

## **ЗАНЯТИЯ ИППОТЕРАПИЕЙ КАК СРЕДСТВО ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**Танькина О. А.**

**научный руководитель канд. юрид. наук Чиганова С. Д.  
Сибирский федеральный университет**

В настоящее время иппотерапия является распространенным средством абилитации и включения в социум детей-инвалидов. О ее благотворном влиянии на волевою сферу говорится много, но объективных данных, подтверждающих ценность иппотерапии пока мало. Поэтому в данной статье будет рассмотрено влияние иппотерапии и инвалидного конного спорта на становление саморегуляции и самоконтроля у подростка с врожденным пороком верхних конечностей.

Проблемой воли занимались такие ученые и исторические деятели как Аристотель, Р. Декарт, Т. Гоббс, Д. Пристли, С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский и многие другие. Стоит отметить, что у авторов нет единогласного определения этого процесса, и часто возникает путаница, что именно под этим подразумевается. В данной работе используются такие понятия как самоконтроль, воля, волевая регуляция, которые будут пониматься как составляющие эмоционально-волевой сферы. Итак, самоконтроль – это контроль эмоций и поведения (собственных действий и воздействий), а также психических процессов и состояний. Формирование произвольной саморегуляции в процессе самоконтроля предполагает контроль ситуации. Волевая регуляция в свою очередь основана на самоконтроле человека. Воля является психическим механизмом, который инициирует произвольные действия, их выбор и регуляцию. В работах Л. С. Выготского воля рассматривается как одна из стадий «овладения собственным поведением». В кратком психологическом словаре дано следующее понятие воли: «Воля – свойство человеческой психики, проявляющееся в активной самодетерминации и саморегуляции им своей деятельности и поведения вопреки внешним и внутренним препятствиям, влияниям и воздействиям». На наш взгляд, это толкование более полно отражает представление о ней и поэтому, говоря в работе о воле, мы будем подразумевать именно это содержание.

Термин «иппотерапия» происходит от греческого слова «hippos» – лошадь и «therapy» – терапия, и переводится как лечение лошадью. Иппотерапия, или лечебная верховая езда (ЛВЕ), включает в себя комплексность воздействия и охватывает три следующих направления работы, в которых иппотерапевт оценивает нужды и потребности пациента, это: сенсорно-моторные навыки, развитие когнитивных способностей и эмоциональное развитие. В рамках нашей работы мы будем рассматривать третье направление. При работе с эмоциональным развитием можно достичь следующие цели: личные, отношения с терапевтической командой, отношения со сверстниками, отношения с другими. Рассматривая эти цели, можно выделить подцели, для достижения которых ребенком выполняются задания и упражнения. Например, знакомство с лошадью служит для достижения таких целей как самоконтроль и саморегуляция. Целями разминки служат самоконтроль, сотрудничество и саморегуляция и т. д.

Нами была проанализирована реабилитационная и тренировочная деятельность с подростком, занимающимся на базе Красноярского центра иппотерапии. Пациент К. первичное обследование в возрасте 13, 9 лет. Диагноз: Врожденный порок верхних конечностей, диффузный зоб, сколиоз 1 степени. Уровень способностей на данный момент (не на лошади). Сенсорно-моторные навыки: несмотря на патологию верхних конечностей (практически нет кистей и по одному пальцу), подросток физически развит по возрасту. Когнитивная Сфера: учится хорошо, в математическом классе.

Нравится химия, физика. Эмоциональная сфера: преодолеваемые трудности провоцируют лабильность в эмоциональной сфере. Яркие эмоциональные вспышки, причем как в положительные, так и в трудные моменты жизни. Может быть обидчив до слез, особенно на маму. Иногда ему кажется, что она с ним разговаривает «не тем тоном», «мама ты, что кричишь». Но при этом мама отмечает, что К. быстро «отходит» от обиды. Усидчив. Резюме, отражающее недостатки и проблемы: Стараются сделать больше, чем может, берет за сложные упражнения не освоив более сложных, что может вести к эмоциональным перегрузкам. Резюме, отражающее сильные стороны: упорно добивается поставленной цели.

Для исследования наиболее интересна эмоциональная сфера пациента. На основе оценки пациента были выдвинуты следующие цели: 1. умение справляться с успехом и неудачей; 2. работа в команде; 3. соревнование со сверстниками. И разработана следующая стратегия: управление лошадью с помощью поводов или отдельные компоненты такого управления применяются в терапии с конкретной целью, в нужное время и при готовности к этому пациента. Управление поводьями – особый навык или особое действие, с помощью которого можно достичь различных терапевтических целей: 1. перцептуально-моторные навыки и умения; 2. умение решать проблемы; 3. обучаясь использованию повода, учится контролировать лошадь. Использование повода при работе с К. необходимо для того, чтобы понять, может ли он перейти к спортивной верховой езде – в составе группы или получая индивидуальные уроки. Так как К. обладает средним уровнем двигательных и когнитивных способностей, чувствует потребность и, по социальным показаниям, нуждается в спортивных занятиях, желательно в группе. То конный спорт может дать ему новые социальные возможности, помочь развиваться физически и стимулирует его к общению со сверстниками. Рекомендуемая продолжительность терапии 3 месяца, занятия 3 раза в неделю.

Для достижения задач эмоционального развития использовались следующие упражнения: знакомство с лошадью (направлено на отношения с животным, самоконтроль, сотрудничество, принятие ответственности), разминка (самоконтроль, сотрудничество, саморегуляцию), социальный риск (способность разделять общие успехи и неудачи, работа в команде, соревнование со сверстниками, демонстрация, дружественное соревнование), «Что ты чувствуешь в данный миг?» (образ своего Я).

Рассмотрим более подробно упражнение «Социальный риск». Так как некоторые двигательные навыки, используемые в системе развивающей лечебной верховой езды, были заимствованы из традиционной спортивной вольтижировки, то, эти навыки, объединенные в определенную последовательность, пациент может демонстрировать публике или друзьям. Освоивший такие основные вольтижировочные задания пациент имеет возможность применять их в ситуации, которая несет в себе некоторый социальный риск, где ему предстоит проявлять самоконтроль в присутствии других. Можно выстроить следующую последовательность выполнения этого упражнения исходя из его сложности: 1. Выступление перед близкими людьми во время занятия; 2. Выступление перед публикой в общественном месте; 3. Соревнования с людьми своего возраста или равного уровня способностей в знакомой обстановке; 4. Обычные соревнования.

К. успешно занимался иппотерапией в продолжение назначенного курса. После его прохождения он был привлечен в инвалидный конный спорт. На данный момент занимается 3 года, активно выступает в соревнованиях различного уровня (начиная с клубных соревнований и заканчивая Чемпионатами России), является членом национальной команды по паралимпийской выездке. Улучшения в эмоциональной сфере отмечают как мама, так и тренер. К. стал более дисциплинирован, активно взаимодействует с тренером и добивается поставленных целей постепенно и планомерно, от простого к сложному.

Итак, подводя итог вышесказанному, можно отметить, что иппотерапия действительно является средством, которое положительно влияет на психоэмоциональное состояние пациента, его самоконтроль, волевую регуляцию. Также способствует развитию таких качеств личности как, ответственность, сотрудничество, работа в команде, принятие ответственности и многих других.