

Предлагаем ознакомиться с двумя проектами муниципального образовательного учреждения «Детский дом Ленинского района г. Ярославля»: «Социализация, адаптация и реабилитация детей-сирот с использованием метода иппотерапии» и «Телефон доверия «Ты не один!», которые направлены на социализацию воспитанников и их адаптацию к жизни как во время их пребывания в детском доме, так и в постинтернатный период.

Социализация, адаптация и реабилитация детей- сирот с использованием метода иппотерапии

Елена Иринеевна Кузнецова,

директор МОУ «Детский дом
Ленинского района г. Ярославля»,

**Светлана Михайловна
Суровцева,**

педагог-психолог МОУ «Детский
дом Ленинского района
г. Ярославля»,

Михаил Исаакович Фаерман,

доцент кафедры
консультационной психологии
Ярославского государственного
университета им. П.Г. Демидова,
кандидат психологических наук

● *дети-сироты и дети* ● *оставшиеся без попечения родителей* ● *детский дом* ● *воспитание*
● *социализация* ● *адаптация* ● *иппотерапия*

Муниципальное образовательное учреждение «Детский дом Ленинского района г. Ярославля» был открыт в 1998 году в период закрытия основных крупных промышленных предприятий, когда город захлестнула волна выявления детей, оставшихся без попечения родителей по причине безработицы, и как следствие — алкоголизации и криминализации населения.

Первые воспитанники детского дома — это трудные дети, которые оказались вне семьи в трудный период безвременья, социальных потрясений, потери нравственных устоев общества, его материального и духовного обнищания.

В течение тринадцати лет детский дом прошёл несколько важных этапов своего развития, каждый из которых соответствовал задачам времени, изменениям в обществе, и прежде всего — интересам ребёнка, оказавшимся вне семьи.

В 1998 — 2000 годы — в детском доме воспитывались подростки (40 чёл.) с криминально ориентированным поведением, отсутствием учебной мотивации. Государственное обеспечение воспитанников осуществлялось по основным составляющим: питание и одежда (мягкий инвентарь). Остальные позиции обеспечивались за счёт привлечения внебюджетных средств, натуральной помощи спонсоров и простых горожан.

Главная задача детского дома в этих условиях — приручить, отогреть детские сердца, подлечить, накормить, одеть, а главное — снять чувство вины перед миром взрослых: «Ты не виноват, что попал в детский дом, твоим родителям не повезло, тебе обязательно повезёт, мы рядом с тобой, мы поможем тебе, а ты вырастешь и поможешь своим родителям...» Только такая жизненная установка помогала трудному подростку поверить педагогам и начать стремиться к другой, лучшей жизни.

С 2001 по 2005 год, в период относительной экономической стабильности в стране, зна-

чительно улучшилась материально-техническая база детского дома. Государственное обеспечение детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в детских домах Ярославской области стало полностью осуществляться за счёт средств областного бюджета. Вопросы материального обеспечения детей-сирот стали менее актуальными для руководителей всех детских домов.

С 2006 по 2011 год в условиях оптимизации учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, детский дом вышел на новый этап. Повышение качества жизни воспитанников детского дома предоставило возможность педагогическому коллективу совершенствовать воспитательный процесс на основе внедрения современных педагогических технологий. Был реализован проект «Создание механизма и условий для успешной социальной, профессиональной и личностной адаптации детей, воспитывающихся в условиях детского дома и в первые два года по его окончании». Реализована программа постинтернатного сопровождения выпускников детских домов «Мы рядом, мы вместе». Создан институт кураторов-наставников, закреплённых за каждым выпускником. Результаты данной работы были учтены при разработке регионального законопроекта о патронате. Разработаны специальная программа подготовки детей-сирот к самостоятельной жизни «Школа жизни», проект «Домашняя кухня», цель которого — научить детей-сирот вести домашнее хозяйство, планировать свой бюджет и организовывать ежедневное питание. Создан пилотный информационный справочник «Ты можешь сам!» для выпускников детских домов. В 2006 году детский дом стал единственной в регионе базовой площадкой по апробации дополнительной формы семейного устройства детей-сирот — патроната. В результате этой работы появилась возможность создать на базе детского дома службу сопровождения патронатных воспитателей. В рамках действующего законодательства эта служба стала основой для создания первой службы сопровождения опекунов и попечителей несовершеннолетних лиц в городе Ярославле.

