

ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ

ПАНСИОНАТ ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ ТРУДА №31

Ю.Г. Гунина

О.В. Архипова

**АНИМАЛОТЕРАПИЯ
В РАБОТЕ С ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ
В СТАЦИОНАРНЫХ УСЛОВИЯХ
(на базе Пансионата для ветеранов труда № 31)**



Москва
2010 год

0

СОДЕРЖАНИЕ

Введение в анималотерапию	3
История возникновения и развитие анималотерапии.....	5
Виды анималотерапии.....	7
Работа с образами животных.....	10
Животные, используемые в анималотерапии.....	12
Функции анималотерапии в психическом здоровье пожилых людей, проживающих в стационарных условиях.....	17
Анималотерапия в Пансионате для ветеранов труда № 31. Практические рекомендации психологам проведения занятий по анималотерапии.....	21
Литература.....	25
Приложения.....	26

От авторов

Постоянно растущие требования к специалистам, работающим в сфере социального обслуживания населения, приводят к необходимости апробации и использования новых активных направлений в работе с резидентами стационарных учреждений, призванных решать проблемы адаптации и комплексной реабилитации. Одним из таких ресурсных направлений в геронтологической практике, на наш взгляд, является анималотерапия, оказывающая положительное воздействие на психоэмоциональное состояние пожилых людей и людей с ограничениями здоровья.

В данном методическом пособии отражен накопленный опыт сотрудников Психологической Службы Пансионата для ветеранов труда № 31, который может быть использован другими специалистами для улучшения качества жизни пожилых людей в стационарных условиях.

С уважением,

Ю.Г. Гунина, О.В. Архипова

Введение в анималотерапию

На данный момент существует множество видов психотерапии, и среди этого многообразия можно выделить те из них, в которых искусство и природа выступают как терапевтический фактор, в том числе, например, *натуртерапия* – использование природы в качестве самостоятельного терапевтического метода. Некоторые психологи и психотерапевты выделяют в качестве самостоятельной и такую часть натуртерапии как *анималотерапию*, которую можно определить как вид психотерапии, использующий животных и их образы для оказания психотерапевтической помощи (Н.Л. Кряжева, К. Аллен, О.Р. Арнольд, С. Баркер, Дж. Гаммонли и др.). Но целесообразность выделения лечебного влияния природы в качестве самостоятельного психотерапевтического метода признается не всеми. Так, Д.Б. Карвасарский считает, что многие авторы, не отрицая положительного эмоционального воздействия природы, реализуют его лишь как фон для психотерапии, а не как саму психотерапию, которая невозможна без информации, передаваемой речью. Мы считаем, что в работе с пожилыми людьми в стационарных условиях, рациональным является использование анималотерапии как самостоятельного метода.

Анималотерапия как вид оказания психологической помощи получил довольно широкое распространение за рубежом и начал применяться в России. Так, проводимые в Швейцарии и в Нью-Йорке Международные конференции «Взаимодействие людей и животных» привлекают все большее внимание и отмечены все большим участием со стороны психологов и психотерапевтов.

Количество домашних животных в любом обществе впечатляет. Так, например, количество собак в США равняется 55 миллионам, а количество кошек – 60 миллионам. Даже бездомные люди часто умудряются обеспечивать своим животным надлежащий уход за то тепло и принятие, которое они получают взамен и которое является очень важным для этих людей. Животные (или их образы) часто появляются в искусстве: комиксах, открытках, сказках, фольклоре, музыке, фотографии, кино. Так, уже в средневековой трагической истории умирающего от тоски в разлуке с Изольдой рыцаря Тристана возвращает к жизни собака Пти-Крю. Сейчас, когда наша жизнь немыслима без телевидения, ведущее место в рейтингах занимают передачи о животных. По мнению многих исследователей, мы практически достигли той стадии, когда терапия с использованием животных является реальной альтернативой уже хорошо известных видов психотерапии.

Значение животных для самочувствия людей становится все более очевидным. Условия жизни в современном обществе приводят ко все возрастающему числу депрессий, стрессовых состояний, одиночеству и к различным заболеваниям. И в этой ситуации, как считают многие психологи и психотерапевты, может помочь общение с животными и основанная на этом терапия.

Анималотерапия тесно связана с зоопсихологией и этологией. От зоопсихологии этот метод получает знания о психике животных, их возможностях в осуществлении терапевтических задач, а наблюдения этологии используются для обучения людей безопасному взаимодействию с окружающим миром.

История возникновения и развития анималотерапии

Анималотерапию часто называют нетрадиционным методом, который, тем не менее, имеет давнюю историю. Так, в еще только формирующемся первобытном обществе, вера в могущество животного-тотема заставляла людей соблюдать определенные нормы и правила, регулировала общение и являлась одним из источников благополучия и покоя. Священные амулеты носили на теле, как символ покровительства и успеха; ритуальные танцы помогали снять злость, агрессивность после неудачной охоты или, напротив, подзарядиться энергией; обращенные к могущественному животному заклинания и причитания над больным человеком – все это отчасти прообразы анималотерапевтических приемов.

Подобное отношение людей к животным способствовало расширению возможностей эмоционального отреагирования страхов, агрессивности, чувства беспомощности и одиночества, снимало психическое напряжение, позволяло переживать изменения и искать ресурсы в самих себе, давало успокоение и уверенность. Можно сказать, что животные и их символы были одними из первых психотерапевтов, оказывали психологическую помощь человеку.

Еще древние целители рекомендовали при неврозах холодный душ, ходьбу босиком и общение с природой. В 5 веке до н.э. Гиппократ заметил влияние окружающей природы на человека и говорил о пользе лечебного общения с животными. Он же отмечал, и психологический эффект занятий с животными. Он советовал общаться с животными меланхоликам, поскольку это освобождает человека от «темных мыслей» и вызывает «мысли веселые и ясные». Древние греки примерно три тысячи лет тому назад обнаружили способности собак помогать людям справляться с различными недугами, и египтяне использовали животных (в основном кошек) в тех же целях.

История анималотерапии – это развитие двух основных направлений: анималотерапии как самостоятельной технологии и анималотерапии как одной из составляющих процесса терапии. Сохранились документы, свидетельствующие о том, что уже в 1792 году в больнице для душевнобольных в Йорке (Англия) животные использовались как часть терапевтического процесса. Больные общались с ними, ухаживали за ними, и было отмечено положительное влияние подобных методов на поведение людей и эффективность лечения.

В течение нескольких веков в США и других странах Европы использовался успокаивающий и развивающий эффект взаимодействия с животными пациентов психиатрических клиник и приютов.

Н.Л. Кряжева упоминает о том, что еще в царской России во всех учебных заведениях студенты и лицеисты на обязательных условиях работали с животными, что, было одним из основных факторов, оказывающих положительное влияние на характер и психику [7].

После Второй Мировой войны американские врачи Красного креста заметили, что в госпиталях, где собакам не возбраняется гулять по территории, процесс выздоровления шел более успешно. Тогда же животные начали использоваться в домах престарелых. При этом отмечалось, что пожилые люди становились более активными, больше интересовались жизнью.

Как самостоятельный метод анималотерапия начинает приобретать популярность со второй половины двадцатого века. Так, пионером этого метода считается Борис Левинсон, канадский детский психиатр, который начал использовать свою собаку в терапевтических сессиях в 1962 году. Основываясь на собственных наблюдениях за взаимодействием своих пациентов с собакой, он сделал вывод о том, что животное служит связующим звеном между ним и его пациентами, обеспечивает чувство безопасности и ускоряет терапевтический процесс. Б. Левинсон обнаружил, что применение анималотерапии оправданно в работе с необщительными, скованными, замкнутыми людьми, а также страдающими шизофренией [1].

