**Лекция № 3**

**Канистерапия**

**План**

1. История возникновения и развитие канистерапии

2. Общие методические принципы канистерапии

3. Реабилитационные возможности канистерапии

**1. История возникновения и развитие** **канистерапии**

Ка н и с т е р а п и я (*от лат.* сanis – собака и *греч.* θεραπεία – лечение) – это методика реабилитации или абилитации с исполь-зованием специально отобранной и подготовленной собаки под наблюдением и при содействии квалифицированных специалистов-канистерапевтов. Специальную лечебную собаку часто называют «собака-терапевт» или «собака-ассистент», в официальных доку-ментах используют термин «собака – средство реабилитации».

Человек издавна догадывался о целебных свойствах собак на интуитивном уровне, что отразилось в религии и мифологии.

* Древней Греции собаки присутствовали в культе бога врачевания Асклепия (Эскулапа), который посещал больных в виде пса и зализывал их раны. Святых раннего христианства нередко изображали в компании с собаками, которые их когда-то вылечили.

Впервые канистерапию начали применять с 1792 г. в английском графстве Йоркшир. Основатель больницы У. Тьюк заменил традиционный для того времени метод лечения душевнобольных на христианские принципы сострадания, любви, понимания и доверия; также в лечении здесь использовали собак. Влияние животных положительно сказывалось на больных, у них снизились степень агрессии и частота приступов.

Фактически элементами анималотерапии пользовался Фрейд. Он считал, что собаки могут прекрасно оценивать характер человека, а также помогать людям расслабиться. На лечебных сеансах часто присутствовала его собака ЖоФи породы чау-чау. По поведению животного З. Фрейд оценивал психологическое состояние больного. Если пациент был расслаблен и умиротворен, ЖоФи ложилась рядом с ним. Если же у него оставалось скрытое напряжение, собака старалась лечь подальше.

После Второй мировой войны американские врачи Красного Креста заметили, что раненые стремились проводить свое свободное время с собаками, которые свободно гуляли по территориям госпиталей. После проведенного исследования выяснилось, что и процесс выздоровления в таких учреждениях шел более успешно.

* + начале 1960-х гг. детский психиатр Б. Левинсон (США) заметил, что наилучший эффект в работе со сложными пациентами отмечался тогда, когда на сеансах присутствовала его собака по кличке Джингл. Мальчик-аутист, с которым Левинсон работал долго и безуспешно, случайно увидел собаку доктора и попросил вместо сеансов позволить ему играть с псом. Психиатр пришел к выводу о том, что животное служит связующим звеном между ним и его пациентами, обеспечивает больному чувство безопасности и ускоряет терапевтический процесс. По его мнению, общение с собакой в качестве основного компонента психотерапии может помочь больным начать контактировать с реальностью, такой метод оправдан в работе с необщительными, скованными, замкнутыми детьми, с детьми, страдающими аутизмом, шизофренией.

Р. Фридман в 1983 г. обнаружил снижение артериального давления у детей, когда собака присутствовала во время выполнения стрессового задания. Позже Р. Уэллс выявил, что присутствие собаки во время потенциально болезненных медицинских процедур снижает физиологический и психологический уровень дистресса у хронически больных детей.

* + 1999 г. Вашингтонский университет исследовал возможности взаимодействия с собаками для оказания помощи детям, страдающим аутизмом; сотрудниками данного учреждения была разработана практическая терапевтическая программа. В 2000 г. была разработана программа использования собак в реабилитации пациентов психиатрических клиник.
  + наши дни в мировой практике (Европа, США и Канада) распространено применение канистерапии как вспомогательного комплекса различных мер по восстановлению автономности, адаптации, трудоспособности и здоровья людей с ограниченными физическими и психическими возможностями в результате перенесенных (реабилитация) или врожденных (абилитация) заболеваний. Оказание психологического воздействия происходит через простроенный определенным образом контакт с собакой.

