с детьми предполагает и возможность возникновения определенных рисков, выражающихся в проявлении аллергических реакций. Следовательно, подобная работа может осуществляться только с участием здоровых животных. При этом, обязательным является и предварительное согласование с родителями и медицинским работником ДОО участия ребенка в терапии. С учетом возможных рисков отметим, что благотворно воздействовать на психическое развитие и здоровье ребенка способно не только само животное, но и его образ, формируемый в ходе занятий. В этой связи сегодня в ходе терапевтической деятельности в данном направлении активно применяется заместительная терапия. В ходе специально организованного проектирования синестезического характера с подключением всех возможных анализаторов дети создают разнообразные мыслеобразы животного, а также возможно использование животных-игрушек, животных-кукол и пр. [4, с. 29]

Игры с животными-компаньонами, уход за ними, их дрессировка или тренировка, а также применение метода зрительного созерцания, воспоминаний, воссоздания образов и пр. вызывает у детей, как правило, положительные

эмоции и умиротворение. Регулярное организованное взаимодействие с животными положительно влияет на развитие внимания, настойчивости, познавательной активности, стабилизацию психоэмоционального состояния детей. Также в процессе занятия стимулируется вербальная и невербальная активность, констатируется изменение поведенческих реакций в лучшую сторону. С этой целью предметно-развивающая среда детского сада должна быть оборудована живым уголком, обитатели которого способны «составить компанию» дошкольникам в совместной деятельности. Проводя время в живом уголке, дети имеют возможность наблюдать за животными, анализировать особенности их образа жизни и повадки, устанавливать различия и сходства в потребностях животного и человека.

При выборе животных, с которыми наиболее эффективно будет осуществляться общение детей, следует учитывать возрастные и индивидуальные особенности воспитанников и повадки животного. Необходимо предварительно выяснить, каким образом животное реагирует на нового человека, поскольку агрессивные проявления со стороны животного могут нанести психологический и физический вред ребенку. Использование в процессе анималотерапии различных животных преследует разные функции, поэтому к выбору животного следует относиться очень серьезно [2, с. 16].

Кошки. Общение с данным животным удовлетворяет потребность ребенка в телесном контакте, снимают проявления агрессивности, нормализуют функционирование нервной системы и сердечно-сосудистой.

Лошади. Способствуют противодействию различных двигательных нарушений, снимая отрицательное влияние гипокинезии, которая обусловлена течением болезни. Способствуют развитию физической активности, совершенствованию нарушенных функций организма; улучшению и восстановлению утраченных во время болезни навыков. Обеспечивают профессиональную реабилитацию, формируя новые или восстанавливая утраченные двигательные навыки.

Собаки. Общение с данным животным снижает кровяное давление. В работе с детьми с неустойчивой или травмированной корректируются негативные формы

поведения, снижается уровень тревожности и страхов и пр. Данный вид терапии рекомендуется детям с СДВГ.

Разведение рыбок. Рекомендовано при нейродермите (наблюдение за поведением рыбок притупляет зуд кожи); бронхиальной астмы и простуде, истерии, эпилепсии.

Птицы. Общение с ними показано при наличии сердечно-сосудистых заболеваний; избавляют ребенка от меланхолии депрессивного состояния, хандры.

Дельфинотерапия. Способствует избавлению ребенка от невротических состояний. Рекомендована детям с синдромом Дауна и других генетических заболеваний; при наличии синдрома минимальной мозговой дисфункции; СДВГ, ДЦП, заболеваниях аутистического спектра, расстройствах памяти и пр. [5, с. 23]

Таким образом, анималотерапия допускает проведение работы с самыми разнообразными животными, что позволяет удовлетворять потребности и нужды в общении любого дошкольника, даже в случае каких-либо противопоказаний.

Животные в качестве источника интереса для ребенка могут использоваться и как отвлекающий фактор, снижающий напряжение в различных стрессовых ситуациях. Особенности основной части занятия по анималотерапии заключаются в учете психоэмоционального состояния ребенка и построения на его основе различных композиционных аспектов занятия. Занятие может носить структурный характер: иметь четкий, предварительно разработанный план, учитывающий необходимое время для проведения запланированных упражнений и переходов от одного к другому. Процессуальный характер занятия позволяет отслеживать непосредственно процесс самовыражения ребенка, отвечать на возникающие у детей вопросы, уделяя основное внимание особенностям межличностного взаимодействия в группе детей.