В настоящее время анималотерапия получила довольно широкое распространение за рубежом. В США, Великобритании, Канаде, Франции появились организации, которые занимались оказанием психотерапевтической помощи с использованием животных, называя свой метод «терапия с помощью животных» (Animal Assisted Therapy). С 1999 году Вашингтонским университетом были разработаны и внедрены практические терапевтические программы в медицинские учреждения, психиатрические клиники, дома престарелых. В терапии людей с физическими или психическими проблемами используют различных животных и птиц: собак, кошек, гвинейских свинок, кроликов, лошадей, коз, осликов, попугаев, канареек, цыплят и лам. В программе принимают участие терапевты, медики, социальные работники, психологи. Подобные проекты в немалой степени содействует популяризации анималотерапии, в том числе и в России. В нашей стране существует опыт использования данного направления детских психиатрических стационарах. В Москве и Санкт-Петербурге энтузиасты со своими собаками и кошками приходят в больницы к безнадежно больным и старикам.

Виды анималотерапии

Как и у всякого метода, у анималотерапии есть свой инструментарий – это символы животных: образы, рисунки, сказочные герои, игрушки – и настоящие животные, общение с которыми безопасно.

Деятельность с участием животных может быть *пассивной* или *активной*. В качестве примера *пассивной* можно привести наблюдение за аквариумными рыбками или зверями в вольерах; при этом больные люди не контактируют непосредственно с животными, а получают ощутимую пользу просто от их присутствия - например, если в реабилитационных палатах для пожилых людей есть клетки с птицами, то уровень депрессии у них снижается. Общение с природой, "растворение в ней", также близко к этой форме общения с животными. При *активной* деятельности с участием животных клиенты играют с ними или за ними ухаживают. Этот тип предназначен для тех, кто с помощью животных может улучшить свое качество жизни, прежде всего, облегчая страдания, вызванные одиночеством. Это могут быть пожилые люди, живущие одни или в домах престарелых, хронические больные [10].

Анималотерапия делится на виды по двум критериям. Первый критерий, на который указывает Н.Л. Кряжева, - это целенаправленность использования животных и их образов. В этом случае мы можем говорить о двух видах анималотерапии: *направленной и естественной (или ненаправленной)* [7].

Терапия с участием животных является целенаправленным вмешательством, при котором животное является полноправным участником лечебного процесса и от него во многом зависит терапевтический эффект. Для такой терапии нужны не только специально подготовленные животные, но и особо обученный персонал. В идеале в ней принимают участие тренер или дрессировщик, врач (или, в крайнем случае, медработник со средним медицинским образованием) и психолог.

Кроме того, направленная анималотерапия, в свою очередь, подразделяется на виды в зависимости от того, какие именно животные используются. Второй критерий – это то, используются ли сами животные или только их образы.

Ненаправленная анималотерапия

Взаимодействие с животными в домашних условиях без осознания или целенаправленного понимания их терапевтического значения может быть обозначено как *естественная (или ненаправленная) анималотерапия*. Собственно, исследования в области анималотерапии начались именно с

изучения взаимоотношений людей со своими домашними животными и психологической пользы, которую это им приносит, на этих взаимоотношениях основана и направленная терапия. Этот вид анималотерапии оказывается наиболее эффективным для детей и пожилых людей, которые зачастую являются самыми уязвимыми категориями в плане социализации и эмоционального благополучия. Анималотерапия может способствовать преодолению одиночества, улучшить психологическое состояние пожилых людей. Так, К. Аллен указывает на то, что с возрастом может быть гораздо труднее справляться с трудностями и изменениями, происходящими в жизни. Выход на пенсию, смерть друзей, многочисленные болезни – вот лишь несколько примеров жизненных кризисных периодов, переживаемых в старости. И значение животных для психологического благополучия этих людей было темой многих исследований, которые подтвердили эффективность ненаправленной анималотерапии. Например, в 1981 году А. Кидд и Н. Фелдман в ходе своего исследования выявили, что пожилые люди, у которых были животные, демонстрировали большую независимость и оптимизм, чем их сверстники, у которых животных не было [10].

Поскольку одиночество рассматривается как один из худших аспектов пожилого возраста, исследовались также и отношения пожилых людей к своим животным. Так, в 1991 году Перетти изучил 128 пожилых людей и выяснил, что многие из них говорили о животных как о лучших или единственных друзьях. Более того, они полагали, что их эмоциональная связь с собакой так же сильна, как и связь со значимыми людьми. Наиболее важными аспектами этих отношений выступают для них дружелюбие животных, их преданность и безусловное принятие. Кроме того, собаки, в отличие от людей, прямо выражают свое отношение без использования социальных условностей и барьеров. Для этих людей необходимость в принятии и взаимоотношениях восполнялась собаками, что, считает К. Аллен, и позволяет сделать вывод о том, что животные способны обеспечить поддержку в преодолении трудностей, связанных с наступлением старости. Исследование П. Рейна проводилось с целью изучить, являются ли домашние животные и общение с ними фактором улучшения психологического состояния пожилых людей, и есть ли связь между социализацией пожилых людей и присутствием или отсутствием домашнего животного. Исследовалась группа людей в возрасте 65 лет и старше (средний возраст 75 лет). В результате выяснилось, что владельцы животных чувствовали себя намного лучше, чаще поддерживали близкие отношения другими людьми и были более активны, чем те, кто не общался с животными.

Итак, животные могут помочь преодолеть чувство одиночества у пожилых людей и справиться с другими проблемами, связанными с наступлением старости. Так же ненаправленная анималотерапия может помочь в развитии у них: 1) чувства доверия через обеспечение безусловного принятия и любви, а также могут служить как переходный объект; 2) чувства независимости и инициативности, терпения и самоконтроля; 3) чувства собственной значимости и компетентности, самооценки; 4) эмпатии [13].

Направленная анималотерапия

Процесс целенаправленного использования животных и (или) их символов по специально разработанным терапевтическим программам получил название *направленной анималотерапии*. Этот вид анималотерапии использует специально обученных животных, а не животных пациента. Опытный терапевт наблюдает за взаимоотношениями клиента и животного и использует их для достижения долгосрочных терапевтических эффектов. Этот вид анималотерапии включает в себя и посещения животными людей для улучшения их эмоциональной сферы. Здесь может использоваться и собственное животное клиента, которое, например, разрешается привести в больницу. Терапевт определяет, какое животное лучше использовать в работе с данным клиентом, и какой эффект может быть при этом достигнут.

“Животные-визитеры”, “Собаки-терапевты”, “Животные-терапевты” – вот лишь некоторые из названий программ, в которых животные помогают людям, просто навещая их. Участники этих программ используют различные названия для обозначения различных аспектов своей работы. Чаще всего используется термин “терапия с использованием животных” (“Animal Assisted Therapy”), которая включает, в основном, использование одного животного и терапевта для работы с одним клиентом для достижения определенных целей. Также используется и термин “деятельность с участием животных” (“Animal Assisted Activities”).

В зависимости от того, какие животные используются, направленную анималотерапию в свою очередь можно разделить на несколько видов: иппотерапия (использование лошадей и верховой езды), дельфинотерапия, канистерапия (использование собак), феллиноотерапия (использование кошек), орнитотерапия (использование птиц) и терапия с использованием других видов животных, не столь распространенных в психотерапии. При этом разные виды анималотерапии могут использоваться для оказания терапевтической помощи разным категориям людей.

Работа с образами животных

Зачастую в психотерапии используются не только сами животные, но и их образы. Например, просмотр фильмов о животных или с участием животных - прекрасный способ расслабления, отдохновения и отключения от ситуации. Нельзя забывать и о целебной силе фотографий, скульптур, рисунков и прочих изображений животных. Для здоровья полезно не только любоваться картинками и фигурками, а делать их самим: рисовать, лепить, фотографировать. Положительное действие так же оказывает чтение или прослушивание рассказов о животных. Именно поэтому анималотерапия стала столь популярной: ее могут применять даже те, кто по каким-то причинам не в состоянии завести четвероногого друга [13].

В психотерапии используются как лечебное средство и звуки животных. Так, еще в Древней Индии «прописывали» в качестве лекарства прослушивание птичьего пения. Ученые считают, что каждый психотерапевтический кабинет должен быть оснащен стереофонической аудиосистемой для создания необходимого звукового фона, в котором в числе прочих должны присутствовать и звуки природы.