С 1 июля 2010 г. в Польше специальность «канистерапевт» введена в государственный список профессий благодаря инициативе Польского общества канистерапии (PTK).

* + последние годы канистерапия стремительно развивается в России. Данная методика активно используется в различных центрах, в которых требуется оказание психологической коррекционной работы и иных реабилитационных мероприятий: в детских домах, домах инвалидов, домах престарелых, стационарных лечеб-ных, реабилитационных, оздоровительных учреждениях.

Одними из первых, применивших канистерапию, были московский фонд «Ордынцы», группа «Солнечный пес», учебно-киноло-гический центр «Собаки – помощники инвалидов». В Тверской области в Центре ездового собаководства «Чу» реализуется про-грамма по занятиям с детьми из приютов и неблагополучных семей, здесь оказывается в большей степени психологическая помощь. В Санкт-Петербурге работает проект под эгидой Федерации военного собаководства. Здесь же педагогический университет разработал программу «Петербургская зоотерапия», по которой собаки участвуют в лечебной работе детских больниц и медицин-ских центров. В Новосибирске существует благотворительный фонд «Лапа в ладошке», который осуществляет занятия с детьми с нарушениями психического, психофизического развития по методу канистерапии, а также инклюзивные занятия, в которые могут быть включены дети вне зависимости от их психических, интеллектуальных и физических особенностей. Подобные фонды есть в Рязани, Петропавловске-Камчатском, Владивостоке, Омске и других городах.

Высокая потребность населения в этом виде реабилитации привела к тому, что в России не все организации имеют подтверждающие документы и действуют добросовестно, согласно нормативам и методическим рекомендациям, а также имеют специалистов соответствующей медицинской направленности. Для того, чтобы исправить эту ситуацию, было создано Сообщество поддержки и развития канистерапии (СПРКТ). Оно объединяет неврологов, психологов, психиатров, психотерапевтов, реабили-тологов, а также педагогов, биологов, ветеринарных врачей, соци-альных работников, специалистов по подготовке собак-терапевтов

* собак-поводырей. Эта волонтерская организация не финансируется государством и существует на пожертвования, ни один ее сотрудник не получает зарплату. Членами сообщества могут стать как организации, так и частные лица. По инициативе СПРКТ на базе Санкт-Петербургского государственного медицинского университета 1 октября 2012 г. была организована и проведена первая в России медицинская конференция по канистерапии при поддержке ведущих неврологов и главного реабилитолога Российской Федерации.

**2. Общие методические принципы канистерапии**

Канистерапия имеет ряд достоинств, отличающих ее от других видов анималотерапии. Собаки используются в реабилитации чаще других животных, так как они легко обучаются вербальным командам и охотно им подчиняются. Канистерапия дает возможность адекватно вести работу с людьми разных возрастов (детьми и взрослыми), при этом она весьма эффективна при работе с большим диапазоном различных видов патологий (соматических и психических), аномалий развития в комплексном лечении и реабилитации. Одно из преимуществ данного метода – малозатратность по срав-нению с иппотерапией и дельфинотерапией.

Канистерапевт может работать по программе адаптивной или лечебной физкультуры «Активность с собакой» (*Dog Assisted* *Activity*). Может выбрать лечебную (специальную) педагогику«Обучение с собакой» (*Dog Assisted Education*) или работать

* собакой по программе нейрореабилитации, психотерапии, соци-ально-психологической реабилитации «Реабилитация с собакой» (*Dog Assisted Therapy*). Выбор методики зависит от потребностей пациента и компетенции канистерапевта.

Есть еще и разновидность нелечебной деятельности с собакой-ассистентом – программа «Взаимодействие человека и собаки».

* этой деятельности относят и праздники с участием собак, и посе-щения с собаками-терапевтами больниц, детских домов, интернатов, домов престарелых. Кружки юных собаководов, разовые досуговые программы с участием собак тоже относятся к этому виду нелечебной деятельности.