С 2008 года в детском доме реализуется проект «Социализация, адаптация и ре-

билитация детей-сирот с использованием метода иппотерапии». В 2010 году опыт работы обобщён и используется детскими домами Ярославской области.

Проект «Социализация, адаптация и реабилитация детей-сирот с использованием метода иппотерапии» направлен на разработку и апробацию оригинальной модели психологического и психотерапевтического воздействия на детей, воспитывающихся в детском доме, на формирование их социально-психологической адаптивности к жизни и деятельности в социуме. Необходимость создания проекта была обусловлена такими проблемами воспитанников:

- невысокий уровень познавательной активности, снижение мотивации учения;
- агрессивность, высокий уровень гнева;
- тревожность, боязливость;
- импульсивность, эмоциональная возбудимость;
- неадекватная самооценка;
- недовольство собой, переживание своей малоценности;
- нарушение социальных контактов, проблемные взаимоотношения с окружающими;
- отсутствие привязанностей;
- иждивенческая позиция, зависимость от неё;
- снижение активности;
- поверхностность, неустойчивость интересов.

Все перечисленные характеристики — проявления социальной дезадаптации подростков. Для решения этой проблемы была сформирована экспериментальная (фокусная) группа воспитанников детского дома, посещающих занятия с лошадьми; разработаны программы и этапы работы с детьми. Большое внимание на начальном этапе работы уделялось диагностике и исследованию теоретической базы работы в области иппотерапии и влияния лошадей на психологическое здоровье и развитие детей.

Для осуществления работы по проекту и привлечения внимания общественности

мы взаимодействовали с различными социальными институтами по нескольким направлениям: Детской юношеской спортивной школой олимпийского резерва № 2, ЯРГУ им. Демидова, органами государственной власти (Департамент образования Ярославской области), СМИ, учреждениями для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, со спонсорами (привлечение средств для реализации проекта) и др.

Иппотерапия: этапы работы с детьми

Информационный (предварительный этап) включает рассказ о лошадях, о том, как ухаживать за ними, седлать, о езде верхом, показ учебных и художественных фильмов о лошадях, а также экскурсию на конюшню. Во время экскурсии ребята знакомятся с техникой безопасности, и уходом за лошастью, так как самостоятельное общение с лошастью требует базовых знаний о характере, нравах, особенностях её поведения, а также умения делать выводы о том, как нужно вести себя с ней. Сюда относятся:

- знание об образе жизни лошади;
- знание манеры поведения лошади;
- умение понимать «язык тела» лошади.

Для самостоятельного общения с лошастью важно обладать определёнными профессиональными навыками:

- умение надеть на лошадь недоуздок;
- уход за лошастью перед поездкой (чистка шерсти и расчистка копыт);
- умение вести лошадь за собой и привязать её;
- седловка и умение надеть оголовье;
- умение поставить лошадь в денник;
- убрать на место используемый инвентарь.

Первый этап занятий — адаптационный, он состоит из знакомства с лошастью и посадки. На этом этапе используется вольтижировочный пояс — специальная подпруга с ручками, за которую держится ребёнок во время движения. Перед посадкой инструктор и ребёнок подходят к ло-

шади, и если ребёнок не испытывает страха, то кормят её, называется кличка лошади, и инструктор немного рассказывает о содержании занятия. Чаще всего на начальных этапах ребёнок осуществляет посадку на лошадь с монтуара — специальной лестницы.