Работа с образами животных включена во многие виды психотерапии. И тут нельзя не вспомнить о психотерапии, построенной на метафорах. Как пишет Б.Д. Карвасарский, этот вид психотерапии и прикладной психологии использует метафору как основное лечебное средство. В истории развития культуры метафоры использовались как приемы, при помощи которых развивались и передавались идеи. Шаманы, древние философы и проповедники – все они в сходной манере сознавали и применяли силу метафоры. Например, когда какая-нибудь история предъясняется слушателю (в психотерапии – клиенту) с намерением оказать помощь в разрешении психологически трудной ситуации, эта история становится метафорой. Психотерапевтические метафоры – это способ решения психологических проблем через термины, принадлежащие другой области. Образы животных – ценный материал для построения метафор [1].

Используются образы животных и в сказкотерапии. В русских народных сказках, использующих образы животных, представлен ценнейший опыт общения и взаимодействия, опыт разрешения труднейших загадок, которые порой ставит перед человеком жизнь. В них явно прослеживается включение знаний о животном мире в систему образных средств характеристики человека, расширение и углубление знаний о самом человеке посредством сравнения и сопоставления. В основе сравнения и сопоставления лежат признаки сходства по общему впечатлению, а также по

психологическим особенностям. Сказки о животных хороши тем, что в них отсутствуют прямые нравоучения, назидания, их герои – не люди, что исключает построение прямых аналогий, а в метафорической форме показываются ситуации и проблемы, которые переживает в своей жизни каждый человек, позволяет расширить картину видения мира и увидеть такие решения проблемы, о которых человек, возможно, и не подозревал, вселить в него веру в благополучный исход. Вместе с тем жизнеутверждающий настрой сказок, в которых добро побеждает зло, дает возможность показать, как можно преодолеть возникающие трудности и опасности [1].

Кроме того, используются образы животных и в куклотерапии, в частности, в работе с теневыми куклами, преимущественно в работе над страхами. Реализуя страх в виде такой куклы, человек овладевает ситуацией, и материализованный в кукле страх лишается своей эмоциональной напряженности, своей пугающей составляющей. Можно делать со своей куклой-страхом все, вплоть до полного уничтожения. В этом и состоит коррекционный смысл теневых кукол.

Животные, используемые в анималотерапии

Канистерапия. Вид анималотерапии с использованием собак получил название канистерапии. Канистерапия используется в работе с различными категориями людей. Очень часто собаки работают в домах престарелых. Как отмечает М. Когоушек, собака позволит надолго умерить страх, депрессию, напряжение, снизить рассеянность и мобилизовать двигательные функции жильцов подобных учреждений. Неразговорчивые начинают больше говорить, а люди с эмоциональной некомпетентностью (приобретенной или врожденной) начинают проявлять способность реагировать на животных с неожиданным чувством и пониманием [9].

Фелинотерапия - терапевтическое воздействие кошек. Кошки скрашивают одиночество, успокаивают, снижают артериальное давление. Их биополе стабилизирует работу сердца, снимает суставные и головные боли, стимулирует быстрое заживление травм, лечит внутренние воспалительные заболевания. Кошка – великолепный энергоинформационный прибор, угадывающий больные места своего хозяина. Когда в организме происходят какие-то нарушения, когда возникают боли, это свидетельствует об изменении энергетического потенциала на каком-то участке тела. Вот это изменение потенциала великолепно ощущает кошка [7].

Длительная дружба с кошкой укрепляет иммунную систему и способствует здоровью и долголетию. Мурлыканье кошки - это определённые звуковые колебания (частота от 20 до 50 Герц), стимулирующие процесс исцеления. Мурлыканье способствует повышению защитных сил организма, ускоряет заживление ран, в результате воздействия звуковых колебаний такой частоты повышается плотность костей, что способствует сращиванию переломов.

Если использовать кошку как грелку, то она облегчает состояние при артрите. Кошки хорошо успокаивают нервы. Надо только погладить Мурку по шерстке, и напряжение пройдет. Эта же процедура снижает кровяное давление и нормализует пульс. Кошки очень хорошо снимают стресс. Эти хвостатые «доктора» хорошо действуют на психику пожилых людей. Кошка избавляет от сосредоточенности на самом себе [13].

Рыбки. Разведение рыбок – разновидность современной анималотерапии, которая обладает своими особенностями, но также представляет собой способ лечения больных людей. В последнее время увлечение людей рыбками возросло и укрепилось, став и хобби, и наукой, и культурой времяпрепровождения, и способом психологической разгрузки.

Исследователями доказано, что лечебный эффект наступает при таких заболеваниях, как нейродермит (наблюдение за обитателями аквариумов притупляет нестерпимый зуд кожи); бронхиальная астма и простуда (вода, испаряясь, делает воздух в помещении более влажным, что облегчает дыхание больным людям); истерия, эпилепсия, болезнь Альцгеймера (весьма серьезное заболевание, которое поражает людей в пожилом возрасте) [1].

В этой связи интересны результаты исследований, проведенных профессором университета Пэрдью в штате Индиана (США) Нэнси Эдварде. На протяжении долгого времени она наблюдала за состоянием 60 пациентов с болезнью Альцгеймера (ее еще называют старческим слабоумием), в палаты которых медики поставили аквариумы с рыбками. У всех больных значительно улучшились самочувствие, аппетит, восприятие окружающей действительности стало более адекватным. Даже агрессивность, присущая людям с этим страшным диагнозом, заметно ослабла.

Созерцание аквариумных рыбок является эффективным практически при всех видах стресса: стабилизируется состояние нервной системы, нормализуется кровяное давление, устраняется бессонница, преодолевается «синдром навязчивых состояний».

Хорошо помогает созерцание неспешно плавающих рыбок при некоторых сердечно-сосудистых заболеваниях, в частности, при стенокардии.

Известный специалист по анималотерапии, как Б. В. Шеврыгин, утверждает, что наблюдение за аквариумными рыбками помогает при лечении больных неврастенией, психастенией, истерией, или при испуге, неврозе навязчивых состояний. Созерцая, человек эмоционально «разряжается», избавляется от тяжелых мыслей, отвлекается от проблем.

Но не только рыбки способны врачевать человеческие недуги. Созерцание подводных ландшафтов, оказывается, тоже прекрасно снимает стресс и поднимает настроение. Рыбы при этом играют второстепенную роль, они лишь вносят элемент динамики в незабываемо прекрасный подводный пейзаж. Ученые отмечают, что наличие аквариума создает в доме особый уют – в том числе психологический.

Орнитотерапия. В анималотерапии птицам отводится, может быть, не такое почетное место, как собакам, кошкам и лошадям, но вклад пернатых – больших и маленьких – в исцелении человека достаточно велик и потому заслуживает отдельного внимания.

Лечебный эффект при общении с птицами связан с психологическим настроением: простое созерцание веселых, щебечущих пташек надежно

предохраняет от хандры, меланхолии, депрессивных состояний. А прослушивание их прекрасных трелей и мелодий — замечательное средство от многих нервных болезней, переутомления и апатии. Мелодичный птичий щебет поднимает настроение, делает нас спокойнее и радушнее, становится радостнее жить. Еще во второй половине XX в. голоса птиц стали записывать на магнитофонные пленки и грампластинки. С тех пор некоторые невропатологи рекомендуют своим пациентам прослушивать птичий щебет во время отдыха, или перед сном — это помогает успокоиться и расслабиться. Безусловно, лучше всего услышать птичье щебетанье в лесу или в парке. Там можно получить еще и порцию так необходимого свежего воздуха, что лишь усиливает эффект анималотерапии [1].

Кроме того, лечение благодаря птицам удачно при целом ряде заболеваний: сердечно-сосудистых (в том числе при пороке сердца и после перенесенного инфаркта миокарда); легочных; гипертонии и пр. Особенно эффект заметен, если в помещениях много зеленой растительности, среди которой птицам приятно и привычно находиться.

Попугаи, канарейки, щеглы оказываются «целителями» при депрессивных состояниях у пожилых людей, помогают не впасть в уныние лежачим больным. Так, американские медики подметили: если в больничной палате установлены клетки с певчими птицами, пациенты чувствуют себя значительно лучше, избавляются от неврозов, навязчивых страхов и депрессий.

