

МЕТОД ІЗО-ДЕЛЬФІНОТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ОСОБИСТІСНИМИ ПРОБЛЕМАМИ У ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ РЕКРЕАЦІЇ

Симоненко С.М., Грек О.М.

Останнім часом достатньо актуальним методом роботи з дітьми та дорослими є дельфінотерапія. Розглянемо детальніше що таке анімалотерапія взагалі та дельфінотерапія, зокрема. Під анімалотерапією розуміють вид терапії, під час якої використовують тварин та їх образи для надання психотерапевтичної допомоги. Серед видів анімалотерапії виділяють: іпотерапія, яка ґрунтується на спілкуванні з кінями і верховій їзді. Спілкування з конем створює стійкий позитивний емоційний фон, який сам по собі має цілющу дію. Каністерапія — вид анімалотерапії, який використовує собак. Собака є прекрасними «ліками» від гіподинамії. Собака задовольняє недоліки людини в спілкуванні, сприяє підвищенню самооцінки господаря, його товариськості, допомагає вирішити конфлікти в родині; Фелінотерапія — це використання кішок в лікувальних цілях. Кішки допомагають пережити самотність, заспокоюють, знижують артеріальний тиск. Кішка є чудовим енергоінформаційним приладом, який вгадує хворі місця свого господаря. Дельфінотерапія ґрунтується на спілкуванні з дельфінами;

Серед зазначених видів анімалотерапії ми зупинимося саме на дельфінотерапії, який ґрунтується на спілкуванні з дельфінами. Метою даного виду терапії є допомога в стабілізації психоемоційного стану людини, зняття психологічної напруги. Спілкування з дельфінами заспокійливо впливає на людину, сприяє нестандартному мисленню, швидкому знаходженню виходу з кризової ситуації. Дельфінотерапія психологічно реабілітує людей, які опинилися в екстремальних умовах.

Задачами дельфінотерапії є: прийти до принципового переорієнтування ставлення до себе, оточуючих людей, природі, світу в цілому; допомогти дитині вийти з полону самоізоляції, стимулювати розвиток інтересу до зовнішнього світу, що стає умовою до встановлення, відновлення, коректування, оптимізації соціальних відносин; активізація ро-

боти мозкових структур і всього організму в цілому через сенсорну стимуляцію; стимуляція вербальної експресії, сприяючи мовному і сенсомоторному розвитку аутичних дітей і дітей зі зниженим інтелектом; отримання позитивних емоцій і забезпечення підтримки дітей і дорослих, які переживають самотність або стан дезадаптації, задовольняти потребу в спілкуванні; створення умов для емоційного відреагування.

Не завжди в умовах рекреаційного закладу є можливість використання різних видів анімалотерапії і, зокрема, дельфінотерапії.

На основі багаторічного досвіду роботи з дітьми в дитячому центрі «Молода гвардія», де в експрес-діагностиці використовуються проєктивні діагностичні методики, ми розробили і апробували новий проєктивний метод, який оснований на роботі з малюнками дельфінів — метод ізо-дельфінотерапії (С.М.Симоненко, О.М.Грек). Проєктивні методи використовуються для вивчення тих психологічних і поведінкових особливостей людини, котрі є мало усвідомленими чи зовсім неусвідомленими, а також викликають до себе зі сторони суб'єкта крайнє негативне відношення. Відомо, що в основі проєктивних тестових методик лежить механізм проєкції, відповідно якому неусвідомлювані людиною позитивні і особливо негативні характеристики вона схильна приписувати не собі, а іншим людям, «робити «проєкцію» на інших. Виходячи з того, як людина оцінює ситуації, інших людей, якими властивостями їх наділяє можна судити про самого досліджуваного. В даному випадку ми, ґрунтуючись на механізмі проєкції, вводили досліджуванних в невизначену ситуацію пошуку певного смислу в сюжетно-невизначених малюнках дельфінів. Для цього ми використовували малюнки дельфінів, які вони малюють фарбами і пензлем під час виступу в дельфінарії «Немо» і які люб'язно нам надали його співробітники.