Программы с участием собак-терапевтов и специалистов по канистерапии педагогической специализации также популярны для здоровых детей. Они помогают научить ребенка не только пра-вильно обращаться с животными, за счет чего снижается количество неприятных ситуаций на улице, но и лучше находить общий язык с окружающими людьми. Эти курсы учат детей ответственности, состраданию, развивают эмоционально, социально и физически.

*Специфика деятельности канистерапевтов*

*Канистерапевт* – человек, который осуществляет реабилита-цию пациента методом канистерапии. Он предлагает определенное наполнение программы, организует необходимое взаимодействие пациента и собаки, объясняет, как правильно общаться с животным. Выделяют следующие компетенции канистерапевта:

– знание психологических, социальных, клинических аспектов, недугов пациентов;

– знание основ зоопсихологии, этологии и кинологии;

– умение видеть физическое и психическое состояние пациента

* тенденции его личностного развития;

– умение организовать сотрудничество и процесс реабилита-ции;

– способность убеждать пациента и руководить его действиями (не путать с психологическим давлением);

– владение навыками руководства действиями собаки;

– владение специальными приемами реабилитации;

– владение навыками психотерапевтического воздействия. Работая с детьми, канистерапевт выступает в роли собеседника,

слушателя, помощника при выполнении заданий. В рамках заня-тия он предоставляет ребенку возможность выбрать деятельность, которая ему наиболее интересна, дает ему в определенной степени поучаствовать в формировании программы занятия (например, составить сценарий к спектаклю и т. п.). Активное взаимодействи с собакой создает ситуацию доверия, личностной безопасности и выступает связующим звеном в процессе налаживания взаи-моотношений со сверстниками. Профессиональная задача кани-стерапевта заключается в том, чтобы разомкнуть дуальную связь «собака – ребенок» и ввести в это пространство других участников. Канистерапевт также может выступать в роли посредника во взаи-модействии ребенка с родителями [Данченко, Носова, с. 296–297; Седова, с. 411].

*Специфика собак, работающих в сфере канистерапии*

Собака, являясь положительным архетипом, то есть добрым подсознательным образом для человека, сама по себе благоприятно влияет на психологическое состояние пациента. Ее первая задача – снять стресс у человека, успокоить его и расположить к занятиям. Но, если она будет суетиться, нервничать, показывать агрессию или боязнь, лаять, рычать, резко двигаться, положительная реакция может заместиться отрицательной, основанной на личном опыте пациента или косвенном опыте, сложившемся из разговоров знакомых, родственников, информации в СМИ. Поэтому исключительно важно, чтобы собака была спокойна, неагрессивна и была обучена определенным навыкам, которые позволяют использовать ее в канистерапии [Отбор, подготовка собак].

*Функциональный потенциал собаки*

Собака – активный участник канистерапии, она выполняет следующие функции:

– мотивирующая – усиление интереса, вовлечение в процесс;

– коммуникативная – привлечение к взаимодействию, рас-ширение коммуникативного репертуара пациента;

– расслабляющая – психологическая релаксация, подготовка

* умственной деятельности, снятие зажимов;

– обучающая – бытовое научение, развитие навыков самообслуживания;

– познавательная – расширение знаний о природе и животных;

– когнитивно-вспомогательная – развитие когнитивных спо-собностей;

– ролеформирующая – распределение социальных ролей в игре [Данченко, с. 236].