Орнитотерапия успешно зарекомендовала себя при лечении людей с пограничными расстройствами психики (так ныне называют неврозы) и расстройствами адаптации.

Общение с пернатыми питомцами помогает легче пережить чувство одиночества и преодолеть психологический барьер, нередко возникающий у тех, кто оказывается в домах престарелых. Птицы могут стать настоящими друзьями пожилых людей.

По словам И. Макеевой, положительный эффект такой терапии особенно заметен в период адаптации к новым условиям. Многие люди ухаживали за птичками у себя дома, и продолжение привычных занятий на новом месте для них — лучшее лекарство от стресса [1].

Благоприятное действие, как уже указывалось выше, оказывает прослушивание звуков живой природы. Данная методика разработана сотрудниками Института проблем экологии и эволюции им. А. Н. Северцова Российской академии наук, для того чтобы сгладить отрицательные последствия урбанизации на нервную систему, помочь современному человеку

справиться с многочисленными стрессами. В ее основе лежит идея о благотворном влиянии птичьих голосов на человека. Предлагаемые композиции могут быть составлены из соловьиных трелей, утиногo кряканья, криков журавля и пения кукушки. Компонировка произведена специалистами-биоакустиками по определенной системе, которая способствует максимальному расслаблению пациентов. Зачастую звуки птиц komponуются с классической музыкой, церковным пением или колокольным звоном. Иногда добавляется мычанье коров и кваканье лягушек. Человеческий голос в композициях почти не присутствует. Эта методика позволяет эффективно снять напряжение, боль, заряжает пациентов энергией.

Орнитотерапия — это не только слушание певчих птиц. Люди, подкармливающие диких птиц на улице, светлеют душой, глядя на пернатых созданий. Наблюдение за поведением птиц вызывает приятные эмоции, поднимает настроение, отвлекает от мрачных мыслей.

Некоторые ученые полагают, что лечебное воздействие птичьего пения на людей определяется тем, что каждый орган человеческого тела имеет собственную, присущую только ему частоту колебаний; однако все эти частоты лежат в границах диапазона птичьих голосов. Следовательно, всем органам (в том числе, больным), когда птицы поют, подходит их собственный «камертон», заставляющий колебаться в унисон слышимой мелодии.

Правильные, ритмичные колебания больного органа нормализуют обменные процессы, происходящие в нем, поэтому быстрее наступает исцеление. Возможно, в этом и состоит разгадка того явления, что среди любителей певчих птиц сравнительно мало людей, страдающих различными недугами. Те, кто живет в окружении птиц, реже болеют. И живут дольше — это непреложный факт, установленный учеными-геронтологами.

Любители птиц, как правило, более активны и организованны, среди них мало полных и, тем более, тучных.

Расстройства и болезни сердечно-сосудистой системы эффективно лечатся при прослушивании птичьих голосов, характеризующихся ритмичными повторениями; это могут быть песни канареек, зябликов, певчих дроздов, овсянок. При хронической усталости, неврозах, потере аппетита, бессоннице помогает голосистое пение щегла (или чижа). Мелодии зарянки снимают спазмы внутренних органов, устраняют сердечную, головную и суставную боль. Много самых разных человеческих недугов лечится с помощью птичьего пения, а также созерцанием замечательных созданий природы.

Использование других животных в ходе психотерапии. Также в анималотерапии используются кошки, кролики, морские свинки и т. д. В

европейских странах ламы часто используются для посещения больниц и домов престарелых вместо лошадей, потому что на ногах у них подушечки вместо копыт и они производят гораздо меньше шума, что немаловажно при работе с пожилыми людьми. В Германии более половины невропатологов и психотерапевтов рекомендуют своим пациентам, которые жалуются на отсутствие контактов с другими людьми или склонны к депрессии, завести у себя дома пушистого зверька. Она поглощает страхи, удовлетворяет потребность человека в тепле, защищенности и доверии. Даже легкое прикосновение к этому зверьку выравнивает кровяное давление у гипертоников и гипотоников. Когда человек гладит животное, в его центральной нервной системе появляются дельта-волны удовольствия, которые оказывают влияние на появление положительных эмоций, хорошее настроение. Группа экспертов, проводившая исследования по заказу министерства здравоохранения США, определила кошку в "разряд средств, применяемых против стрессовых состояний". Выяснилось, что кошки способны даже предотвратить инфаркт [13].

Функции анималотерапии в психическом здоровье пожилых людей, проживающих в стационарных условиях

Доказано, что факт институционализации (переход пожилого человека на постоянное жительство в какой-либо стационар, например, в пансионат, и дальнейшее его там проживание) является критическим моментом в его жизни [6]. Исследования выявляют высокий уровень ситуативной тревожности у пожилых резидентов в первые дни как отражение травмирующей ситуации переезда в геронтологические стационары; более высокий уровень личностной тревожности у поступивших в дома-интернаты как результат негативного отношения к условиям пребывания; повышение уровня личностной и ситуативной тревожности у находящихся в домах-интернатах через шесть месяцев пребывания как следствие негативного влияния условий учреждения (*Дементьева Н.Ф., Шаталова Е.Ю., 1985; Дементьева Н.Ф., 1998*).

Известно, что адекватное функционирование пожилого человека и его восприятие зависят от полноты объема поступающей сенсорной информации. Снижение этого объема может вызвать нарушения психической деятельности у пожилых людей, что в психологии названо сенсорной депривацией. Есть несколько объяснений появления этого негативного для пожилого человека феномена. В частности, предполагается, что сенсорная депривация связана с деменцией или усугубляется наличием последней (*Ричман, 1969*). Кроме того, она бывает результатом естественного ухудшения функции периферических органов чувств, наступающего с возрастом.

Еще одно объяснение заключается в явлении госпитализма, который является следствием общежития, казенного окружения и унифицированного обеспечения, для которого характерны регламентированность деятельности учреждений, монотонный образ жизни, отсутствие уюта, ограниченность связей с внешним миром, бедность впечатлений, скудность, недостаток личного пространства, скудность выбора занятий пожилых людей, зависимость от персонала, гиперопека и зависимость от окружающих, ситуационное устранение резидентов от решения жизненно важных проблем. В результате этих негативных воздействий у резидентов появляются невротические состояния, депрессивная пассивность перемежается взрывными аффективными проявлениями [5].

В пожилом и старческом возрасте возникает множество причин для переживания чувства одиночества. «В смерть каждому приходится уходить

одному», - писал С. Михоэлс. Может быть, боязнь смерти отражает представление о ней как о полном, бесповоротном и окончательном одиночестве [14]. Проводимые исследования одиноко живущих пожилых и старых людей, требующих стационарной медико-социальной помощи выявили, что чувство одиночества часто испытывают более трети респондентов, причем, с возрастом доля таких людей растет (*Биксон, 1989; Гехт И.А., 2001*).

Длительное проживание в однообразных условиях дома-интерната также негативно сказывается на личности пожилых людей, которые становятся малоинициативными, апатичными, безразличными; у них возникают черты, нивелирующие личностные особенности, подчеркивающие ограничение их интересов и желаний [3]. В состоянии апатии у проживающих наблюдаются признаки агрессии, злости, чувства бесцельности существования, нерешительность, отрицание своих чувств, отсутствие воли, отказ от помощи, игнорирование собственных потребностей, безразличие [11].

Как видим, у пожилых людей, проживающих в стационарных условиях достаточное количество проблем, обусловленных внутренними и внешними факторами. Мы считаем, что такое ресурсное направление как анималотерапия может эффективно помочь разрешить большую их часть.

Анималотерапию сегодня называют по большей части активной или вспомогательной лечебной терапией при помощи животных. Особенно эффективен этот метод при лечении пожилых людей. Животные, обитающие на территории хосписов, скрашивают жизнь безнадежно больных.

С. Баркер, Д. Дрейпер и Дж. Меллон, описали способность животных демонстрировать принятие и создавать безопасную обстановку в ходе терапевтических сессий уже своим присутствием, служить в качестве отвлекающего объекта, когда пациент обсуждает что-то болезненное для себя. Супруги Корсоновы, физиологи высшей нервной деятельности, доказали, что домашние животные, прежде всего собаки и кошки, улучшают когнитивные (познавательные) функции у пожилых людей и положительно влияют на их здоровье.

