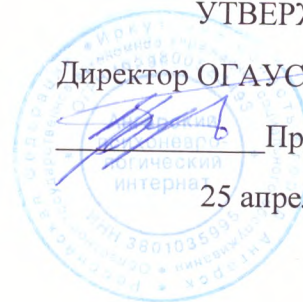


УТВЕРЖДАЮ

Директор ОГАУСО «АПНИ»

Прусский В.А.

25 апреля 2017г.



ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С КЛИЕНТАМИ ОГАУСО «АНГАРСКИЙ
ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ», ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ В
ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЕ ЛИЧНОСТИ,
С ПРИМЕНЕНИЕМ АНИМАЛОТЕРАПИИ
Разработала психолог учреждения Каширина С.И.

Актуальность программы

Программа предназначена для работы с получателями социальных услуг, проживающих в интернате, как молодого, так и пожилого возраста. Получатели социальных услуг разных возрастных категорий с психологическими проблемами и различными заболеваниями показывают положительную динамику на сеансах анималотерапии. Наладить контакт с животными им чаще проще, чем со взрослым человеком.

Одна из наиболее актуальных психологических проблем для пожилого человека – это ощущение одиночества, и именно по этой причине многие заводят домашних питомцев. Такая ненаправленная терапия не только избавляет от одиночества, но и улучшает способности к социальным контактам, кроме того формирует чувство ответственности у человека, которому требуется заботиться о зависимом от него существе. Некоторые исследования показывают, что пожилые люди, которых дома ждут питомцы, быстрее выздоравливают и выписываются из больниц. Наличие домашнего животного во время терапевтической сессии с пожилым человеком улучшает его эмоциональное состояние и служит отвлекающим фактором, если необходимо говорить о чем-то болезненном. Доказано, что кошки и собаки способны улучшать познавательные функции пожилого человека, а также в целом благотворно влияют на здоровье. Анималотерапия для пожилых людей используется в условиях пребывания человека в стационарных условиях, например, в домах престарелых или пансионатах. Для многих людей переезд в такое учреждение является крайне болезненным и дискомфортным. Взаимодействие с животными может помочь пожилому человеку пережить его. Поэтому различные домашние животные сегодня становятся неотъемлемой частью таких учреждений.

Отдельно выделяется роль анималотерапии для пожилых людей в качестве поддерживающего средства при дементных расстройствах. Здесь можно применять такой несложный метод, как наблюдение за рыбками в аквариуме. Сеанс такой терапии помогает избавиться от лишнего мышечного напряжения, снизить уровень стресса, что безусловно полезно при любом дементном расстройстве.

Цель программы: улучшение психо-эмоционального состояния получателей социальных услуг, проживающих в АПНИ.

Задачи:

- **нормализация психического состояния.** Неврозы, стрессы, нестабильное состояние – во всех этих состояниях общение с животными может положительно сказаться на общем самочувствии
- **социализация.** Общение с животными строится по другим принципам, нежели общение с людьми, однако анималотерапия обеспечивает и улучшение способности строить социальные контакты, а также налаживать отношения с другими людьми
- **реабилитация.** Психическая и социальная реабилитация возможна благодаря взаимодействию с животными, и именно поэтому они часто входят в комплексные реабилитационные программы;
- **подтверждение компетентности, самореализация.** Осознание человеком собственного «я могу» важно для здорового состояния психики. Определенная доля зависимости животного от человека обеспечивает это осознание

- **общение.** Доказано, что животные способны избавить человека от чувства одиночества и открыть дополнительные возможности общения. Некоторые люди даже выбирают именно домашних питомцев для того, чтобы сказать им то, что не сообщат ни одному (даже самому близкому) знакомому

- **положительное влияние на физическое состояние**

Организация занятий:

- Ненаправленная анималотерапия – анималотерапия с помощью кошек - индивидуально/ежедневно; анималотерапия с помощью собак - индивидуально/ежедневно.

- Направленная анималотерапия:

1) анималотерапия с помощью рыб – индивидуально или в группе до 5 человек/частота занятий – ежедневно в течение 15 дней/продолжительность сессии – 15-20 минут.

2) анималотерапия с помощью птиц – индивидуально или в группе до 5 человек/ частота занятий – ежедневно в течение 15 дней/продолжительность сессии – 15-20 минут.