* + В. Соболева отмечает, что собака в роли мотиватора – это главная движущая сила занятия. Благодаря присутствию добро-желательного животного ребенок воспринимает занятия как игру
* работает с большей отдачей, чем во время стандартных заня-тий. При этом он легко соглашается даже на серьезные нагрузки, поскольку вместо отдаленной цели – например, возможности ходить не хромая, легко контактировать с окружающими, он решает сиюминутные и интересные ему задачи: обогнать собаку, принести ей лакомство, помочь перебраться через препятствия. После установления контакта между ребенком и собакой она становится для него напарником или даже другом. Разрушается неприятная для пациента ассоциация – он один на один с инструктором, кото-рый заставляет его выполнять задания. Собака тоже выполняет задание и делает это эмоционально и с большой охотой, заражая ребенка этим настроем. В процессе выполнения упражнений собака периодически сама становится снарядом или тренажером. Собака выполняет функцию барьеров, отметок дистанций, до нее нужно дотягиваться в наклоне и при поднимании конечностей. На собаку можно опираться во время отработки подъема из положения сидя или переворачивании, за нее можно держаться во время ходьбы. Плюс собаки по сравнению с обычными спортивными снарядами, конечно, в ее активности. Во время таких упражнений незаметно для пациента также идет работа по развитию речи и артикуляции, потому что собака «отказывается» понимать неправильно поданные команды [Соболева, с. 223–224].

Не менее важная функция собаки – установление коммуникации между пациентом и специалистом. Ребенок понимает собаку лучше, чем взрослых людей. Животное отлично считывает его невербальные сигналы, в результате они находят общий язык. Достаточно часто собака становится первым существом, понимающим эмоции ребенка. Это и приводит к быстрому установлению контакта и доверию. Практически всегда дети начинают узнавать и выделять вожатых своих собак, вступать с ними во взаимодействие, так как ассоциируют человека, управляющего этим существом, как «говорящего с ними на одном языке». Для специалиста очень важно быстро включиться в такой контакт, так как цель такой работы – расширить возможности коммуникации, не останавливаясь на общении с собакой [Мальцева, Шмонин, 2017, с. 64].

*Требования к психике собак, пригодных к канистерапии*

Собака была традиционным лабораторным животным в исследованиях И. П. Павлова. Именно для них была впервые сформулирована его концепция типов высшей нервной деятельности (ВНД) и выделены четыре основных типа (или темперамента), условно названных холерическим, сангвиническим, флегматическим и меланхолическим, а также некоторое число промежуточ-ных по характеру подтипов. Каждый из этих типов предполагал

* его носителя определенную комбинацию более простых свойств нервной системы – возбуждения и торможения, то есть силы, подвижности и уравновешенности, так как одни особи быстро и сильно возбуждаются и долго не могут успокоиться, вторые, возбудившись, быстро успокаиваются, третьи реагируют медленно, слабо возбуждаются и медленно успокаиваются. Некоторые собаки от действия раздражителей начинают прятаться и дистанцироваться. Степень возбудимости является генетически детерминированной особенностью поведения собак. Например, гиляцкие лайки маловозбудимы, не обладают пассивно-оборонительной реакцией (то есть не трусливы), по сравнению с ними немецкие овчарки более возбудимы [Донская, Олейникова, с. 139; Зорина, Полетаева, Резникова, с. 283].
  + Н. Донская и Т. Г. Олейникова провели исследование, целью которого было выяснить, можно ли подготовить взрослую собаку к работе в сфере канистерапии. Они протестировали взрослых собак, выращенных у частных владельцев. В группу входили животные, прошедшие общий курс послушания, общий курс дрессировки, испытания рабочих качеств с получением сертификата или дрессировались по спортивным направлениям – аджилити, фристайлу, фрисби, питчингоу. При первичном тестировании были использованы тесты Американской ассоциации канистерапевтов и разработки НИИ кинологии (Санкт-Петербург). Первичное тестирование прошли 23 собаки различных пород и метисы, после чего владельцам были даны рекомендации по коррекции их поведения и исправлению недостатков. Через месяц было проведено

повторное тестирование 13 собак, прошедших корректировку поведения. Через семь дней после повторного тестирования была проведена итоговая аттестация 12 собак на квалификацию «собака-терапевт». В результате квалификацию «собака-терапевт» получили семь животных, а четырем собакам была присвоена квалификация «собака-помощник».

