

УДК 159.92

ФЕЛИНОТЕРАПИЯ КАК СОВРЕМЕННЫЙ ИННОВАЦИОННЫЙ МЕТОД РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Веревкина Ольга Владимировна

магистрант Специального (дефектологического) образования

направление «Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивного образования в

Приарктическом регионе», II курс, группа 341716

Научный руководитель: **Флотская Н. Ю.**

доктор психологических наук, профессор

Северный (Арктический) Федеральный Университет им. М.В. Ломоносова, г. Архангельск

Аннотация. В статье раскрываются особенности применения такого направления анималотерапии как фелинотерапия, современного метода психолого-педагогического сопровождения детей и подростков, заключающегося во включении кошек в психологическую работу с детьми и подростками с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: психологические особенности подростков с ОВЗ, анималотерапия, фелинотерапия.

Фелинотерапия является одной из современных и инновационных методик психологической коррекции, которая хотя и еще не часто применяется, однако уже успела себя эффективно проявить в работе с людьми разных возрастных категорий и психологических особенностей, в частности с детьми и подростками с ограниченными возможностями здоровья. Этот метод становится особенно актуальным в контексте того, что в России, как и во всем мире, наблюдается тенденция роста детей с ограниченными возможностями. С конца XX столетия частота детской инвалидности в нашей стране увеличилась в 2 раза и по разным данным составляет от 6 до 9%. При сохранении этой тенденции прогноз будущего для населения нашей страны крайне пессимистичен. Для того, чтобы человек с ограниченными возможностями почувствовал себя полноценным членом общества необходимо создать условия для преодоления ограничений, возникших в его жизни, предоставить ему равные со здоровыми людьми возможности участия в жизни общества.

Современное российское образование, формирующее определенный уровень толерантности к детям с ограниченными возможностями, имеет гуманистическую направленность. Создается и функционирует сеть реабилитационных учреждений, однако, эта проблема остается актуальной.

Значительная часть детей с отклонениями в развитии, несмотря на усилия, принимаемые обществом с целью их обучения и воспитания, став взрослыми, оказывается неподготовленной к интеграции в социально-экономическую жизнь. Вместе с тем, результаты исследований и практика свидетельствуют о том, что любой человек, имеющий дефект развития, может при соответствующих условиях стать полноценной личностью, развиваться духовно, обеспечивать себя в материальном отношении и быть полезным обществу.

Основная трудность для подростков с ограничениями в здоровье это получение полноценной информации об окружающей среде, понимание себя как части живой природы и других ее представителей. Контакты с представителями природного мира позволяют подростку потренироваться в навыках выстраивания социального контакта, получить новый эмоциональный опыт и личностно совершенствоваться

Современный человек хоть и отделился от дикой природы, но генетическая память предков напоминает что именно Природа способна обеспечить всем жизненно необходимым: ранее – пищей, а теперь в первую очередь эмоциональным балансом. И именно этот фактор является психологически целительным для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. У многих народов мира ещё в древности была выделена отдельная группа животных – священные животные, которым приписывают связь с отдельным человеком или родом. Мы уже не «гоняемся за мамонтами», но эмоции, которые вызывало общение с животными еще в древности все также влияет на человека и является невероятно глубоким психолого-терапевтическим источником, позволяющим формировать у ребенка и подростка полноценную эмоциональную сферу. Именно эмоциональная сфера позволяет человеку любого возраста и любого состояния здоровья формировать адекватные социальные контакты, а также полноценно личностно развиваться.

Одной из возможностей коррекции негативных эмоциональных состояний является психологическая работа, выстроенная через включение в психотерапевтический процесс животных. **Анималотерапия (или зоотерапия)** – это один из многих методов психокоррекции, в котором применяется животное в качестве психотерапевтического средства посредством взаимодействия человека с животным. Такой способ взаимодействия существенно отличается от других психотерапевтических средств (в сравнении с другими объектами в психотерапии) [1].

В начале 1960-х годов американский детский психолог Борис Левинсон (Boris Levinson) сообщил о любопытном наблюдении: наилучший эффект в работе со сложными пациентами отмечался тогда, когда на сеансах присутствовала собака Левинсона по кличке Джингл: мальчик-аутист, с которым Левинсон работал долго и безуспешно, случайно увидел собаку доктора и попросил вместо сеансов позволить ему играть с псом. Чудесное преображение

произошло в считанные дни: ребенок стал коммуникабельным, веселым и смог общаться со сверстниками. Вдохновленный доктор взял собаку себе в «напарники» и начал практиковать зоотерапию для лечения психических расстройств у детей. В 1977 году его методикой воспользовались психиатры Сэм и Элизабет Корсон (Sam and Elizabeth Corson) из Огайо: вместо стандартной терапии они предложили группе пациентов выбрать себе питомцев из соседнего приюта для собак и ежедневно проводить с ними время. Уже через несколько недель многие отметили, что чувствуют себя более уверенными и независимыми.