Второй этап — создание базиса для реабилитационных занятий. Ребёнок привыкает как к лошади, так и к инструктору. Снаряжение — вольтижировочный пояс. Если ребёнок уверенно держится на лошади, то через 3–5 занятий вольтижировочный пояс можно периодически снимать. Во время занятия рекомендуется сочетать прямолинейное движение с изменениями направления, ездой по кругу и серпантином.

Третий этап — начало реабилитационных мероприятий: идёт освоение пространства в пределах лошади, при этом иппотерапевт даёт ребёнку чёткие ориентиры (показывает, где ушки, хвостик, грива), которые помогут ребёнку на следующем этапе. Здесь могут появиться страхи, которые идут вслед за привыканием к лошади и осознанием её габаритов. Этот этап характеризуется качественным переходом от исключительно телесных переживаний, таких как восприятие ритмичного покачивания и тактильные ощущения, к эмоциональным переживаниям и взаимодействию с лошастью. На этом этапе очень важна работа иппотерапевта как психолога. Он должен работать со страхами ребёнка, контролировать взаимодействие ребёнка и лошади.

Смена исходного положения, например езда боком или задом наперёд, заставляет ребёнка распределить своё внимание и «впустить» в систему ещё один элемент — инструктора. Идёт развитие крупной моторики, улучшается координация движений, закрепляется фронтальность и ребёнок начинает лучше держать равновесие.

На четвёртом этапе развиваются мелкая и крупная моторика, произвольность, целенаправленность и координация. На этом этапе очень важно взаимодействие «ребёнок-инструктор». Здесь же можно проводить обучающие занятия, например, виды посадки.

На пятом этапе начинается обучение ребёнка навыкам верховой езды. Ребёнок

и лошадь объединяются, и взаимодействие строится уже внутри этого объединения. На этом уровне необходимы в первую очередь произвольность и восприятие пространства. Здесь очень важно понимание ребёнком процесса управления, а также правильное понимание команд инструктора (материалы Боровенникова Е.О. Московская высшая школа социальных и экономических наук; Центр развития инвалидов детства «Наш солнечный мир», г. Москва).

Обратная связь, рефлексия и сопровождение занятий

Дневник обратной связи

После каждого занятия на конюшне дети заполняют дневник, в котором дети отвечают на вопросы: что больше всего запомнилось на занятии? Что больше всего понравилось или не понравилось на занятии? Какое настроение было перед занятием? Изменилось ли настроение после занятия? Что ещё хочется рассказать? Основной результат — дети отмечают большую значимость занятий, занятия всеми участниками воспринимаются положительно, вызывают интерес и позитивные эмоции.

Арт-терапия

Отображение переживаний ребёнка в творчестве: рисование, лепка, вышивание, аппликация, стихотворения и сочинения о своих чувствах к лошади. Подбор альбома личных фотографий и создание на его основе презентаций по занятиям с лошадьми.

Мы считаем, что уникальность проекта заключается, в том числе, в возможности его успешного тиражирования. Основным требованием к организации является наличие обученных инструкторов, разрабатывающих и проводящих цикл занятий с группой, специально подготовленных лошадей и снаряжения, необходимого для занятий, а также наличие автотранспорта для доставки детей на занятия. Данный проект может быть адаптирован под конкретные условия и успешно реализован на базе конноспортивных школ.

В рамках проекта были проведены следующие мероприятия:

1. Занятия группы детей на базе СДЮС-ШОР № 21.

2. Участие в Международной иппотерапевтической конференции «Кони и люди — дети Земли».

3. Организация выставки работ детей на тему «Сердце и душа большого друга».

4. Проведение интегрированных занятий с привлечением специалистов по художественно-прикладному творчеству.

5. Проведение комплекса срезовых методик для изучения динамики изменений исследуемых свойств личности воспитанников.

6. Изготовление детьми компьютерных фотопрезентаций о своём опыте участия в данном проекте.

7. Проведение областной конференции «Социализация, адаптация и реабилитация детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с использованием метода иппотерапии» при поддержке Департамента образования Ярославской области.