Почти все исследования показали заметное снижение уровня депрессии благодаря животным. Так, пациенты в психиатрических клиниках демонстрировали более быстрое улучшение, когда в клинике присутствовали певчие птицы, а пациенты с болезнью Альцгеймера лучше проходят процесс социализации, если в терапии участвует собака. Животные также помогают преодолеть негативные последствия изоляции, одиночества и депрессии.

Контакты с животными и растениями являются тем дополнительным каналом взаимодействия личности с окружающим миром, который может способствовать адаптации пожилых людей к стационарным условиям, их психической и социальной реабилитации. Большую роль взаимодействие с миром природы играет в домах-интернатах для пожилых людей, лишенных постоянного общения со своими близкими. Во взаимодействии с любимым животным человек получает соответствующий коммуникативный партнерский опыт, который порой другим путем он получить не может. Проблемы, возникающие в связи с его содержанием, становятся катализатором общения с другими людьми. Взаимодействие людей с животными может существенным образом способствовать гармонизации их межличностных отношений. Учеными выявлено, что тревожность и конфликтность в семьях, где содержатся животные, существенно ниже, чем в семьях, где животных нет.

Р. Вуд выделил домашних животных как важный вид поддержки пожилых людей, страдающих *от деменции* [6]. Например, оказывается, что даже просто наблюдение за аквариумными рыбками способствует снятию стресса у пожилых людей. Для этого применялся контролируемый эксперимент: первая группа рассматривала рыбок в аквариуме; вторая группа смотрела видеозапись рыбок в аквариуме; третья группа смотрела видеозапись иного содержания. Испытуемые всех трех групп указали, что испытали релаксацию. Однако результаты показали, что только у испытуемых первой группы снизилась частота пульса, понизилось мышечное напряжение, возросла температура кожи. Это дает возможность практического использования этого метода для пожилых людей, страдающих от деменции. Таким образом, взаимодействие с животными может снимать стресс, нормализовать работу нервной системы, психики в целом.

Потребность в компетентности, выражаемая формулой "я могу", является одной из важнейших потребностей человека. Люди очень комфортно чувствуют себя в ситуациях, в которых компетентны, и очень дискомфортно в тех, где некомпетентны, вплоть до того, что стараются их избегать. Чем большее количество сфер деятельности "отмечено" его компетентностью, тем выше самооценка человека, благоприятнее "образ Я". Взаимодействие с миром природы может являться дополнительным каналом удовлетворения этой потребности, позволяет существенно повысить самооценку и тем самым благоприятно влияет на людей, имеющих трудности в социальной адаптации.

Невозможность самореализации приводит к глубочайшему личностному кризису. Взаимодействие с природой позволяет опосредованно

удовлетворить эту потребность в квази-форме. Когда кто-то занимается созданием целой системы живых организмов, например, устраивает аквариум, он выступает в роли творца, "вершителя судеб", определяя, как, кого и с кем разместить в аквариуме, что и когда заменить и т.п., создает "свой мир", мир, в котором он сам обладает абсолютной властью. Не находя возможности самореализации в социальном взаимодействии, он реализуется в созданном им собственном "мире".

Итак, мы можем выделить следующие *функции анималотерапии* в психическом здоровье пожилого человека, проживающего в стационарных условиях:

- *психопрофилактическую;*
- *психодиагностическую;*
- *адаптационную;*
- *реабилитационную (коммуникативную; психофизиологическую; сенсорно-стимулирующую и др.);*
- *психотерапевтическую (функцию удовлетворения потребности в компетентности; функцию самореализации и др.);*
- *психокоррекционную.*

Анималотерапия в пансионате для ветеранов труда № 31. Практические рекомендации психологам проведения занятий по анималотерапии

Пансионат для ветеранов труда № 31 является медико-социальным учреждением и опытно-экспериментальной базой ДСЗН г. Москвы. Рассчитан на 510 мест. Принимает на полное государственное обеспечение пенсионеров и инвалидов 1 и 2 групп. Основан в 1977 году. Пансионат расположен на юго-западе Москвы в экологически чистой зеленой зоне Тропаревского лесопарка, в 8-ми этажном благоустроенном здании. Рядом расположен известный на весь район источник родниковой воды. В пансионате функционируют 2 категории отделений для проживающих: способных к самообслуживанию и 10 отделений милосердия, в которых проживают люди с ограниченными физическими возможностями. Приоритетные цели работы учреждения – высокое качество обслуживания и активное долголетие ветеранов, которые достигаются с помощью комплексных и индивидуальных реабилитационных программ. Специалистами в работе с пожилыми людьми эффективно используются различные ресурсные направления, в том числе и анималотерапия.

Поскольку пансионат удобно расположен в парковой зоне, сохранные резиденты имеют возможность регулярных самостоятельных прогулок, в полной мере наслаждаясь природными ландшафтами, пением птиц, кормлением пернатых и белок, общением с собаками, которые в большом количестве регулярно гуляют с хозяевами близлежащих домов.

В этом случае мы можем говорить о естественной или ненаправленной анималотерапии.

На каждом этаже в пансионате расположены большие аквариумы с красиво оформленным подводным ландшафтом и яркими рыбками, что является не только украшением и предметом интерьера, но и создает особый уют, благоприятный психологический климат, влияющий на душевный комфорт пожилых людей. Как показывают наблюдения и некоторые исследования, созерцание аквариумных рыбок хорошо снимает практически все виды стресса у пожилых и старых людей. Проживающим очень нравится наблюдать за неспешно плавающими рыбками. Многие самостоятельно приходят в холл с аквариумом, ветеранов с ограниченными возможностями по желанию и по назначениям врача и психолога вывозит медперсонал на 20-30 минут в день.

У некоторых резидентов нашего Дома в комнате проживают птицы, ветераны самостоятельно с удовольствием за ними ухаживают.

Также в пансионате находится «живой уголок». В нем живут несколько декоративных кроликов, которые регулярно дают потомство, морские свинки, волнистые попугайчики, кенары. Также психологами обеспечивается регулярное общение ветеранов с собаками и кошками, привозимым на время из дома.

В холле, где расположился живой уголок, много зелени и удобная мягкая мебель, что создает благоприятную психологическую обстановку для отдыха. Звучит легкая, расслабляющая музыка в сочетании со звуками живой природы (пение птиц, шум воды. и т. д.) Проживающие приходят сюда отдохнуть и пообщаться с питомцами. Людей с ограниченными возможностями вывозят в холл медперсонал. Пожилые люди, любясь или ухаживая за цветами, общаясь с животными, преодолевают замкнутость, неуверенность в себе, да и просто радуются жизни. Таким образом, это очень важный момент реабилитации.

Психологи проводят групповые и индивидуальные занятия с непосредственным участием животных.

В пансионате для ветеранов труда № 31 мы используем анималотерапию в работе целевых групп с сохранными пожилыми людьми, людьми с ограниченными возможностями, а также с отклонениями в поведении и общении.

Занятия могут проводиться как в утреннее, так и послеобеденное время.

Общая продолжительность занятия: 30-45 мин.

Количество участников группы: 5-10 человек.

Цель работы: психокоррекция коммуникативных и поведенческих нарушений пожилого человека, улучшение его общего состояния, настроения, помощь в адаптации поступивших на проживание ветеранов, реабилитация после перенесенных тяжелых заболеваний.

Задачи работы: выявить на основе использования методов психодиагностики, пожилых людей с подобными отклонениями в эмоциональной сфере, провести коррекцию нарушений в общении и поведении средствами анималотерапии.

Прогнозируемые результаты: восстановление коммуникативных навыков, снижение уровня тревожности, страхов, повышение стрессоустойчивости, снижение конфликтности, хорошее самочувствие и настроение пожилого человека, развитие наблюдательности и воображения, развитие эмпатии, сочувствия и сопереживания.

В работе с пожилыми людьми занятие сотрудниками психологической службы строится на принципах направленной анималотерапии с использованием как самих животных, так и их образов.