В 1980 году таких программ в США насчитывалось уже около двадцати, а к 2000 году — более тысячи. Сегодня в пет-терапии используются не только собаки, но и кошки, кролики, лошади и даже дельфины. Основной сферой их применения до сих пор остаются психология и психиатрия [10].

На латыни «felis» означает «кошка». Таким образом фелинотерапия в русле психологической работы — это метод психо-коррекции с участием кошек. Именно кошки являются одними из наиболее включенных в социальную жизнь человека животными, имеют исторически, культурно и психологически позитивную эмоциональную окраску как для представителей множества культур мира, так и для жителей субарктического региона в частности. Метод психологической работы психолога с клиентом, с участием кошек в психологическом процессе в мировой практике называют фелинотерапией (на латыни «felis» означает «кошка»).

В настоящее время в мире и России начинает активизироваться психологическая деятельность с участием кошек, данная работа требует более глубоких научных исследований, однако результаты той работы, которая уже была проведена и долгая историческая близость общения человека и кошки показывают перспективность и обоснованность предположений об эффективности фелинотерапии как полноценного психологического метода [12, 7, 6, 2, 11, 8], способного оказывать эффективный психотерапевтический эффект с учетом психологических особенностей, свойственных человеку каждого возрастного периода благодаря психологической адаптивности, гибкости и социальной контактности кошки.

Понятие «лица с ограниченными возможностями» охватывает категорию лиц, жизнедеятельность которых характеризуется какими-либо ограничениями или отсутствием способности осуществлять деятельность способом или в рамках, считающихся нормальными для человека данного возраста. Это понятие характеризуется чрезмерностью или недостаточностью по сравнению с обычным в поведении или деятельности, может быть временным или постоянным, а также прогрессирующим и регрессивным [11].

Выготский отмечал необходимость включать детей с ограниченными возможностями здоровья в различную социально значимую деятельность, направленную на формирование

детского опыта. Он ввел понятие «Структура дефекта» - первичное нарушение, например, нарушение слуха или зрения влечёт за собой вторичные отклонения в развитии.

Вторичное отклонение носит системный характер, и изменяет всю структуру психического развития ребенка, что определяет психологические особенности личности детей и подростков с ОВЗ: наблюдается низкий уровень развития восприятия, что проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире; недостаточно сформированными оказываются пространственные представления (дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое); внимание неустойчиво - рассеянное, с трудом происходит переключения с одной деятельности на другую, что обуславливается слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению; память ограничена в объеме - преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной; снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации; наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое; снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми; игровая деятельность не сформирована (сюжеты игры обычны, способы общения и сами игровые роли бедны); имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы; наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности; наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации.

Вследствие этого у детей и подростков проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности.

Говоря о применении метода фелинотерапии с детьми и подростками с ОВЗ нужно отметить основные особенности анималотерапии/зоотерапии, выделяемые профессором Филипповой Г.Г доктором психологических наук: животное имеет внутренний источник активности, в результате чего становится относительно непредсказуемым как для пациента, так и для терапевта; животное не является носителем смысловой и оценочной функции по отношению к человеку, оно не может быть в ситуации психотерапии «неконгруэнтным», т.е. оно всегда выражает то, что непосредственно чувствует, и это позволяет пациенту освободиться от проявления психологических защит, препятствующих эффективности

психотерапии; животное имеет «внутреннюю позицию», собственную мотивацию и включается в процесс взаимодействия с человеком, активно эту позицию проявляя.

При психотерапии с помощью «неодушевленных» средств все строится только во взаимодействии позиций пациента и психотерапевта. Фелинотерапия же имеет ряд преимуществ и самым главным является, то, что животное – живое существо, проявляющее некие эмоции, но при этом не умеет говорить, что лишает возможности для человека услышать некую негативную словесную информацию [13].

Все вышеперечисленные особенности в полной мере относятся и к более узкому направлению анималотерапии – фелинотерапии:

Во-первых, одной из проблем, возникающих при общении клиента (подростка, его родителей и педагогов) и психолога является инфантильность клиента (у клиента проявляется сопротивление тому факту, что в процессе консультации ответственность за свою жизнь несет только он сам) и страх быть негативно оцененным психологом.