8. Организация фотовыставки «Мы с тобой теперь друзья...»

9. Создание фильма «Лошади — детям».

На кафедре консультационной психологии факультета психологии Ярославского государственного университета им. Демидова студентка Д. Фуникова под научным руководством М.И. Фаермана провела курсовое исследование по теме «Использование иппотерапии как элемента телесно ориентированного подхода для адаптации воспитанников детских домов». В данном исследовании были обобщены теории иппотерапии, описан ход корректирующей и диагностической работы. Итогом исследования стало представление повторного диагностического среза, достоверно демонстрирующего положительные изменения в поведении и психологии воспитанников детского дома — участников проекта и влияния иппотерапии на их адаптацию по выделенным критериям. Это исследование дало основание для разработки и утверждения программы иппотерапии по адаптации детей-сирот к жизни в обществе.

Выборку исследования составили воспитанники детского дома от 9 до 16 лет. Две

группы по 7 человек: экспериментальная — воспитанники детского дома, посещающие занятия с лошадьми, и контрольная — воспитанники детского дома, которые такие занятия не посещали. Всего 14 испытуемых.

Были использованы методики:

1. Методика диагностики уровня самооценки Дембо-Рубинштейна.
2. Методика диагностики уровня базовой тревожности Тейлора.
3. Проективная методика «Несуществующее животное».
4. Проективная методика «Дом. Дерево. Человек».

Результаты исследования по методике Дембо-Рубинштейна показали, что у шести ребят за год сложилась тенденция к завышенной самооценке (взамен средней адекватной). По мнению Рубинштейна, именно такая самооценка и должна быть у здоровых людей. И только у одного участника проекта самооценка была и осталась с тенденцией к занижению, хотя и немного повысилась за время участия в проекте.

По результатам методики Тейлора, уровень базовой тревожности у пяти участников был высокий, а за год понизился и стал средним или близким к среднему. У двух участников был и остался средний уровень тревожности. Это можно объяснить тем, что занятия по иппотерапии помогают релаксации, помогают справиться с проблемами и за счёт этого снижается уровень тревожности.

По обобщённым результатам проективных методик видно, что у ребят улучшилось отношение к себе — было 8, стало 15 баллов. Это может быть связано с тем, что приобретение новых знаний даёт уверенность в себе, понимание своих эмоций и эмоций окружающих, что позволяет индивидууму повысить самооценку. Агрессивность понизилась с 12 до 6 баллов. Понижение агрессивности связано с тем, что лошадь является своеобразным индикатором ребёнка и поэтому всаднику необходимо контролировать свои чувства, эмоции. Эмоциональный фон практически не изменился — было 13 баллов, стало 14. Это, возможно, обусловлено тем, что на эмоци-

ональный фон многие многие факторы, такие как место проживания, обучения. Активность повысилась с 12 до 16 баллов.

Сравнивая данные по экспериментальной и контрольной группам хорошо видны различия. Самооценка, эмоциональный фон и активность у воспитанников, входящих в экспериментальную группу, выше, чем у ребят из контрольной группы, а тревожность и агрессивность — ниже. Таким образом, мы видим, что использование иппотерапии способствует адаптации за счёт изменения, корректировки самооценки, тревожности, агрессивности и активности ребёнка.

Обобщённые данные экспериментальной диагностики

До участия в программе по иппотерапии для воспитанников были характерны: сильное стремление к независимости, негативизм, уныние, недостаток эмоциональной теплоты, агрессивность, тревога, нарушение социальных, межличностных контактов и стремление их создать. Отмечались зависимость, инфантилизм, эмоциональный конфликт, недовольство своим положением в обществе, замкнутость, потребность в признании, стремление выйти из неблагоприятной ситуации, напряжение из-за ограничения в самостоятельных решениях и др.