Важной составляющей частью занятия по анималотерапии является использование музыкального сопровождения, которое выступает в качестве связующей нити, соединяющей меняющиеся эмоциональные состояния детей в процессе занятия, и способствует адекватному выбору модели поведенческого реагирования. Музыкальные композиции должны выбираться осознанно, соответствовать

целям и задачам применяемых упражнений. Отметим, что выполнение разных заданий не следует сопровождать разными музыкальными композициями, повтор музыкальной композиции более целесообразно использовать с целью установки «якоря» или подчеркивания, запуская определенное эмоциональное состояние [3, с. 19].

Применение элементов ритуализации и экспромта также признается важным аспектом анималотерапевтического процесса. Занятия могут быть двух видов [4, с. 31]:

- с повторяющимися типами заданий, выступающих в качестве «якоря» и выполняющих функции научения, закрепляя измененные модели поведения;
- занятия, в ходе которых занятия не повторяются (этюды, экспромты). Позволяют детям осуществлять самостоятельное проектирование и проигрывание новых способов эмоционального (невербального и вербального) и поведенческого реагирования.

Рассмотрим особенности работы с образами животных. Реализация подобного занятия предполагает поэтапное следование установленному плану [1, с. 44]:

1. Организационный этап создания группы, выбор животного методом обсуждения. На данном этапе детям задается направление предстоящей работы, сообщаются правила поведения в группе. Приветствуется проведение игры-знакомства и приветствия. Также данный этап включает проведение беседы в свободной форме о животных, которых предпочитают дети, беседа завершается выбором животного для проведения занятия.

2. Трансформация в образ выбранного животного – изготовление атрибутов образа выбранного животного (хвост, ушки, использование масок, роспись лиц детей с применением техники аквагрима).

3. Актуализация имеющегося опыта в контексте контакта с животным. Подразумевает выявление имеющегося опыта взаимодействия с выбранным животным.

4. Накопление нового опыта в образе выбранного животного. Посредством применения элементов психодрамы, телесноориентированной терапии и этюдов-драматизаций происходит накопление знаний об особенностях поведения животного, имитация его повадок и поведения (психогимнастические упражнения).

5. Этап развоплощения подразумевает проведение ритуала развоплощения (выход из образа)

6. Перенос полученного опыта в естественную поведенческую среду. Проведение отсроченной беседы с дошкольниками о пользе опыта общения с животными для жизни людей. Реализация данного этапа может проводиться в форме домашнего задания.

7. Этап отреагирования. Выполнение творческих заданий: создание рисунка, задание «письмо любимому животному», выполнение коллажа или композиции из пластилина по теме занятия.

8. Ритуал завершения. Предполагает выполнение медитативных упражнений. Подразумевает выявление эмоционального состояния детей после занятия. Результативность воздействия целесообразно посредством проведения психодиагностических методик.

Применение данной технологии в ходе учебно-воспитательного процесса ДОО и целенаправленной психокоррекционной работы, по данным Г.В. Антошиной, позволяет отметить: существенное снижение количества проявлений агрессивного поведения у детей, стабильный постепенный рост уверенности дошкольников в себе и собственных силах, повышение уровня самооценки, динамику развития познавательной активности и познавательных потребностей, сохранение позитивного эмоционального настроения на протяжении длительного времени. Родителями же отмечается положительная поведенческая динамика стабильного продолжительного характера.

Таким образом, представленный метод анималотерапии является достаточно эффективным инструментом психокоррекционной работы в контексте разрешения трудностей психоэмоционального характера у детей дошкольного возраста и их психического развития. Применение данного метода рекомендовано к

использованию педагогами и психологами дошкольных образовательных учреждений.

Список литературы

1. Антошина Г.В. Анималотерапевтическая программа «Хвостатый лекарь» // Новые исследования (Институт возрастной физиологии, Москва). – 2010. – Т. 1. – №24. – С. 38–59.
2. Кряжева Н.Л. Кот и пес спешат на помощь // Анималотерапия для детей. – Академия Развития, 2000. – С. 15–17.
3. Лазорцева А.А. Опыт внедрения инновационных технологий психолого-педагогической реабилитации детей с ограниченными возможностями / А.А. Лазорцева // Работник соц. службы. – 2007. – №3. – С. 14–25.
4. Огненко Н. Работа с образами животных. Я, ты и тигр. – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
5. Тагиева Э. М. Анималотерапия – как метод психокоррекционной работы с детьми дошкольного и школьного возрастов // Молодой ученый. – 2017. – №14.1. – С. 21–24.
6. Черная А.Б. Анималотерапия: история, теория и опыт // Сборник материалов VIII международной научно-практической конференции молодых ученых. – СПб., 2012. – №3. – С. 17–22.