**Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей**

**методом иппотерапии**

*Дмитриева С.Ю., психолог в иппотерапевтической программе РОО «Центр взаимной интеграции «Аккорд», 2009*

Многие специалисты констатируют, что эмоциональная сфера современных детей развита достаточно слабо. Сейчас редко можно встретить по-настоящему веселого, эмоционально благополучного ребенка, многие дети не умеют даже улыбаться и смеяться от души.[[1]](#footnote-1)

Причин этому достаточно, главная из которых заключается в том, что взрослые в наше время направляют все свои усилия в первую очередь на развитие интеллектуальной сферы ребенка, забывая об эмоциональной сфере и не задумываясь о том, что обедненная эмоциональная сфера замедляет развитие интеллекта. А ведь именно эмоции играют важную роль в жизни детей: они помогают воспринимать действительность и реагировать на нее, что в конечном итоге определяют всю жизнь человека и его место в социуме.[[2]](#footnote-2)

Издревле известно, что общение с животными влияет на эмоциональное состояние человека.[[3]](#footnote-3) Анималотерапию часто называют нетрадиционным методом, который, тем не менее, имеет давнюю историю. Еще древние целители рекомендовали при неврозах холодный душ, ходьбу босиком и езду на лошади. В 5 веке до н.э. Гиппократ заметил влияние окружающей природы на человека и говорил о пользе лечебной верховой езды.[[4]](#footnote-4) С давних времен лошадь является соратником и помощником человека. Навыки общения с этими благородными животными учат уважению, воспитывают характер, выносливость, силу, чувство прекрасного, развивают и обогащают эмоциональный мир человека. Общение с лошадьми доставляет необыкновенное удовольствие и радость.

Многими специалистами замечено, что дети особенно любят лошадей, проявляют к ним неподдельный интерес, реагируют на них эмоционально, экспрессивно и ярко. Издревле на Руси, одной из любимых детских игр была «Игра в лошадку».[[5]](#footnote-5) Эта игра была очень важна для развития эмоционально-поведенческой сферы ребенка.[[6]](#footnote-6)

Далее следует отметить, что эмоции существенно влияют на ход деятельности человека. Как форма проявления личности, они выступают в качестве внутренних побуждений к деятельности и обуславливают ее динамику. Как обобщение многих эмоций, направленных на определенный объект, возникают чувства.[[7]](#footnote-7)

Чтобы ребенок мог испытывать чувства, необходимо с самого раннего возраста воспитывать его через эмоциональное воздействие. Основная задача заключается не в том, чтобы подавлять и искоренять эмоции, а в том, чтобы надлежащим образом их направлять.[[8]](#footnote-8) Лошадь является при этом незаменимым и надежным помощником. Она может выступать в качестве объекта привязанности ребенка, некой «эмоциональной мишени».

В связи с этим, нами была разработана и частично апробирована психокоррекционная иппотерапевтическая программа, направленная на коррекцию расстройств поведения и эмоций у детей[[9]](#footnote-9).

Программа рассчитана на 7-10 занятий, продолжительность которых составляет приблизительно 30-40 минут.

В программе представляются методы и приемы игровой коррекции расстройств поведения и эмоций у детей младшего школьного возраста, а также среднего и старшего школьного возраста с ЗПР и другими отклонениями в развитии при помощи методов иппотерапии и игровой терапии.

В данной статье нами представлен примерный план 5 вводных занятий. Последующие занятия составляются, исходя из индивидуальных потребностей и специфики эмоционально-поведенческих нарушений каждого конкретного ребенка.

Примерный план вводных занятий:

Занятие №1

Цель – стимуляция гуманных чувств по-отношению к лошади, отреагирование «здесь и сейчас» нерешительности, скованности, ориентация на поведение и эмоциональное состояние другого (лошади, коновода, инструктора) у эмоционально отгороженных, эгоцентричных и эгоистичных детей, стимуляция положительных эмоций, коррекция гиперактивности, стратегия на подкрепление.

План занятия:

1. Знакомство, установление контакта между ребенком, инструктором, коноводом, объяснение основ техники безопасности (8-10 мин.);
2. Упражнение «Комплимент» (5 мин.);
3. Посадка на лошадь, объяснение инструктором правил верховой езды (5 мин.);
4. Езда верхом, рефлексия тактильных ощущений и эмоционального состояния ребенка (15 мин.);
5. Релаксационная езда, лежа спиной на крупе лошади (5-7 мин.);
6. Спешивание, поощрение лошади, обсуждение, выход из контакта (5-7 мин.).

Занятие №2

Цель – развитие наблюдательности, внимательности к другому (лошади) у эмоционально отгороженных и эгоцентричных детей, коррекция гиперактивности, стратегия на подкрепление, похвалу, развитие самосознания, стимуляция положительных эмоций, стимуляцию телесного контакта.

План занятия:

1. Напоминание основ техники безопасности, включение, установление контакта с лошадью (5 мин.);
2. Посадка на лошадь, езда верхом, рефлексия «здесь и сейчас» тактильных ощущений и эмоционального состояния ребенка (15 мин.);
3. Упражнение «Эмоции» (10 мин.);
4. Игра «Вокруг света» (10 мин.);
5. Релаксационная езда, лежа лицом на крупе лошади (5-7 мин.);
6. Спешивание, поощрение лошади, обсуждение, выход из контакта (5-7 мин.).

Занятие №3

Цель – коррекция гиперактивности, осознание своего эмоционального состояния, обучение техникам релаксации, психологическая разрядка, стимуляция положительных эмоций, стимуляция телесного контакта.