Метод ізо-дельфінотерапії (С.М. Симоненко, О.М. Грек) може бути використана як в діагностичних, так і в психотерапевтичних цілях. Означений метод спрямовано на:

— на діагностику особистісних проблем і емоційних станів у дітей та підлітків;

- психокорекцію особистісних проблем;
- в роботі зі стресовими і постресовими станами;
- зняття психоемоційного напруження у рекреантів;

- отримання позитивних емоцій;
- реабілітацію рекреантів, які зазнали насильства;
- підтримку і психотерапію дітей та підлітків, які переживають самотність або стан дезадаптації;
- розвиток чуйного й уважного ставлення до природи;
- розвиток творчого мислення;
- релаксацію.

Даний метод передбачає як групову так і індивідуальну роботу з рекреантами. Під час групової роботи проведення методики використовується в рамках психологічного супроводу дітей-рекреантів. Група дітей не повинна перевищувати 12 осіб. Виходячи із віку досліджуваних та проблеми, яку необхідно вирішити інструкція може бути відповідно дещо модифікованою Ми пропонуємо наступну інструкцію для молодших школярів та молодших підлітків.

Інструкція до методу ізо-дельфінотерапії

(модифікація Симоненко С.М., Леженко І.В.)

- Діти, чи бачили ви коли-небудь дельфінів?
 -А де ви бачили цих тварин? (дельфінарій, фільм, малюнок)
 - А чи знаєте ви, що вчені визначають дельфінів як найрозумніших істот на нашій планеті. Їх мозок дуже близький до мозку людини, у них навіть є своя мова – це ряд звуків, якими вони передають інформацію один одному. Не один раз дельфіни рятували людей в морях та океанах. А дельфіни, які живуть в дельфінаріях допомагають багатьом дітям в лікуванні. Плавати з дельфінами дуже приємно та корисно.

- Погляньте на цей аркуш (показую малюнок дельфіна). Як ви думаете, що це?

- Це малюнок, який малював дельфін. Ось як відбувається цей процес. Тренер тримає аркуш перед дельфіном, ротом дельфін тримає пензлик та обирає будь-який колір фарби, що пропонує йому тренер. Він же і допомагає дельфіну вмочити пензлик в фарбу. Після чого дельфін починає малювати на аркуші, який тримає тренер. Ось так і утворився цей малюнок.

- Погляньте уважно на нього ще раз. Я говорила, що у дельфінів є своя мова, яка звичайно незрозуміла нам. Але за допомогою цього ма-

люнка дельфін передав нам послання. Воно зашифроване в мазках пензлика, кольорі фарби.

- Ваше завдання розкодувати зашифровану інформацію на ваших аркушах за допомогою кольорових олівців у знайомих для нас образах. Придивіться, на що схожий цей малюнок. Може ви побачите якийсь образ, чи декілька образів, а може цілу картину. Що ж хотів передати нам дельфін за допомогою цього малюнка.

- Розшифрувавши та намалювавши, напишіть потім, що ж ви побачили та дайте відповіді на такі питання:

1. Що для вас означає цей образ, пейзаж, істота?
2. З чим асоціюються кольори, які використані?
3. Що хотів передати нам дельфін за допомогою цього образу?

Групова робота за даною методикою проводиться на третьому-четвертому занятті після того, коли в групі дітей переважає позитивний емоційний фон, доброзичливі ставлення. З групою рекреантів методика проводиться в чотири етапи:

1. На першому етапі відбувається знайомство рекреантів з роботою дельфінів. Спочатку відбувається обговорення про те, що рекреанти знають про дельфінів. Далі відбувається демонстрація міні-фільму, в якому йде розповідь про дельфінів, як допомагають людям та за допомогою пензлика и фарби малюють картини.



2. На другому етапі після демонстрації міні-фільму, картини які зробили дельфіни пропонуються рекреантами для більш детального ознайомлення. Таких картин 12. Перші 2 картини в роботі є пробними, тобто рекреантам пропонується подивитися на картину та сказати по черзі що вони на ній бачать. Кожну картини діти розглядають з усіх сторін

(картину чотири рази повертаємо). Потім рекреантам по черзі демонструються 10 картин дельфінів, а вони в свою чергу на аркуші паперу пишуть під номерами що саме вони бачили на картинах дельфінів.

Після демонстрації картин членам групи пропонується (за бажанням) висловити, що вони бачили на картинах, що саме відчували вони дивлячись на картини, яке послання, що хотів передати дельфін цією картиною.