Этапы реализации программы:

Первый этап – подготовительный:

- 1) Для анималотерапии с помощью рыб - подготовка и установка оборудования, приобретение рыб, корма.
- 2) Для анималотерапии с помощью птиц – приобретение и установка клетки для птиц, приобретение попугаев, обследование их на инфекции.
- 3) Для анималотерапии с помощью кошек, собак – обследование питомцев у ветеринара, вакцинация, получение ветеринарных паспортов, оборудование вольера для собаки.

Второй этап – ознакомительный:

- 1) Формирование групп с учетом психо-эмоционального состояния и основного диагноза получателей социальных услуг для участия в анималотерапии (методика «Цветовой тест Люшера», метод наблюдения).
- 2) Беседа с группой на тему «Что такое анималотерапия? Виды и техники».
- 3) Беседа с получателями социальных услуг, имеющих кошек, на тему «Что такое фелинотерапия. Как лучше взаимодействовать с кошкой, чтобы получить оздоровительный эффект».

Третий этап – реализация.

Четвертый этап – оценка эффективности.

Оценка эффективности осуществляется на основе обратной связи с участниками анималотерапии посредством бесед, а также с помощью метода наблюдения с отслеживанием динамических изменений в психо-эмоциональном состоянии, поведении.

Приложение

Анималотерапия

Анималотерапия – это особая разновидность психотерапевтической помощи, когда для лечения пациентов используются различные животные: кошки, собаки, лошади, дельфины или даже некоторые насекомые, птицы, рыбы. Многие люди, у кого есть домашние животные, отмечают, что общение с ними поднимает настроение, радует. Но задачи анималотерапии гораздо шире. Ее используют в качестве вспомогательного лечения при работе с ДЦП, аутизмом, синдромом Дауна, депрессиями и другими расстройствами.

История анималотерапии начинается еще в древности. Многие питомцы не только полезны в хозяйстве, но и благотворно влияют на здоровье человека, в том числе на его психическое состояние. В Древней Греции было отмечено положительное воздействие собак на больных с самыми разными недугами. В Древнем Египте целительными свойствами наделялись кошки. Официальная история анималотерапии началась относительно недавно. Этот метод получил официальное признание медицинским сообществом только во второй половине прошлого века в качестве отдельного способа лечения. Во многом это произошло благодаря Борису Левинсону, который опытным путем доказал эффективность использования собак в терапевтических сессиях для детей.

Лечение с помощью животных: анималотерапия сегодня

Практически во всех странах лечение с помощью животных (анималотерапия) признано эффективным при определенных заболеваниях, как психических, так и физических. В настоящее время существует большое количество институтов, которые занимаются исследованиями воздействия животных на человека. Кроме того, во многих странах есть специальные организации, оказывающие помощь методами анималотерапии. Наибольшее распространение зоотерапия получила в США и европейских странах.

К средствам анималотерапии относятся не только сами животные и методики работы с ними, но и их «заменители» – изображения, игрушки, фигурки, символы. Анималотерапия может быть естественной (общение человека с его домашним питомцем, которое проходит стихийно), и направленной. Направленная пет-терапия подразумевает использование животного в качестве компонента программы коррекции определенных проблем человека.

Анималотерапия как метод психокоррекции

Основными задачами использования анималотерапии как метода психокоррекции является раскрытие дополнительных возможностей человека в его поведении и общении. Лечение с помощью животных, или анималотерапия, во многом объясняется тем, что они улучшают эмоциональное состояние, обеспечивают компенсацию чувства одиночества, а также помогают наладить контакт с окружающим миром (именно поэтому анималотерапия часто используется для больных аутизмом). Зоотерапия – это особый комплекс, который включает и психологическое, и физиологическое воздействие. Физический компонент, заключающийся в непосредственном взаимодействии человека и животного (погладить кошку, прокатиться на лошади), обеспечивает влияние и на психику человека. К тому же, сама физическая активность положительно влияет на состояние пациента. Не менее важен и психологический компонент, основная цель которого – вызвать заинтересованность человека в анималотерапии. Практически все участники зоотерапии не воспринимают общение с животными как лечение, а это

позволяет установить более доверительный контакт и обеспечить высокую мотивацию пациента.