При включении кошки в психологический терапевтический процесс эти проблемы решаются – при общении с психологом через посредничество кошки клиенту приходится быть более ответственным за каждое свое действие потому как он понимает, что при негативном или безответственном поведении может получить не только словесную негативную ответную реакцию, но и вполне конкретную реакцию-действие, в виде негатива со стороны хвостатого ассистента; а с другой стороны животное не способно и негативно оценить клиента.

Здесь также следует отметить психологическую особенность кошки – общение с кошками возможно выстраивать исключительно на принципах спокойствия, доброжелательности, уважительности и сконцентрировавшись на текущем моменте, т.е. находясь «здесь и сейчас», что в свою очередь, помимо других основных терапевтических эффектов помогает снять эмоциональное напряжение, настроиться на психологическую работу и принять ответственность за свою жизнь и свои действия и исключить негативные оценочные ожидания клиента.

Во-вторых, присутствие животного подсознательно способно напомнить изначальную связь участников терапевтического процесса с природой, так как кошка сама является частью природы. А образы природы действуют на человека успокаивающе: это привлекает внимание клиента и позволяет переключить фокус внимания с себя во внешнюю среду, также позволяя человеку освободиться от психологических защитных механизмов, мешающих решению дискомфорта, возникшего в жизни клиента.

Таким образом, присутствие кошки способствует эмоциональному раскрепощению и способствует большей эффективности терапевтического процесса. Данный психолого-терапевтический эффект полезен для абсолютно всех возрастных категорий участников

образовательного процесса: снимается эмоциональное напряжение и происходит концентрация внимания, что особенно важно при работе с гиперактивными детьми.

В-третьих, встречаясь в психолого-терапевтическом процессе с кошкой, клиент имеет возможность получить непосредственную ответную реакцию на свое эмоциональное состояние и поведение, так как кошки весьма чувствительны к эмоциональному состоянию человека. Таким образом, клиент лишается иллюзий относительно своего поведения и имеет возможность за счет ответной реакции кошки понять насколько уважительно он относится к окружающему Миру и что его поступки приводят к определенным реакциям и людей тоже.

В-четвертых, прикосновение к кошке вызывает эмоциональное расслабление вследствие тактильного воздействия ее шерсти.

Также исследователи установили, что тот диапазон (от 27 до 44 герц), в котором мурлычут кошки, аналогичен ультразвуковой терапии [4].

Различают «направленную» и «ненаправленную» анималотерапию:

- Ненаправленная - взаимодействие с животными в домашних условиях.
- Направленная - использование специально обученных животных по разработанным терапевтическим программам. Направленную анималотерапию разделяют в зависимости от того, какие именно животные используются в терапии.

Фелинотерапия может быть применена при следующем спектре ограничений здоровья: депрессии, аутизме, социальных расстройствах, ДЦП с умеренными спастическими расстройствами, поведенческие нарушения по пассивному типу у здоровых детей; а также деменции (слабоумие) старческой, амнезии, посттравматических расстройствах, дизартрии, артритов.

Учитывая упомянутые выше психологические особенности подростков с ограниченными возможностями здоровья и потенциал применения фелинотерапии можно выделить следующие психологические функциональные возможности фелинотерапии, благотворно влияющие на эмоциональную сферу подростков: активное развитие внимания, восприятия и памяти вследствие заинтересованности живым нестатичным участником общения; развитие пространственного представления в следствие того, что кошка является подвижным субъектом общения; развитие познавательной активности; развитие мышления вследствие необходимости понимания действий кошки; развитие навыков общения; развитие речи вследствие общих комплексных позитивных психологических изменений а фоне общения с кошкой; развитие произвольности поведения в следствие необходимости формирования позитивного контакта с кошкой.

Опираясь на эмоционально-психологические трудности, имеющиеся у подростков с ОВЗ, можно выделить некий конструкт выстраивания анималотерапевтического психологического сеанса с целью развития эмоциональной сферы подростков с ОВЗ:

Цель: создать для подростка микромир с позитивными коммуникативными связями.