3. На третьому етапі роботи виходячи з проблематики, які найбільш гостро стала в групі, теми малюнків учасників тренінгу можуть бути наступні: 1. лист дельфіну, тобто зображення або текст того внутрішнього, чим би хотіла дитина поділитися; 2. Малюнок-відповідь дельфіну; 3. Емоційний світ дитини; 4. Бажання до дельфіна (для молодших школярів) та інше. Під час створення малюнків в залі грає релаксаційна музика (звуки природи, дельфінів, шум моря).

4. На четвертому етапі членам групи пропонується продемонструвати свій малюнок та висловити, що саме вони хотіли ним передати. Рефлексія.

Індивідуальна робота за методикою роботи з картинами дельфінів С.М.Симоненко, О.М.Грек проводиться з дітьми та підлітками, які зазнали насильства; мають високий рівень тривожності, перенесли психологічну травму, залишились без опіки батьків, діти із зони АТО. Робота з картинами дельфінів відбувається протягом двох-трьох індивідуальних занять. Але використання методики можливо лише на другому занятті. В індивідуальній роботі дітям пропонується міні-фільм про дельфінів, потім розгляд перших двох картин. Дитині ставиться питання: Що дитина бачить на першому малюнку, які емоції викликають, як вона вважає, що дельфін хотів передати, щоб вона йому відповіла, який внутрішній стан дитини. Потім пропонується свої емо-

ції викласти за допомогою малюнків на аркуш паперу. Діти, які працювали індивідуально з картинами дельфінів розкривали свій внутрішній світ, на першому етапі на картинах бачили лише негативні зображення, висловлювали свої негативні емоції та ті проблеми, які найбільш для них значимі і невирішені. На другому занятті дітям пропонувались наступні 5 картин серед яких вони бачили вже і негативні та позитивні зображення. Проте емоційно були більш спокійнішими, але виносили на обговорення свої внутрішні проблеми. На третьому занятті діти були більш емоційно врівноважені та в наступних 5 картинах дельфінів більше бачили позитивних зображень. Індивідуальна робота триває до 90 хвилин. Після кожного заняття проводиться рефлексія.

Особливостями використання методики в індивідуальній роботі з означеними категоріями дітей є розвиток навичок спілкування, корекцію психоемоційного напруження; розвиток позитивних емоцій; зняття психоастенічного стану; робота з тривожністю та агресією.

Результатами використання методики ізо-дельфінотерапії є підвищення впевненості; поліпшення самопочуття, зняття напруги, але іноді були прояви емоційного виснаження, за рахунок сильного напливу позитивних емоцій; позитивна динаміка в психоемоційній та комунікативній сфері.

Груповою роботою проводилась з молодшими школярами на третьому занятті в рамках психологічного супроводу рекреантів. На малюнках дельфінів молодші школярі в більшості бачили таких тварин, як: півень, крокодил, жар-птиця, дракон; захід сонця, човен на морі, дельфін рятує людей, будівля. Проте, деякі малюнки дельфінів у дітей викликали тривогу, пов'язану з їх внутрішнім станом. Так, Олексій К., замкнута дитина, із заниженою самооцінкою, має проблеми у спілкуванні з однолітками, в малюнках дельфінів бачив як іде бійка між людьми, багато крові, смерть, відрубують голову дракону, вбивають людей. Все це він бачив на малюнках, де в більшості було використано червоний колір. З'ясовано, що дитина з неповної сім'ї і багато бачила насилля. При створенні малюнка до дельфіна «Лист до дельфіна» Олексій К. звертався з проханням про повернення батька з того світу, про налагодження стосунків з друзями. З цією дитиною проводилась наступна індивідуальна робота під час якої з'ясовано, що дитина була свідком багатьох бі-

йок і завдяки роботі з малюнками змогла розкрити свій внутрішній стан. Під час бесід Олексій К. говорив про позитивний вплив малюнків дельфінів, вперше йому вдалося перенести внутрішні негативні емоції на аркуш паперу і від цього він отримав задоволення. Дитина говорила про отримання позитивних емоцій після індивідуальної роботи з ним. За даними повторної діагностики встановлено, що у Олексій К. дещо знизився рівень тривожності, внутрішньої агресії, став більш відкритим, почав спілкуватися з однолітками.