Примерная схема группового занятия:

1. рассказ о животном: среда обитания, предпочтения в пище, особенности ухода, характер – 10-15 минут;
2. далее психолог предлагает участникам группы погладить или подержать животное (кролика, морскую свинку) – 5-7 минут;
3. участники группы делятся эмоциями, которые вызывало у них животное – 5 минут;
4. психолог предлагает вспомнить пожилым людям о своих любимых питомцах, интересные случаи из их жизни или рассказанные кем-то – 10 минут;
5. как чередующиеся варианты используются рассказы о животных и птицах (психолог читает рассказы лично или они прослушиваются в аудиоварианте), стихи, пословицы, метафоры, сказки, интеллектуально-развлекательные викторины, рассматривание и обсуждение фотографий, скульптур, рисунков и прочих изображений животных; также на занятиях под руководством психолога проживающие могут нарисовать или вылепить различных животных – 10-15 минут;
6. подведение итогов – 2-3 мин.

В Приложениях № 1,2,3 приведены *примеры групповых занятий* по анималотерапии с пожилыми людьми, проживающими в пансионате.

Во время всего занятия психолог наблюдает за взаимоотношениями пожилых людей и животных и использует их для достижения долгосрочных терапевтических эффектов.

Также во время проведения часов досуга психолог предлагает резидентам для просмотра на телеэкране с помощью видеомагнитофона фильмы о животных или с их участием с последующим обсуждением.

В ПВТ № 31 функционирует кабинет психологической разгрузки для ветеранов, проживающих в Доме. Она оснащена стереофонической аудиосистемой для создания необходимого звукового фона, в котором в числе прочих присутствуют и звуки природы (пение птиц, крики дельфинов и китов, лес после дождя и др.).

Показаниями к проведению анималотерапии служат:

- наличие психологических проблем (плохое самочувствие, настроение; низкий уровень коммуникативных навыков; сложности адаптационного периода; одиночество; потеря близких; тревожность, напряженность, страх, агрессивность и др.);
- поддержание когнитивных функций у пожилых людей;
- деменция различной степени выраженности;
- профилактика сенсорной депривации

Противопоказаниями к проведению анималотерапии являются:

- негативное отношение к животным;
- истерии;
- агрессивность;
- нежелание

По результатам наблюдения, самонаблюдения, исследования личности и состояния пожилого человека психологами и медицинским персоналом учреждения была произведена оценка положительной динамики состояния пожилых резидентов при применении анималотерапии: снижение агрессивности и конфликтности в поведении; стабилизация психоэмоционального фона; улучшение сна; снятие стрессового состояния; снижение тревожности; снижение уровня депрессии; снижение болевых ощущений; ослабление головных болей; нормализация кровяного давления; помощь в адаптации к стационарным условиям; поддержание когнитивной сферы; создание ощущения безопасности и покоя; улучшение общего состояния организма.

Итак, мы можем считать анималотерапию в работе с пожилыми людьми, проживающими в стационарных условиях ресурсным, эффективным и перспективным видом психологической помощи, направленным на их успешную адаптацию и реабилитацию, улучшая качество жизни резидентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Агафонычев В.* Анималотерапия. Усы, лапы, хвост – наше лекарство. – СПб.: Наука и Техника, 2006. -304 с.
2. *Арнольд О.* Животные, которые нас лечат. - М.: ООО «Аквариум-Принт», 2004.- 464 с.
3. *Бородникова О.В., Тетенова Г.П.* Арт-терапевтическая работа в Кемеровском доме-интернате // Социально-психологическая работа с пожилыми людьми: опыт Кузбасса / Под ред. Красновой О.В. - МПГУ, 2002 - С.158-162.
4. *Жданова Т.Д., Белевцева А.Г., Романова И.Н., Столярова Т.В.* Добрые чувства животных: Сб. рассказов. - Рязань: «Зерна», 2008.- 48 с.
5. *Линдсей Дж.* Невротические расстройства в позднем возрасте // Под ред. Р. Джекоби, К. Оппенгаймер / Пер. с англ. - Т.2- Киев: Сфера, 2003. – С. 251-273.
6. *Краснова О.В., Лидерс А.Г.* Социальная психология старости. Уч. пособие. -М.: Академия, 2002.- 288 с.
7. *Кряжева Н.Л.* Кот и пес спешат на помощь...- Ярославль: «Академия развития», «Академия, К^о», 2000.-176 с.
8. *Лаврова С.А.* Энциклопедия тайн и загадок. Загадки и тайны домашних животных.-М.: изд. «БЕЛЫЙ ГОРОД», 2007.- 47 с.
9. *Медведев А., Медведева И.* Собака-целитель: 10 основных методов канистерапии /А. Медведев, И. Медведева.- М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2007.-61 с.
10. *Никольская А., Ульянова Н.* Ненаправленная анималотерапия. Позитивные и негативные аспекты взаимодействия с собакой у детей и взрослых.- М.: «Аквариум-Принт», 2009.-208 с.
11. *Павлюк Т.В.* Особенности психологической помощи пожилым людям, переживающим тяжелую утрату // Социально-психологическая работа с пожилыми людьми: опыт Кузбасса/Под ред. О.В. Красновой.-М.: МПГУ, 2002.-С.155-158.
12. Стихи о животных / Сост. С. Дмитренко.-М.: Эксмо, 2008.-352 с.
13. *Харчук Ю.* Анималотерапия: домашние животные и наше здоровье. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 320 с.
14. *Швалб Ю.М., Данчева О.В.* Одиночество: социально-психологические проблемы. - Киев: Наукова Думка, 1991.-270 с.

ЗАНЯТИЕ ПО ПРОГРАММЕ АНИМАЛОТЕРАПИИ

Цикл «Диалоги о животных»

Братцы-кролики

1. Упражнение «Давайте познакомимся!»

Участникам занятия предлагается выбрать животное, с которым они хотят пообщаться (кролик, морская свинка, шиншилла), а также рассказать о его повадках, характере, привычках.

Информация для участников группы. Кролики и морские свинки намного позднее других стали домашними животными. До последнего оледенения кролики жили почти по всей Западной Европе, даже в Англии. После они сохранились лишь в Испании и в Северо-Западной Африке. Затем, уже в исторические времена, люди расселили диких кроликов в Италии и на средиземноморских островах.

2. Интеллектуально-развлекательная викторина

Вопрос: Есть мнение, что кролик – это одомашненный заяц. Согласны вы с этим или нет?

Ответ: Предок у них, возможно, был один, но затем биологические линии зайца и кролика так разошлись, что свести их оказалось невозможно. Эти животные не скрещиваются, и никому в мире не удалось получить от них потомство.

Вопрос: Чем кролик отличается от зайца?

Ответ: Сравните и такие факты: крольчата появляются на свет голыми и слепыми, а зайчата – покрытые пухом. У зайчат глаза открываются тотчас же, и на второй день они уже начинают резвиться и пощипывать травку. Самки кроликов значительно различаются по своим материнским качествам. Большинство из них заботливо строят гнездо, мнут подстилку, укладывают крольчат, прикрывают их пухом, а через несколько суток даже устраивают вентиляционное отверстие.

Вопрос: Строят ли дома кролики и зайцы?

Ответ: Дикие кролики роют глубокие сложные норы, живут большими колониями, где существует жесткий иерархический порядок. Для зайца дом под каждым кустом.

Вопрос: Для чего кролику длинные уши?

Ответ: Оказывается, уши помогают кроликам осваивать новые территории. Благодаря им он может отлично обитать в самых различных климатических зонах: от заснеженных горных вершин до испепеляющих жарой пустынь. Ларчик открывается просто. Для того чтобы подстроиться под разные климатические условия, нужно обладать гибкой и эффективной системой регулирования температуры тела. У кролика это – уши. Если их держать торчком, то дуновения ветра остужают расположенные близко к поверхности кровотоки. К тому же внутреннее тепло рассредоточивается по большей площади. На холоде уши можно прижать к спине, к шерстке, и тем самым сберечь калории. Специалисты неожиданно выяснили удивительное свойство: в зависимости от среды кролик «отпускает» уши то длиннее, то короче. Поэтому не случайно на проводимых английскими кролиководами выставках особое место занимают длинноухие кролики. Есть особи, у которых «размах» ушей достигает не менее 58 см. Однако ни один из демонстрировавшихся кроликов не превзошел своего собрата, поставившего рекорд в 1899 г., - его уши достигали «размаха» 69 см.