* + Н. Донская и Т. Г. Олейникова отмечают, что для канистерапии необходимо выбирать животных рабочего типа, где основополагающими будут не только порода, но и возможности психики, сила и уравновешенность нервных процессов, ориентированность животного на человека. Этот аспект отношения собаки к человеку зависит от правильного построения отношений и выстраивания иерархии. Животные с крепкой нервной системой такие взаимоотношения воспринимают адекватно. Авторы выяснили, что животные, успешно прошедшие тесты, обладают сангвиническим типом ВНД. Они хорошо обучаются, легко мотивируются на детей, доверяют им, испытывают интерес в общении с ними. При работе с данными животными было установлено, что часть из них происходит от рабочих собак и собак-терапевтов. Потомки, происходящие от родителей с устойчивой нервной системой (сангвиники с чертами холерического типа поведения), являются самыми обучаемыми, легко поддаются коррекции поведения независимо от возраста, устойчивы психологически и пригодны для сложной эмоциональной работы. Авторы пришли к выводу, что из взрослой собаки можно подготовить собаку-терапевта высокой квалификации. Породная предрасположенность к данному виду работы является важным аспектом, но не главенствующим, так как и индивидуумы других пород, а также метисы могут обладать качествами, необходимыми для собаки-терапевта [Донская, Олей-никова, с. 139–140].

Таким образом, для работы в сфере канистерапии собаки отбираются специальным образом, учитываются их физическое и психическое здоровье, экстерьерные параметры и способность к послушанию и обучению. В итоге можно выделить ряд параметров, которые важны при отборе:

– Собака должна быть безопасной, послушной, спокойной, неагрессивной, иметь уравновешенную психику и крепкую нервную систему.

– Собака должна обладать врожденной любовью к человеку, особенно по отношению к детям, получать удовольствие от общения с ними, а не просто лояльно к ним относиться.

– Собака не должна вести себя буйно с людьми, прыгать на них, ставить на них лапы, лезть с «поцелуями» и вообще активно навязывать свое общество.

– Собака должна быть полностью здоровой (к занятиям не допускаются животные, которые имеют в анамнезе заболевания опорно-двигательного аппарата или центральной нервной системы – эпилепсию врожденную и приобретенную, неустойчивость к стрессу).

– Собака должна иметь ветпаспорт с ежегодными отметками

* вакцинациях против лептоспироза и бешенства.

– Собака должна иметь ухоженный вид (чистую шерсть, подстриженные когти и т. п.).

– Собака должна проявлять либо доброжелательное, либо нейтральное отношение к любым действиям пациента, включая агрессию.

– Собака не должна пугаться или вести себя агрессивно, находясь в окружении большого количества людей.

– Собака должна лояльно относиться к другим собакам.

– Собака не должна издавать лишних звуков (много лаять, скулить) без команды.

– Собака должна быть управляема на обычном ошейнике (кожаном или текстильном) и на поводке. На тестировании не допускается использование металлических ошейников, парфорсов, удавок, цепей.

**3. Реабилитационные возможности канистерапии**

Канистерапия оказывает благоприятный эффект при следующих проблемах:

– ограниченные возможности здоровья;

– нарушения психической сферы (неврастения, истерия, психастения и неврозы, стресс, психологические травмы);

– нарушения физической сферы (гиподинамия, вызванная малоподвижным образом жизни);

– нарушения интеллектуальной сферы;

– нарушения социальной сферы.

Канистерапию необходимо проводить в комплексе с другими способами реабилитации, поскольку данный метод не может заменить медикаментозное лечение или физиопроцедуры. Ряд авторов приводят факторы, благодаря которым взаимодействие с собакой повышает эффективность других реабилитационных процедур [Дюкова, 2017б, с. 20–21; Данченко, Носова, с. 300; Мальцева, Шмонин, 2017, с. 62; Темникова, Бондарчук, с. 25–26]. Рассмотрим их подробнее.

*Факторы, влияющие на эффективность реабилитации*

*Психологические причины*

Еще в доисторический период приручение собаки обеспечило человеку преимущество и успех в конкуренции с другими видами животных. С тех пор человек подсознательно воспринимает собаку положительно.