Індивідуальна робота з дитиною, яка бачила насилля. Хлопчик Сашко Т. 8 років з прийомної сім'ї, під час проживання з рідною матір'ю бачив сцени насилля. Під час діагностики встановлено, що хлопчик демонстративний, агресивний, має поведінкові порушення, проявляє негативізм, імпульсивний, має труднощі у спілкуванні з дітьми. Під час групової роботи з малюнками дельфінів Сашко Т. в зображеннях бачив сцени насилля, вбивства, агресії. Групова робота з малюнками дельфінів, де хлопчик писав лист дельфіну, розкриваючи свої внутрішні проблеми, а потім індивідуальна робота дозволили йому відчувати, що він не самотній у своїх проблемах, зміг повірити в свої сили і відчувати радість від підтримки.

Індивідуальна робота з дитиною насилля. У хлопчика Дениса О. під час діагностики виявлені ознаки постстресового стану, невротичні та депресивні тенденції. Дитина перенесла психотравму, яка пов'язана зі смертю близької людини. У Дениса наявна внутрішня тривога, прихована агресія, а також страх бути покинутим, страх бути веселим. Хлопчик приймав участь у групових заняттях та індивідуальних консультаціях з психологом. Під час проведення тренінгових групових занять дитина приймала участь у усіх завданнях із задоволенням, спілкувалась з дітьми загону, виконувала всі завдання, що їй давались. Під час проведення роботи з малюнками дельфінів у Дениса спочатку спостерігалися зниження настрою та прояви емоційного виснаження за рахунок сильного напливу позитивних емоцій, коли він висловлював думки про те, що саме хотіли дельфіни передати на малюнках: сцени насилля, агресії, людина душить іншу, полум'я, дім з якого падають люди, доросла людина б'є дитину. Проте, під час написання листа дельфіну спостерігаються покращення самопочуття, зняття напруги. Також з дитиною було проведено дельфінотерапію в дельфінарії «Немо», під час якої хлопчик із задоволенням спілкувався з дельфінами.

Далі проведена індивідуальна робота з малюнками дельфінів. Проведена з дитиною дельфінотерапія та робота з малюнками дельфінів позитивно вплинула на психоемоційний стан дитини. Відмічається позитивна динаміка в психоемоційній та комунікативній сфері.

Індивідуальна робота з дітьми із зони АТО. Дівчина Оленка Д. має занижену самооцінку, невпевнена у собі та своїх вчинках, нерішуча, пригнічена, має страхи, пов'язані із самопред'явленням, незацікавленість в своєму положенні серед оточуючих, має ознаки депресивного стану, незахищеності, має труднощі у спілкуванні з однолітками. Під час індивідуальної роботи з використанням малюнків дельфінів дівчинка на малюнках бачила криваві сцени, які бачила вдома та які постійно їй супроводжують у сні. Після висловлювань негативних зображень дівчина сама відмітила, що їй стало легше дихати, тобто можливість виразити думки і почуття через малюнок для дитини є найкращим способом зняття захисних механізмів. Робота з малюнками дельфінів дозволила встановити контакт з дівчинкою, почати спілкування, переживання інсайта і вирішення емоційних конфліктів.

Хлопчик Олег І. проявляє вербальну агресію, має труднощі у спілкуванні, незадоволений своєю зовнішністю та має недостатньо розвинуті вміння встановлювати взаємостосунки з іншими, у спілкуванні з однолітками відчуває напругу, схильний до стресу, наявні почуття відчаю та провини. Проводилась індивідуальна робота, в якій використані були заняття з малюнками дельфінів з метою вираження прихованих почуттів, відреагування агресивних тенденцій, мобілізацію внутрішніх резервів психіки дитини. Після проведення занять спостерігалися зниження напруги, усвідомлення почуттів, зниження рівня агресивності.

Виходячи із результатів апробації зазначеного методу «Ізо-дельфінотерапія» ми можемо рекомендувати його в діагностичній та психотерапевтичній роботі під час психологічного супроводу дітей та підлітків в умовах рекреаційного закладу.