Информация для участников группы. Продолжительность жизни кролика – 7 – 10 лет. Крольчиха уже к 3 – 4 месяцам может обзавестись потомством. Самка приносит в среднем 8 – 10, а иногда и 15 крольчат. Кролики «Чуть не съели целый континент: Австралию. Дело в том, что люди привезли кролика в земли где у них нет врагов – животных, вот они и размножаются опустошая поля и луга. Так человеческая глупость привела к тому, что кролики стали национальным бедствием.

Морская свинка

Информация для участников группы. Родина морских свинок – Южная и Центральная Америка. В Европу они были завезены из Перу в XVI веке. Дикие морские свинки обитают семьями, они очень подвижны и имеют черновато-коричневый цвет. Лабораторная морская свинка происходит от дикой перуанской и характеризуется спокойным и миролюбивым нравом. В настоящее время выведены короткошерстная, длинношерстная и жесткошерстная породы свинок.

1. Интеллектуально-развлекательная викторина

Вопрос: Чем питаются морские свинки?

Ответ: Кормом для этих животных служит растительная пища: овес, ячмень, пшеница, отруби, трава, морковь, свекла, яблоки и сено. Морская свинка – грызун, и передние зубы-резцы растут у нее всю жизнь.

Информация для участников группы. Продолжительность жизни 6–8 лет. Потомство у этих зверьков может появляться круглый год. Вынашивают детенышей 60 – 70 дней. Рождаются обычно 2 – 3, реже шесть детенышей. Новорожденные свинки покрыты шерстью, сразу после рождения открывают глаза и бегают.

Вопрос: Почему же так странно называли этого сугубо сухопутного зверька, не имеющего к свиньям и к морю никакого отношения?

Ответ: Свинкой называли, очевидно, за поросычий визг, которым животное выражает свой испуг. А морской, вероятно, потому, что в далекие времена любили моряки для забавы держать на кораблях этих животных. Впрочем, есть и другая версия. В Россию эти зверьки попали из-за моря, и называли их «заморскими», что позже трансформировалось в «морские».

Информация для участников группы. Нрав у них миролюбивый, они никогда не кусаются, поэтому с ними можно спокойно играть.

2. Упражнение «Фразеологический зверинец»

В повседневной жизни мы часто используем фразы, так или иначе касающиеся характера и поведения животных. Давайте вспомним известные высказывания:

- Про человека сбившегося с правильного жизненного пути, говорят, что он заблудшая...*(овца)*
- О человеке, прикрывающем свои дурные намерения и действия под маской добродетели говорят, что он ...*(волк)* в овечьей шкуре
- Напиваться мертвецки – до зеленого...*(змия)*
- Выслать или попасть очень далеко, говорят – куда Макар...*(телят не гонял)*
- Распределять прибыль от еще не осуществленного дела – делить шкуру...*(неубитого медведя)*
- О трудолюбивом человеке безотказном работнике говорят, что он рабочая...*(лошадка)*
- Одновременно выполнить два дела, убить двух...*(зайцев)*
- Очень плохо, неразборчиво писать, писать как...*(курица лапой)*
- Быть неуклюжим и неловким, как...*(медведь)*
- Говорить быстро и громко трещит как...*(сорока)*

Шиншилла

Информация для участников группы. Место обитания шиншиллы высокогорье Анд (Чили, Перу) на высоте до пяти тысяч метров над уровнем моря. Это обуславливает суровые условия обитания. Шиншилла имеет уникальное строение меха. Если у всех пушных зверей из одной волосяной луковицы вырастает лишь один волосок, то у шиншиллы 60 – 80 паутинок.

На одном квадратном сантиметре их насчитывается более 25 тысяч. Этот густой мех и спасает зверька в самую лютую стужу. Питается шиншилла тем же чем и кролик. В настоящее время этого милого зверька очень часто заводят дома, как компаньона. На зверька даже просто так смотреть – одно удовольствие, настолько он симпатичный.

На протяжении веков рядом с человеком всегда были животные. Наверное, поэтому так много пословиц и поговорок о животных.

1. Упражнение «Загадки, загаданные пословицами»

Участникам группы нужно отгадать одинаковые слова, загаданные тройками пословиц. Чем меньше пословиц-подсказок для этого понадобится, тем лучше.

- Прикинулся бы **он** козой, да хвостик не такой.
Как **его** не корми, он все в лес глядит.
Его ноги кормят.
- Лапки **ее** мягки, да когти остры.
Чует **она** чье мясо съела.
Доброе слово и **ей** приятно.
- Не гони **его** кнутом, а гони **его** овсом.
Он копытом дает сдачи.
Дареному **ему** в зубы не смотрят.
- **Он** от листа, а лягушка от него бежит.
Его ноги носят, волка зубы кормят, лису хвост бережет.
За двумя **ими** погонишься, ни одного не поймаешь.
- **Он** поет месяц, а ворона каркает круглый год.
Ласточка день начинает, а **он** кончает.
Не нужна **ему** золотая клетка, лучше зеленая ветка.
- **Она** соседа всегда выглядит гусыней.
Дай **ей** грядку – изроет весь огород.
Яйца **ее** не учат.
- Против сотни **их** довольно одного ястреба.
Он землю видит, когда ест, небо – когда пьет.
Он под кровлю, а сова на ловлю.

Упражнение «Прощание» (универсальное).

Каждый участник занятия говорит зверьку добрые слова, прикасается, гладит и прощается...

ЗАНЯТИЕ ПО ПРОГРАММЕ АНИМАЛОТЕРАПИИ

Цикл «Диалоги о животных»

Поговорим о кошках...

Всякий, у кого жила кошка, знает — эти существа способны на многое... Даже на волшебство. И болезни они лечат, и детей усыпляют, змей убивают, злых собак отгоняют и даже грабителей задерживают, и песни поют. Разве что сказки не говорят...

Диана Дуэйн

Информация для участников группы. Говорят, что история человечества протекала бы иначе, не будь на свете домашней кошки, одолевшей орды грызунов и спасшей для людей запасы продовольствия, оказавшей эмоциональное воздействие на стольких писателей, ученых, общественных деятелей. Виктор Гюго нежно любил своего Гавроша. Кардинал Ришелье оставил наследство своим четырнадцати друзьям – котам. Эрнест Хемингуэй обедал с ними за одним столом. Врач-гуманист Альберт Швейцер спасался от тоски двумя способами: играл на органе для своих кошек и наслаждался их возней. Кошка французский поэта Жана Кокто носила ошейник с надписью: «Кокто принадлежит мне». Впервые греческое "ката" встречается в VI веке на страницах "Истории церкви". Примерно в это время возникает из небытия и латинское наименование кошки "каттус". Но где же и когда оно все-таки родилось. В человеческий мир кошка пришла из Северной Африки. Оставим Египет в стороне: туда четвероногое диво завезли из Нубии. А если так... Искомый корень обнаруживается у берберов. В Сахаре, где берберы сохранили древнюю речь, встречается слово "куат", обозначающее как дикую, так и домашнюю кошку. А дальше все было сравнительно просто. Слово подхватили римляне, постоянно ведущие большие и малые войны на землях, некогда подвластных разгромленному Карфагену. От римлян оно перешло к византийским грекам, а от тех - в страны Передней Азии и Кавказа. Римляне же передали слово - вместе с самим котом - германцам, славянам, кельтам и другим европейским народам... Как же велика была для человека ценность животного, если даже изначальное имя его тысячелетиями сохранялось, переходя из страны в страну! В Древнем Египте ее обожествляли. Существовала богиня Баст, женщина-кошка, и ей поклонялись как одному из высших божеств. Жители осажденных городов несли кошек, чтобы враги пощадили их жизни, ведь никто не решился бы тронуть человека с кошкой на руках. Считалось, что убить кошку - значит, навлечь на весь свой род страшное проклятие, по закону убивший подвергался смертной казни. О кошках можно писать до бесконечности, все и не перечислишь. Одно только хочется отметить особо - удивительную способность кошки чувствовать людей и определять человека с первого взгляда! К плохому,

злому, жестокому человеку кошка не подойдет. Существует очень хорошая психологическая примета для девушек - о том, как узнать, будет ли мужчина хорошим мужем. Если кошка с удовольствием идет к избраннику, позволяет гладить себя - все в порядке, он будет прекрасным мужем! Если же кошка избегает этого мужчину и никогда к нему даже не подойдет - стоит хорошо задуматься. В отличие от людей, кошки никогда не ошибаются и обмануть их невозможно. Недаром в Англии существует пословица: «бойся человека, который не любит кошек».