В процессе психологической работы с подростком контакт с животным выстраивается по следующим принципам: стимулирование контакта и поглаживание; поощрение желания подростка выговариваться, озвучивать свои мысли чувства; стимулирование употребления вежливых просительных слов и фраз, здороваться и прощаться; обязательное комментирование действий подростка словами «хорошо»/«плохо», «правильно»/«неправильно». Объяснение, что кошка «обидится» на грубое поведение, ей будет больно, печально и т.п. И наоборот, что кошка обрадуется, ей хорошо, приятно и т.д.; стимулирование действий по уходу и заботе [3].

Таким образом нужно отметить современность и своевременность фелинотерапевтического метода психологической работы, т.к. именно методы работы психолога, включающие общение с другими представителями живой природы, обладающими интеллектом и способными давать ответную реакцию является ресурсным и перспективным методом работы, способным компенсировать психологические дисгармонии и более того, совершенствовать личностные способности человека.

Также несомненно важным является функция профилактики психологических дисгармоничных состояний в связи с улучшением эмоционального фона в процессе как направленной так и ненаправленной фелинотерапии.

В современности фелинотерапия позволяет ребенку и подростку не только справляться с имеющимися психологическими трудностями, но более того – развиваться и самосовершенствоваться, раскрывая и развивая гуманизм, мудрость, уважение к личности другого живого существа, что является залогом и показателем социальной зрелости современного общества и безопасности среды развития для подрастающего поколения.

На данный момент собирается информация о динамике изменения эмоционального состояния до и после участия в фелинотерапевтическом тренинге. Психологическая работа проводится как в групповом тренинговом формате, так и в индивидуальном. Согласно уже полученным результатам проективной рисуночной диагностики в рисунках можно заметить положительную эмоциональную динамику после участия в фелинотерапевтическом тренинге: появление более спокойных и гармоничных оттенков, уменьшение или полное исчезновение графических образов, свидетельствующих об эмоциональном напряжении.

Данное исследование находится на начальном этапе и будет более широко изучено.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. «Анималотерапия (или зоотерапия)» [электронный источник] - <http://artemida.vladsb.ru/stati/polezno-znat/animaloterapiya-ili-zooterapiya/>
2. Антошина Г. В. Анималотерапевтическая программа «Хвостатый лекарь» // Новые исследования (Институт возрастной физиологии, Москва). – 2010. - Том 1. - №24, С. 38-59 [электронный ресурс] - https://elibrary.ru/download/elibrary_17069565_86638924.pdf
3. Ассоциация Поддержки и Развития Канис Терапии - «Энимал-терапия с кошками» [электронный источник] – <http://canisterapiya.narod.ru>
4. Астахова А. - «Фелинотерапия: когда кошка превращается в доктора» [электронный источник] - <http://www.psyh.ru/rubric/3/articles/2620/>
5. Григорьева, Л.Г. Дети с проблемами в развитии. – М.: Академкнига, 2002. – 213 с.
6. Дударь А.И., Хусяинов Т.М. «Возможности использования домашних животных при работе с клиентом в современной социальной работе и психологии» // Гуманитарные научные исследования. - 2015. - № 3. - [Электронный ресурс]. URL: <http://human.snauka.ru/2015/03/10117>
7. Лебединский, В.В. Нарушение психического развития. – М.: Педагогика. – 2004. – 306 с.
8. Раевская А.И. Потенциал анималотерапии в психотерапевтической работе с людьми пожилого и старческого возраста // Раевская А.И., Шмелева Н.Б. Симбирский научный вестник (Издательство: Ульяновский государственный университет (Ульяновск). – 2015. - № 3(21). - С. 88-93 [электронный ресурс] - https://elibrary.ru/download/elibrary_25897936_90600869.pdf
9. Ростовых Е.И. «Психологические особенности детей с ограниченными возможностями развития» [электронный источник] - <https://www.scienceforum.ru/2013/165/6419>
10. Соловьев Д. [электронный источник] - <http://mama.ru/articles/pet-terapiya-dlya-detei-i-vzroslyh>
11. Тагиева М.Э. Анималотерапия – как метод психокоррекционной работы с детьми дошкольного и школьного возрастов // Молодой ученый. Казань. – 2017. - №148. - С. 21-24 [электронный ресурс] - <https://moluch.ru/archive/148/42023/>
12. Татаровская И.Г. «Мир животных в мифологическом сознании народов Тропической и Южной Африки» // Вестник МГТУ. 2013. Том 2. №2. С. 383-388. URL: http://vestnik.mstu.edu.ru/v16_2_n52/383_388_tataro.pdf, С. 384
13. Филиппова Г.Г. «Зоопсихология и сравнительная психология» // М.: Академия, 2004. — 544 с. — ISBN 978-5-7695-7989