Через год занятий по программе иппотерапии у большинства воспитанников отмечались: стремление к деятельности, к расширению сферы своей деятельности, стремление получать результат и к тёплым межличностным отношениям; тенденция к самоутверждению, к обдуманности своих поступков; положительное отношение к себе.

Выводы:

- Использование иппотерапии способствует проявлению таких личностных качеств, как: заботливость, стремление познать себя и окружающих.
- Иппотерапия помогает решать личностные проблемы, осознанно относиться к себе, своим поступкам, к окружающим.
- Иппотерапия как элемент телесно-ориентированного подхода, влияя на лично-

стные свойства и состояния, повышает и корректирует самооценку и активность, снижает тревожность и агрессивность, в целом, способствует адаптации воспитанников детских домов.

Доклад педагога-психолога на конференции «Кони и люди — Дети Земли»

Лошадь — такой персонаж, о котором мечтает очень много детей. Что означает верховая езда? Это — фантастика!

Лошади стали и частью жизни наших детей.

Новыми, неповторимыми оказались ощущения, которые дала лошадь при первом же общении с ней: гладкость шерсти, тепло и большие размеры тела. Необычные звуки: ржание, фырканье, звуки конного снаряжения — скрип седла, звяканье трензеля.

Наслаждением и ярким переживанием стало ощущение слюны лошади на ладошке наших детей во время кормления.

А какие смешанные чувства испытали наши дети, знакомясь с лошадьми, — страх, интерес, волнение, тревогу, нетерпение, удивление, восторг!

В первую очередь самостоятельное общение с лошадью требует знаний о характере, нравах, особенностях её поведения и умения делать выводы о том, как нужно вести себя с ней.

Нами был составлен комплекс занятий, включающий информирование детей об образе жизни, манерах поведения лошадей, правилах и аспектах взаимодействия с лошадьми во время ухода за ними и во время верховой езды. Дети учились понимать «язык тела лошади».

Ребята и самостоятельно находили материалы по этим темам, смотрели фильмы, слайды, изучали информацию о лошадях.

А какие различные характеры и нравы у лошадей! Очень здорово, что наши ребята имели возможность выбора лошади в соответствии со своими личностными особенностями, темпераментом и настроением. Кому-то больше нравится строптивая и гордая лошадь, кому-то — спокойная и покладистая. В настоящий момент

уже можно говорить о динамике — она состоит в том, что сейчас некоторые из ребят могут сказать, что возьмут и простую лошадь, от которой отказывались вначале.

Работа с лошадьми есть работа и над взаимоотношениями. Ребёнок устанавливает отношения с лошадью через поводья, через прикосновение, через эмоциональное отношение. Дети видят в лошади собеседника, который всегда выслушает, поймёт и примет ребёнка любым. Большое и сильное животное, такое как лошадь, подсознательно воспринимается ребёнком как символ родителя, которого нашим детям очень не хватает.

Иппотерапия включает в себя и различные элементы ухода за лошадью: кормление, чистка, седловка (надеть на лошадь недоуздки и оголовье не так-то просто), расседловывание. Всё это, во-первых, даёт ребятам ощущение своей нужности и причастности к серьёзному делу, во-вторых, уход и общение с лошадью выполняют неудовлетворённую потребность ребёнка в тепле и ласке.

Важно ещё и ощущение того, что кто-то (в данном случае — лошадь) нуждается в его, ребёнка, заботе. И это оказывает влияние на формирование ответственности, чувства заботы и самостоятельности.

На таких простых вещах и строится профилактическое воздействие иппотерапии на подростков, имеющих отклонения в поведенческом статусе, на детей, испытывающих трудности в общении и обучении.

Каждому ребёнку, занимающемуся верховой ездой, приходится себя преодолевать — свои страхи, лень, нетерпение, несдержанность. Импульсивные, эмоционально возбудимые дети на собственном опыте понимают, что даже если конь их не слушается, не выполняет команды, то устраивать по этому поводу истерику бесполезно. Вот и приходится им учиться контролировать свои эмоции, то есть, управляя лошадью, дети учатся управлять собой. А потом наши воспитанники переносят это умение в свою повседневную жизнь.

