

Ионов Игорь Игоревич, аспирант кафедры общей психологии и истории психологии Московского Гуманитарного Университета

Филиппова Галина Григорьевна, доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии и истории психологии Московского Гуманитарного Университета

Лошадь в иппотерапии.

Взгляд с позиции зоопсихологии.

Иппотерапия, как средство лечения и реабилитации физических и психических нарушений у человека, объединяет в себе как минимум четыре направления: физиотерапевтическое, спортивное, педагогическое и психологическое. Первые три имеют давнюю историю и традиции и хорошо укладываются в то название этого метода, которое принято в нашей стране: лечебная верховая езда (ЛВЕ). Последнее из обозначенных направлений относится к достаточно новой области психотерапии – анималотерапии (психотерапия с использованием животных), которая выделилась в самостоятельный вид психотерапии относительно недавно, хотя также имеет глубокие корни. В анималотерапии в настоящее время выделяются следующие варианты: иппотерапия, дельфинотерапия, канистерапия (с использованием собак), анималотерапия с использованием мелких домашних животных (обычно млекопитающих: кошек, морских свинок, хомячков, кроликов и т.п.). Спецификой анималотерапии является используемое в ней терапевтическое средство – животное. Это живое существо, обладающее собственным восприятием мира и активно взаимодействующее с ним. Животное так или иначе принимает задачу, предлагаемую человеком и выполняет необходимые действия. Более того, в анималотерапии многое зависит от тонкой регуляции животным своего взаимодействия с человеком, контроля своих движений, ориентации на особенности пациента и соответствующей подстройки своего поведения. Такая активная позиция животных делает анималотерапию уникальным и весьма эффективным терапевтическим методом, сочетающим в себе физиотерапевтические и психологические возможности.

Однако, несмотря на растущую популярность этого вида психотерапии, теоретических и методических работ в этой области чрезвычайно мало. И в первую очередь нет исследований, направленных на изучение и обоснование собственной позиции животного в процессе психотерапии, а в результате эта позиция используется стихийно, что существенно обедняет эффективность метода. Позиция животного во взаимодействии с человеком определяется тем, как животное воспринимает ситуацию, действия человека, какими возможностями обработки информации и принятия решения оно обладает, как развиты у него инстинктивные основы поведения, научение, интеллектуальные способности, как осуществляются групповые и детско-родительские отношения. Все это изучает зоопсихология, поэтому мы считаем, что именно с позиции этой науки целесообразно обратиться к изучению животного, которое является участником анималотерапии. Кроме того, являясь отраслью психологии, зоопсихология использует ту же методологию, что и психотерапия. Соответственно, возможным станет комплексное изучение взаимосвязи всех участников анималотерапии: животного, пациента, терапевтов (инструкторов, психологов, врачей).

Зоопсихология изучает психику животных. Психика определяется как способность животных (и человека) отражать внешний мир в форме субъективных состояний: ощущений, образов восприятия, образов представления (образ, возникающий по памяти), понятий (допонятийный интеллект животных и понятийное мышление человека). Изучается, что отражают животные (содержание психического отражения), как строится такое отражение (механизмы психического отражения) и как на основе этого регулируется деятельность животных (регуляторная функция психики). Изучение психики животных (в целом за последние 250 лет) позволило выделить и описать различные стадии развития, которые характеризуются разным содержанием психического отражения, различной структурой взаимодействия животных со средой (строение деятельности), различными механизмами, обеспечивающими это взаимодействие (инстинктивная

регуляция, научение, интеллект и др.). Это позволяет достаточно полно охарактеризовать психические особенности высших млекопитающих, и, в частности, лошади.

Лошадь относится к интеллектуальной стадии развития психики (А.Н. Леонтьев [2]), и к низшему уровню развития этой стадии (Г.Г. Филиппова [5]). Психическое отражение на этом уровне по содержанию представляет собой отражение целостных объектов, пространственных и временных связей между объектами и событиями, на основе чего возможен учет расположения объектов (и себя) в среде, скорости передвижения объектов относительно друг друга (экстраполяция). Хорошо развиты образы представления. При установлении связей со средой ведущую роль играют локомоции, гораздо менее используется манипулятивные действия. Инстинктивные механизмы не обеспечивают целостной регуляции деятельности. Отдельные инстинктивные реакции и поведенческие паттерны дополняются в процессе постнатального развития научением и интеллектуальным опытом, в результате чего и осуществляется полноценная регуляция деятельности. Необходимый индивидуальный опыт формируется в раннем онтогенезе на основе научения (облигатное – обязательное для всех особей вида, и факультативное – индивидуальное научение). Интеллектуальные способности развиваются в процессе игровой и ориентировочно-исследовательской деятельности в преадультном («довзрослом») периоде онтогенеза (К.Э. Фабри [4], Г.Г. Филиппова [5]). Помимо образования на основе научения устойчивых навыков, эти животные способны к интеллектуальному поведению, т.е. могут принимать решение непосредственно в ситуации на основе использования прошлого обобщенного опыта и прогноза последствий своих действий и общего развития ситуации (движений объектов, действий других субъектов и т.п.).