План занятия:

1. Напоминание основ техники безопасности, включение, установление контакта с лошадью (5 мин.);
2. Посадка на лошадь, езда верхом, рефлексия «здесь и сейчас» тактильных ощущений и эмоционального состояния ребенка (15 мин.);
3. Релаксационная езда, лежа спиной на крупе лошади (7-10 мин.);
4. Релаксационная езда, лежа животом на крупе лошади (7-10 мин.);
5. Спешивание, поощрение лошади, обсуждение, выход из контакта (5-7 мин.).

Занятие № 4

Цель – тренировка выразительности позы, жеста, стимуляция эмоциональной экспрессии, стимуляция положительных эмоций, коррекция гиперактивности, стратегия на переключение, стимуляция чувства удивления, стимуляция телесного контакта.

План занятия:

1. Напоминание основ техники безопасности, включение, установление контакта с лошадью (5 мин.);
2. Посадка на лошадь, езда верхом, рефлексия «здесь и сейчас» тактильных ощущений и эмоционального состояния ребенка (15 мин.);
3. Тренировка выразительности позы, жеста с помощью психодраматических техник (15 мин.);
4. Релаксационная езда, лежа спиной на крупе лошади (5 мин.);
5. Спешивание, поощрение лошади, обсуждение, выход из контакта (5-7 мин.).

Занятие №5

Цель – осознание своих желаний, выработка адекватного реагирования на социальные запреты, стимуляция развития воображения, телесного контакта, стратегия на смену положительного и отрицательного наборов подкреплений.

План занятия:

1. Напоминание основ техники безопасности, включение, установление контакта с лошадью (5 мин.);
2. Посадка на лошадь, езда верхом, рефлексия «здесь и сейчас» тактильных ощущений и эмоционального состояния ребенка (15 мин.);
3. Предоставление ребенку самостоятельного выбора плана дальнейших действий, реализация этого плана (10 мин.);
4. Работа с запретами, положительными и отрицательными подкреплениями (10 мин.);
5. Релаксационная езда, лежа лицом на крупе лошади (5 мин.);
6. Спешивание, поощрение лошади, обсуждение, выход из контакта (5-7 мин.).

Данная программа составлена с учетом основных стратегий коррекции расстройств поведения и эмоций у детей:

1. Стратегии на стимуляцию гуманных чувств,
2. Стратегии ориентации на состояние,
3. Стратегии на отреагирование,
4. Стратегии на переключение,
5. Стратегии на положительное подкрепление, похвалу,
6. Стимуляции чувства удивления,
7. Стратегии на отрицательное подкрепление,
8. Стимуляцию чувства прекрасного,
9. Стимуляцию положительных эмоций,
10. Стимуляцию телесного контакта.

Список использованной литературы:

1. Агеева И.А. Коррекционные техники в школе. – СПб, 2004.;

2. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, упражнения, игры. – СПб, 1996.;

3. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб, 2004.;

4. Визовская Н.И. Интеграция иппотерапии и игротерапии при коррекции расстройств поведения и эмоций у детей с особенностями в развитии // Материалы 1 Межрегиональной конференции «Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы. – СПб: Издательство Политехнического университета, 2008.;

5. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – Москва: Педагогическое общество России, 2004;

6. Монакова Н. Эмоции – это важно // Все, о чем вы хотели спросить педиатра. – 2008.;

7. Материалы сайта http://animaltherapy.ru/.;

8. Орешкова C. Немного о зоотерапии // Материалы 1 Межрегиональной конференции «Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы. – СПб: Издательство Политехнического университета, 2008.;

9. Романов А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей. – Москва, 2002.;

10. Романов А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей. – Москва, 2002.;

11. Терещенко А. Быт русского народа. – Москва: Русская книга, 1999.;

12. Чистякова М.И. Психогимнастика. – Москва, 1990.

1. Монакова Н. Эмоции – это важно // Все, о чем вы хотели спросить педиатра. – 2008. - №6 (9). – С.28. [↑](#footnote-ref-1)
2. Там же. [↑](#footnote-ref-2)
3. Орешкова C. Немного о зоотерапии // Материалы 1 Межрегиональной конференции «Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы. – СПб: Издательство Политехнического университета, 2008. – С.166. [↑](#footnote-ref-3)
4. Материалы сайта http://animaltherapy.ru/. [↑](#footnote-ref-4)
5. Терещенко А. Быт русского народа. – Москва: Русская книга, 1999. [↑](#footnote-ref-5)
6. Терещенко описывает эту игру следующим образом: «В праздничные дни, особенно летом, всегда и повсюду встретите мальчишек с веревочками в зубах, бегущих по два или по три, схватясь за руки, представляя из себя лошадок. Ими правит кучер. Эта игра есть одна из любимых для крестьянских детей» [↑](#footnote-ref-6)
7. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. – Москва: Педагогическое общество России, 2004. – С.192. [↑](#footnote-ref-7)
8. Монакова Н. Эмоции – это важно // Все, о чем вы хотели спросить педиатра. – 2008. - №6 (9). – С.28. [↑](#footnote-ref-8)
9. При составлении этой программы, мы опирались на методические разработки и рекомендации, представленные в следующих работах:

   Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, упражнения, игры. – СПб, 1996.;

   Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб, 2004.;

   Визовская Н.И. Интеграция иппотерапии и игротерапии при коррекции расстройств поведения и эмоций у детей с особенностями в развитии // Материалы 1 Межрегиональной конференции «Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы. – СПб: Издательство Политехнического университета, 2008.

   Романов А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей. – Москва, 2002.

   Чистякова М.И. Психогимнастика. – Москва, 1990. [↑](#footnote-ref-9)