

Шабурова Оксана Александровна
Педагог-психолог
МБДОУ ДС№67 «Умка»
ХМАО г. Нижневартовск

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 исследователем 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 различным двигательным нарушениям, 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 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]:

- 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.
- Трансформация в образ выбранного животного – изготовление атрибутов образа выбранного животного (хвост, ушки, использование масок, роспись лиц детей с применением техники аквагрима).
- Актуализация имеющегося опыта в контексте контакта с животным. Подразумевает выявление имеющегося опыта взаимодействия с выбранным животным.
- 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).
- Этап развоплощения подразумевает проведение ритуала развоплощения (выход из образа)
- 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.
- Этап отреагирования. Выполнение творческих заданий: создание рисунка, задание «письмо любимому животному», выполнение коллажа или композиции из пластилина по теме занятия.
- 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 психологопедагогической 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.