Анималотерапия как метод психокоррекции практически не имеет ограничений. Анималотерапия может использоваться для самых разных возрастных категорий пациентов, начиная от самых маленьких и заканчивая пожилыми. Для каждого возраста есть определенные рекомендации, соблюдение которых необходимо для получения требуемого эффекта.

Что дают животные в жизни человека?

Они приносят радость и счастье в повседневной жизни. Они дают человеку работу, требуя заботы и ухода. Они позволяют думать о ком-то другом, кроме вас самих, своих проблемах и болезнях. Они улучшают родственные связи в семье. Они повышают общий уровень морали и нравственности. Они стимулируют движение и активность. Они предоставляют источник тепла и любви. Они повышают уверенность в себе, придают смысл жизни. Они дают возможность обрести новых друзей. Они помогают мягко пройти через одиночество, болезни и депрессии. Они уменьшают уровень стресса. Они позволяют вам создать уникальную и неповторимую модель отношений: человек – животное.

Виды анималотерапии

Ненаправленная анималотерапия - взаимодействие с животными в домашних условиях без осознания или целенаправленного понимания их терапевтического значения.

Направленная анималотерапия - целенаправленное использование животных и (или) их символов по специально разработанным терапевтическим программам. Это физический контакт, совместные прогулки, игры и «разговоры по душам». Направленная анималотерапия подразделяется на виды в зависимости от того, какие именно животные используются - иппотерапия, дельфинотерапия, канистерапия, фелинотерапия, гирудотерапия и др. Зачастую в анималотерапии используются не только сами животные, но и их образы. В психотерапии используются как лечебное средство и звуки животных.

Применение анималотерапии с помощью рыб

Человеку, склонному к постоянным депрессиям и стрессовым ситуациям, рекомендуется завести аквариум. «Размеренное плавание рыбок в аквариуме позволяет отвлечь человека от повседневной суеты и забот, дать эмоциональную разрядку. Эксперты утверждают, что аквариум помогает при лечении гипертонии, депрессии, неврозов, стенокардии».

Тактика анималотерапии с помощью рыб простая – наблюдение за рыбками в аквариуме от 15 минут до 2 часов в день. Для взрослых рекомендовано ежедневное наблюдение за аквариумом на протяжении 15-25 дней.

Применение анималотерапии с помощью попугаев

Орнитотерапия - лечение с помощью птиц. Орнитотерапия показана при сердечно-сосудистых заболеваниях, меланхолии, депрессивных состояниях, неврозах, а также при гастрите, язве желудка.

Тактика проведения орнитотерапии - лечение заключается в визуальном и слуховом восприятии. Полезно слушать мелодичные трели птиц или же просто наблюдать за жизнью пернатых.

- Простое созерцание веселых, щебечущих птиц надежно предохраняет от хандры, меланхолии, депрессивных состояний.
- Прослушивание птичьего щебета во время отдыха или перед сном — средство очень эффективное при целом ряде нервных расстройств.

Применение анималотерапии с помощью кошек (фелинотерапия)

Мнение о том, что кошка – не только врач, но и отличный диагност, имеет под собой определенные основания, ведь эти животные часто ложатся на больные места. При этом человек достаточно быстро чувствует облегчение, так как температура тела кошки выше, чем у человека, так что она оказывает своего рода согревающий эффект. Однако это не единственная целительная способность кошек. Абсолютное большинство кошек характеризуются спокойным характером, демонстрируя образец безмятежного отношения к жизни. Такое состояние вместе с положительным отношением к самой кошке обеспечивает хороший эмоциональный фон. Важную роль в положительном воздействии на пациента является кошачье мурлыканье. Его звуковой диапазон находится в пределах от 16 до 44 Гц, и по мнению ученых именно это обеспечивает эффективность лечения. Мурлыканье стабилизирует нервную систему, а также хорошо влияет на иммунитет и запускает регенеративные процессы в организме человека.

Как лучше взаимодействовать с кошкой, чтобы получить оздоровительный эффект?

Существует несколько видов взаимодействия с кошкой, которые приносят положительный эффект здоровью человека. Чтобы получать максимум от общения с кошкой, можно сделать следующее:

- Смотреть на животное

Просто наблюдая за поведением и жизнедеятельностью кошки, можно не только расслабиться, но и получить массу положительных эмоций.