В нашей культуре лошадь — символ победы, поэтому сидящий на лошади ребёнок чувствует свою ценность.

Через контакт с лошастью ребята имеют возможность разрядить свою агрессию и удовлетворить потребность в релаксации. Ведь взаимодействие с лошастью приносит столько удовольствия.

Лошадь всегда стремится к гармонии. Это стремление к гармонии передаётся и сидящему на ней ребёнку. Гармония лошади заразительна. Лошадь как бы физически организует мир сидящего на ней человека.

Общение с лошастью помогает и в рамках профориентационной работы.

Некоторые ребята уже знают, кем они будут в будущем. И эта работа, по словам наших воспитанников, обязательно должна быть связана с лошадьми. Кто-то мечтает стать тренером, кто-то конюхом, кто-то ветеринаром. А кто-то мечтает переехать жить в сельскую местность и заниматься выращиванием лошадей.

Взаимодействие с лошастью вызывает у наших ребят прилив энергии и целую гамму положительных эмоций.

Произошла интеграция иппотерапии в другие методы развития воспитанников детского дома. Отображение переживаний детей нашло отражение в творчестве: написании стихов, лепке, вышивании, рисовании и в создании личных презентаций на компьютере.

С каким огромным желанием наши ребята создавали свои картины, посвящённые лошадям, а затем ещё с большим удовольствием рассказывали о том, что за ситуация изображена на их картине. Комментарии детей были зарегистрированы, и впоследствии был проведён их анализ. Эти рисунки оказались потенциальным показателем, характеризующим внутренний мир детей, к которому мы могли прикоснуться.

А вот несколько высказываний из детских сочинений: «Я счастлива! У меня есть мой конь! Он такой же весёлый и резвый, как я. Мне раньше снились страшные сны, а теперь снятся лошади».

«Лошадь — это красиво! Она такая сильная! С ней мне хорошо! Мне хочется обнимать и целовать её, как маму».

«Очень люблю чистить у лошадей копыта, на которых есть подкова. Я верю, что они принесут мне счастье».

Да, образ лошади — это внутренний источник энергии. А использование образа лошади в творчестве гармонизирует и стимулирует психическую активность ребёнка, — и это здорово!

И в заключение хочется сказать, что иппотерапия дала возможность нашим детям перенять опыт преодоления трудностей, успех, гордость за достигнутое, одержать пусть и небольшую, но победу. Наши воспитанники прошли и школу разумности (осторожность и осознанность), и школу общения, и школу мужества, победив свой страх.

Мероприятия с использованием иппотерапии тренировали не только тело, но и волю наших ребят, расширяли социальный опыт и развивали внутренние мотивы к совершенствованию и самоопределению, а также стимулировали собственные силы детей на пути повышения социальной самостоятельности.

Лошади дали нашим детям жизненную энергию и мощный импульс для дальнейших свершений.

Мне как представителю детского дома Ленинского района была предоставлена возможность побывать на V Международной Всероссийской иппотерапевтической конференции «Кони и люди — дети Земли», которая проходила в Москве.

В ходе конференции нам была предоставлена возможность рассказать об опыте нашей работы по использованию иппотерапии для формирования социально-психологической адаптивности детей, воспитывающихся в детском доме, к жизни и деятельности в социуме.

Благодаря фотографиям, которые мы привезли с собой, участники конференции смогли увидеть наших детей непосредственно в процессе общения с лошадьми. Живой интерес вызвали картины детей о лошадях, которые тоже были нами представлены, особенно оценка их иностранными коллегами. Мы были чуть ли не единственными выступающими, которые имели определённый опыт и наработки в реабилитации пациентов с проблемами социального характера. Наш опыт был оценён, мы получили по окончании конференции сертификат, и с ещё большим энтузиазмом стали продолжать работу по проекту.