Образ жизни лошади также определяет особенности ее взаимодействия со средой. Для иппотерапии важны две характеристики этого образа жизни: во-первых, лошадь стадное животное, а во-вторых, у лошадей существуют тесные отношения привязанности между матерью и детенышем, при чем эти

отношения парные (диадические). И те, и другие межиндивидуальные отношения строятся на восприятии сигналов друг от друга и ориентации на движения партнера по взаимодействию. Конечно, как все млекопитающие, лошади используют химическую коммуникацию. Однако, особенности стадного поведения и материнско-детских отношений (следование, определение на расстоянии мимических сигналов, позы и движения тела и т.п.) требуют зрительной ориентации на движения других особей. Помимо этого у лошадей хорошо развиты тактильные контакты. В стадных и материнско-детских отношениях одним из ведущих способов поведения является «подстройка» своих движений под движения другой особи (синхронизация движений): направление движения, динамика и т.п. У новорожденных детенышей копытных хорошо выражена реакция следования, основанная на визуальной стимуляции. Хорошо известны и с давних пор используются человеком способности лошади ориентироваться на визуальные и тактильные сигналы человека.

Материнско-детские отношения у всех млекопитающих (и человека в том числе) строятся на отношениях привязанности (Дж. Боулби [1]). Привязанность имеет врожденные и приобретаемые в раннем постнатальном онтогенезе компоненты и регулирующие механизмы. Важнейшим компонентом является эмоциональный: мать и детеныш испытывают удовлетворение от контактов, стремятся к ним, при разрыве контакта переживают тревогу, которая при длительных разлуках переходит в анаклитическую депрессию (депрессия при разрыве с объектом привязанности). Исследования на человеке и разных видах млекопитающих показали, что динамика и феноменология этой депрессии имеют сходную структуру у всех животных, имеющих тесные материнско-детские связи в онтогенезе. Основными функциями объекта привязанности («старшего» члена взаимодействия, выполняющего родительские функции) являются защита детеныша и поддержка активности (развитие связей со средой). Эти функции имеют видотипичные особенности и несколько различаются у животных, имеющих одного или нескольких детенышей.

Наиболее тесные связи обнаруживаются в тех случаях, когда детеныш один. Такие отношения называются «диадические» и пара «мать-дитя» определяется как «диада». У копытных диадические отношения очень тесные, это основано, в частности, на том, что детеныш должен самостоятельно передвигаться за матерью и активно стремиться к сохранению и поддержанию контакта. У родительских особей млекопитающих (причем в большинстве случаев это присуще и самкам, и самцам) высоко развиты реакции на младенческие стимулы («гештальт младенчества»), стремление к контакту, защите, тонкая настройка на эмоциональное состояние детеныша, распознавание его состояния тревоги, дискомфорта и т.п., ответные реакции на эти состояния детеныша. Одной из важнейших функций родительской особи является «контейнирование» эмоций детеныша: кратковременная подстройка (эмоциональная синхронизация), затем изменение своего состояния, трансляция детенышу другой эмоции (поддержка, успокоение, защита, уверенность и т.п.), что позволяет детенышу синхронизироваться с этим эмоциональным состоянием своего объекта привязанности.

Таким образом, в иппотерапии используются три группы особенностей лошади: 1) физические свойства, которые обеспечивают «тренажерный» компонент иппотерапии; 2) стадные свойства лошади, которые обеспечивают ориентацию на человека, способность к синхронизации движений, подстройку и т.п.; 3) способность устанавливать отношения привязанности и обеспечивать функции защиты и поддержки. Именно последние две группы особенностей лошади и позволяют ей стать столь эффективным средством психотерапии. Однако она использует эти свои возможности, если можно так выразиться, «по собственной инициативе». Мы думаем, что настало время сделать их предметом научного исследования и вывести на уровень профессионального, методически обоснованного компонента иппотерапии, и шире – анималотерапии в целом.

Литература.

1. Боулби Дж. Привязанность. - М.: Гардарики, 2003
2. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. - М.: Изд-во МГУ, 1972
3. Резникова Ж.И. Интеллект и язык животных и человека. – М.: «Академкнига», 2005
4. Фабри К.Э. Основы зоопсихологии. – М.: изд-во МГУ, 1993
5. Филиппова Г.Г. Зоопсихология и сравнительная психология. – М.: «Академия», 2004
6. Шеффер М. Язык лошадей (образ жизни, поведение, формы общения). – М.: «Аквариум», 2004