- Погладить кошку

Тактильная чувствительность имеет немаловажное значение. Человек часто бессознательно протягивает руку, чтобы погладить это пушистое животное. С помощью таких прикосновений он обменивается энергетикой с животным.

- Послушать кошку

Звуковые волны, которые излучает кошачье мурлыканье, повышают защитные силы организма человека, правильно настраивая его вибрации.

- Рефлексотерапию по-кошачьи

Кошки способны перебирать лапками, топтаться в больной зоне, выпускать коготки, делая своеобразное иглоукалывание.

Для эффективного лечения необходимо учитывать время, в которое вы взаимодействуете с животным:

- вечернее время – лучше всего для успокоения нервной системы, снятия усталости и состояния депрессии

- с 11 до 13 – оказывается воздействие на сердечно-сосудистую систему

- с 03 до 05 – поддаются излечению легочные недуги

- с 05 до 07 – нормализуется работа ЖКТ

Кроме того, кошки положительно воздействуют на организм при головной и зубной боли, неврозах, ушибах и переломах, простудных заболеваниях, болезнях опорно-двигательного аппарата и даже при онкологии. «Однако, следует помнить, что кошка не таблетка, поэтому отказываться от лечения нет необходимости. Кошка только вспомогательное средство для ускорения процесса выздоровления».

«Пушистые доктора»

- Кошки с длинной шерстью хорошо влияют на нервную систему, уходят раздражительность, депрессия, бессонница. Помогают при суставной боли, остеохондрозе.
- Короткошерстные и лысые кошки хорошо справляются с заболеваниями ЖКТ, гинекологическими проблемами, болезнями моче-половой системы.
- Непородистые (дворовые) кошки обычно являются универсальными специалистами, потому, что в их крови намешано множество разных пород.

Применение анималотерапии с помощью собак (канистерапия)

Собака – не только друг человека, но и его лечащий врач, если речь идет о канистерапии. В классическом понимании под канистерапией подразумеваются занятия анималотерапией пациента по определенной методике со специально обученной собакой.

Однако можно говорить и о ненаправленной канистерапии – в случае, если взаимодействие происходит с собственным домашним питомцем. Собаки были одомашнены очень давно, поэтому они являются привычными для человека животными и могут использоваться на терапевтических занятиях в качестве средства, обеспечивающего положительный настрой человека при анималотерапии.

Сильное положительное влияние собаки на человека обеспечивает возможности реализации следующих задач:

- Выход из стрессовой ситуации.

Иногда общение с собакой, выполняющей роль преданного слушателя, гораздо эффективнее даже доверительного разговора с близким человеком.

- Мотивация к двигательной активности.

Так как собак надо выгуливать, это может послужить поводом для прогулки даже у того, кто не видит других причин выйти на улицу.

- Положительное влияние на внимание.

Собаки способны обеспечить хорошую динамику у пациентов с агрессией и гиперактивностью, направляя и концентрируя внимание пациента на себе.

- Стабилизация психического состояния.

Медицинские исследования показывают, что при таких состояниях, как аутизм, гиперактивность, синдром Дауна, ДЦП, присутствие собаки или сеансы анималотерапии снижают уровень стресса, убирают лишнюю тревожность и обеспечивают более положительный эмоциональный фон.

Список используемой литературы:

1. Электронная библиотека по здоровью, здоровому образу жизни, духовному развитию: Ю.Харчук: Анималотерапия. Домашнее животное и наше здоровье.
2. Нестерова Д.В. Кошкотерапия: пушистое лекарство- М.: РИПОЛ классик, 2006.
3. Кряжева Н.Л. Кот и пес спешат на помощь. Анималотерапия для детей. - Академия развития, Академия и К, 2000.
4. С.Д.Деребо, В.А.Ясвин. Экологическая педагогика и психология.-Ростов-на-Дону, 1996.
5. Б.Д.Карвасарский. Психотерапевтическая энциклопедия.- Питер, 2007.
6. Б.Д.Карвасарский. Психотерапия.- Питер, 2007.
7. Фабри К.Э. Основы зоопсихологии.- М.: Российское психологическое общество, 1999.