Пациенты не воспринимают собаку в качестве конкурента или того, кто оценивает их действия. Взаимодействуя с животным, больной ведет себя естественнее и раскованнее, чем при занятии со специалистом-реабилитологом. Это позволяет достичь лучших результатов, так как нет необходимости затрачивать дополнительные усилия на снятие психологического напряжения у пациента.

Собака обладает некоторыми качествами, сходными с человеческими: эмоциональностью, способностью выражать свои пережива-ния действиями, звуками, мимикой, реакцией на коммуникативные инициативы человека.

Общение с собакой обогащает межличностную коммуникацию. Собака – очень хороший эмпатик, поэтому она постоянно мони-торит состояние пациента и транслирует его канистерапевту. Она легко улавливает настроение человека и отвечает в соответствии

* ним быстро и эмоционально или, напротив, осторожно и без резких движений. С другой стороны, пациенту также необходимо понимать настроение собаки, сообразовывать с ней свое поведение и ясно выражать свои желания.

При контакте с маленьким пациентом собака активно настроена на коммуникацию, но при этом она не оценивает ребенка, а опекает его или взаимодействует, как с равным. Поэтому, несмотря на то, что собака ожидает от ребенка какого-то действия – надевания ей на шею колечка, подачи лакомства, подкидывания мячика – ребенок не ощущает это как давление. Собака понимает то, что ей хочет ска-зать ребенок, и у последнего появляется возможность почувствовать себя успешным в этом взаимодействии, проявить свои лидерские качества и получить позитивную обратную связь как от животного, так и от взрослого, который в этот момент находится рядом.

*Физиологические причины*

Температура тела собаки на 2 °C выше, чем у человека. Тепло снимает спазм и боль в мышцах, способствует расслаблению и более комфортному выполнению упражнений пациентами со спастикой (повышенным тонусом мышц).

Контакт с собакой позволяет получить практически весь спектр сенсорных ощущений (зрительных, слуховых, обонятельных, осязательных). Экстерьер собаки, ее окрас и движения ее тела при дыхании и перемещении в пространстве – все это оказывает стимулирующее воздействие на центральную часть зрительного анализатора. Также звуки, издаваемые собакой, и ее запах воздей-ствуют на органы слуха и обоняния.

Манипуляции с шерстью собаки успокаивают пациентов. Ощу-щения от прикосновения к покровам и температура тела животного оказывают воздействие на самую обширную зону коры головного мозга – тактильную. Повторяющиеся плавные движения рук при поглаживании собаки стимулируют более глубокие подкорковые образования.

Прикосновения к собакам предоставляют возможность довер-бальной передачи эмоциональных состояний. Довербальное проявление чувств и эмоций – это «универсальный язык». Физический контакт не обладает тонкостью и большим разнообразием в своем выражении и при этом дает возможность, не прибегая к речевым средствам, вести эмоционально насыщенный диалог. Мягкие

* нежные прикосновения говорят о выражении заботы, резкие же и сильные, болезненные обозначают агрессию. Двигательные выражения чувств затрагивают формирование моторики.

Позитивное энергетическое воздействие на человека оказы-вают взгляд собаки и биение ее сердца. Прислушиваясь к дыханию

* сердцебиению собаки, пациент также настраивается на естествен-ное дыхание, что позволяет улучшить снабжение мозга кислородом.

Вследствие контакта собаки и пациента у последнего про-исходят нейроэндокринные изменения. Исследования влияния канистерапии на людей с аутизмом и другими поведенческими проблемами показывают феномен снижения уровня кортизола и повышения уровня окситоцина в их крови.

*Эмоциональные причины*

Положительное восприятие собаки вызывает у человека желание общаться с ней. Мотивация на выполнение упражнений у такого пациента очень высокая, а чем выше мотив, тем лучше результат. Собака вызывает очень сильные эмоции у пациента, что может стать толчком к началу социального общения, невербальной коммуникации или даже простого реагирования на окружающий мир.