****Даний метод захищено авторським правом і одержав відповідне Свідоцтво.**

Список використаної літератури

1. Дозорцева Е.Г. Психологическая травма у подростков с проблемами в поведении – М.: Генезис, 2006.

2. Дональд Калшед Внутренний мир травмы. – Екатеринбург: Изд-во «Деловая книга», 2001.

3. Кунерт К. Дельфинотерапия о целебной силе дельфинов. Научное подтверждение чуда / К. Кунерт. — Диля, 2013. – 256 с.

4. Лысенко В.И., Загоруйченко И.В., Батозский Ю.К. Использование дельфинотерапии в реабилитации детей / В.И. Лысенко, И.В. Загоруйченко, Ю.К. Батозский // Матер. VI Конгресса педиатров России «Неотложные состояния у детей». – Москва, 2000. – С.177-178.

5. Симоненко С.М. Психологія візуального мислення: стратегіально-семантичний підхід / С.М.Симоненко – Одеса: ПНЦ АПН України, 2005. – 320 с.

6. Симоненко С. М., Грек О.М. Візуальна креативність: діагностика та комп'ютерні технології розвитку: монографія / С. М. Симоненко, О.М. Грек. – Одеса: Фенікс, 2010. – 200 с.

7. Симоненко С.Н. Рекреационная психология детства: достижения и перспективы / С.Н.Симоненко, Е.Н.Грек, Е.Н.Костюнина, И.В.Леженко // Наука і освіта.-2014.- №12СХХІХ-С.1-7

8. Федоров А.Ф., Жбанов А.В., Козунова Р.О. Дельфинотерапия: Уникальные возможности медицины нового века / А.Ф. Федоров, А.В. Жбанов, Р.О. Козунова.- СПб: Вектор, 2010. – 160 с.

9. Филиппчев А. Лечение с помощью дельфинов (дельфинотерапия) / А.Филиппчев [электронный ресурс]. – ЛитРес, 2013. – 130 с.

10. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 1995.

11. Шапарь В. Б., Шапарь О. В. Практическая психология. Проективные методики. / В. Б. Шапарь, О. В. Шапарь. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 480 с.

12. Яценко Т.С. Основы глубинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: Навч.посіб.- К.:Вища школа,2006.-382с.

ДО ПОБУДОВИ НОВОЇ МОДЕЛІ СУЧАСНОГО ДИТЯЧОГО ОЗДОРОВЛЕННЯ ТА ВІДПОЧИНКУ

Щубелка Н.В.

Створення ефективної системи дитячого оздоровлення та відпочинку, належить до пріоритетних завдань соціальної політики держави. Сьогодні в Україні прийнято низку документів, що визначають нормативно-правовий аспекти соціальної політики держави в сфері дитячого оздоровлення та відпочинку. Зокрема, розроблена концепція Державної цільової соціальної програми оздоровлення та відпочинку дітей і розвитку мережі дитячих закладів оздоровлення та відпочинку на період до 2017 року метою якої є удосконалення системи оздоровлення та відпочинку дітей, збереження та розвиток мережі дитячих рекреаційних закладів.

У своїй більшості, сучасні дитячі рекреаційні заклади, це колишні піонерські табори. У першій половині 90-х років в Україні кількість дитячих рекреаційних закладів зменшилась. Частина дитячих таборів були перепрофільовані, частина, в силу низького рівня освітньо-оздоровчих програм та матеріально-технічного забезпечення, не змогли в повному обсязі виконувати функції дитячого рекреаційного закладу. Сьогодні найкращі результати діяльності з оздоровлення дітей мають заклади стаціонарного типу, до яких відносяться позаміські дитячі оздоровчі заклади. Згідно закону України «Про оздоровлення та відпочинок дітей», позаміський заклад оздоровлення та відпочинку функціонує протягом року, сезонно або під час канікул, діти в ньому перебувають цілодобово. Заклад повинен мати спеціально відведену територію, що знаходиться в курортній або заміській зоні, матеріально-технічну базу, що відповідає санітарно-гігієнічним нормам, кадрове забезпечення для організації оздоровлення.

В умовах сучасності діяльність дитячих оздоровчих закладів потребує коректив. Трансформація суспільства сприяла виникненню суперечностей між традиційними підходами до організації дитячого відпо-