Человек более девяноста процентов всей информации воспринимает благодаря зрению, кошка же "видит ушами". Причем слух у нее совершенно феноменальный. Известен случай, когда необычное поведение кота предупредило о воздушной атаке противника. Во время второй мировой войны на американской военно-воздушной базе, расположенной на тихоокеанском острове Мидуэй, жил кот по имени Радар. Рев самолетных двигателей стал для него настолько привычным, что на посадку "летающих крепостей" В-29 он никак не реагировал, зато чутко улавливал звук... самолетов противника. И, уловив, немедленно отправлялся в укрытие. Куда за ним следовали благодарные сослуживцы. Кот стал главным стратегическим ресурсом авиабазы.

1. Упражнение «Давайте познакомимся!»

Приглашенная на занятие кошка обследует помещение, осторожно обнюхивает и осматривает его. Присутствующим предлагается внимательно понаблюдать за ее позой, движениями повадками.

Обсуждение участниками группы поведения кошки...

2. Упражнение «Кошкино имя»

Участники группы сидят в круге. Каждый по очереди пытается угадать, какое имя подходит кошке. При этом они говорят такие слова: «Меня зовут..., а кошку, по-моему, зовут...» Затем все вместе выбирают лучшее имя.

3. Упражнение «Кошкино настроение»

На листе бумаги каждый участник цветными карандашами тонирует свое ощущение настроения кошки.

Обсуждение участниками группы рисунков и их интерпретация психологом...

4. Интеллектуально-развлекательная викторина «Знаешь ли ты кошку»

Вопрос: Любят ли кошки рыбу?

Ответ: в глубине души кошки рыбу терпеть не могут! По природе кошка - хищник, дикий зверь. Это охотник, уничтожающий крыс, мышей, насекомых. Призвание кошки - охота. И хоть мышеловами являются не все, а только полосатые, тигрового окраса, европейской породы, но инстинкт к охоте заложен (много пород, к примеру, сиамки, персидские, сибирские, рыжие, белые и т. д. мышей не ловят). Как в природных условиях кот стал бы ловить рыбу? Запускать лапу в воду, сидя на берегу? Не смешно. Кот любит мясо. Кстати, рекомендуется раз в месяц давать кошке сырое мясо. Ей это очень полезно!

Вопрос: Любят ли кошки одиночество?

Ответ: одиночество они просто не переносят! Кошка любит только свою семью и не признает чужих. Если в доме появляется чужак, кошка прячется. Но за своими она будет ходить, стараясь держаться поближе к людям. Когда в комнате соберется вся семья, можете не сомневаться - одной из первых туда прибежит кошка! А если вы вернулись с работы вечером - кошка будет стараться попасться на глаза, чтобы вы ее приласкали. Кошки очень боятся оставаться одни. Исключение, конечно, спящее животное. Но много ли существует даже самых веселых людей, предпочитающих спать при шуме?

Вопрос: Если кошка провинилась (к примеру, украла еду со стола) можно ли и нужно ли ее шлепнуть?

Ответ: никогда! Бить вообще никого нельзя, а животных - тем более! Кошки очень злопамятные животные. Кошка никогда не простит даже единственный удар, запомнит на всю жизнь и обязательно отомстит.

Вопрос: Согласны ли вы, что кошке нудно давать каждый день - по блюдечку молока?

Ответ: Принеся домой беспризорную кошку, люди первым делом наливают ей в блюдце молоко. Так они делали всегда, так они поступают и сегодня. Правда ли, что в молоке очень много витаминов? Нет, для кошек не очень. Хотя молоко в содержит многие питательные вещества, также как белок, кальций, в ней нет, например, железа и таурина. Многие кошки, по всей видимости, могут усваивать молоко, но некоторые не и состоянии переварить лактозу.

Вопрос: Кошки всегда безболезненно приземляются на лапы?

Ответ: Домашние кошки - отличные акробаты, а врожденный инстинкт помогает падающей кошке приземляться на лапы. Сначала она поворачивает голову и передние лапы, затем, руля хвостом, - заднюю часть тела. Таким образом, все четыре лапы направлены к земле. Однако падение с большой высоты очень часто приводит к серьезным травмам.

Вопрос: Видят ли кошки в темноте, как днем?

Ответ: Еще одно распространенное заблуждение. На самом деле кошки видят в темноте ничуть не лучше людей (у них ведь глаза, а не фары). Но! Дело в том, что кошки прирожденные охотники! То, что мы зовем усами, это у кошек вибриссы, расположенные не только на подушечках усов, но и на бровях, щеках, лапках. И ушки на макушке, которые все-е слышат! Это их локационные устройства, с помощью которых они точно идентифицируют местоположение объекта. Кроме всего прочего, даже днем зрение кошек не идеально. К сожалению, наши домашние питомцы страдают дальновзоркостью и подчас не замечают того, что творится у них под носом. Например, миску с едой они определяют по запаху. Кстати, принохиваясь к пище, они всего-навсего хотят знать ее температуру, а не вкус.

Вопрос: Кошка и собака – враги?

Ответ: Рассказы о вечной вражде кошки и собаки необоснованны. Просто они говорят на разных языках, часто взаимно не понимая друг друга. Иногда встречаются животные с ярко выраженным охотничьим инстинктом или излишне агрессивные, некоторые люди специально натравливают своих собак на кошек. Однако живущие в одной семье животные прекрасно ладят друг с другом, и некоторые общительные миролюбивые собаки готовы дружить со всеми кошками на свете.

Вопрос: Кошки коварны и ведут себя плохо назло своим хозяевам?

Ответ: Проблемы с поведением обычно связаны со стрессом. Кошки очень чувствительны к изменениям в распорядке дня хозяина, к ремонту и семейным ссорам. Это вызывает у них стресс и депрессию. Поведенческие проблемы также могут быть обусловлены различными болезнями.

Вопрос: Согласны ли вы с утверждением, что кошки - это такие же люди, только кошки?

Ответ: Опровергается учеными, но подтверждается ежедневным опытом.

Информация для участников группы. Ни одно домашнее животное как кошка не вызывало столько противоречивых суждений. Почиталось как божество, ценилось как враг мышей и крыс, преследовалось как дьявольское отродье и считалось лучшим другом семьи. Кошка относится к тем домашним животным, с которыми мы, люди, много тысяч лет назад заключили негласный союз, предложив им пищу, кров и заботу в обмен на выполнение ими некоторых обязанностей. У них была одна главная и одна второстепенная задача – во-первых, бороться с грызунами, во-вторых, быть милым домашним животным. И все же, несмотря на ограниченную пользу «для дела», ей удалось сохранить и удержать привязанность к ней человека. Ни одно животное, кроме кошки, не сумело установить таких тесных взаимоотношений с людьми и в то же время сохранить за собой право полной независимости в поступках. Она ведет двойную жизнь. Дома это

всего лишь котенок, пристально наблюдающий за своими хозяевами. На воле же – опытный и осторожный хищник. Самостоятельный и самоуверенный. И можете быть уверены – в такие моменты она о вас и не вспомнит. Понаблюдайте за этими перевоплощениями из ласкового домашнего зверька в хищника и наоборот. Как только кошке удастся каким-либо образом открыть дверь, это ненавистное изобретение человека, она вырывается наружу и убегает прочь, даже не оглянувшись. Пересекая порог дома, она преображается, сознание домашнего котенка отключается, включается сознание хищника. Вспомните собаку в этой ситуации – она пять раз оглянется, чтобы удостовериться, что хозяин разделяет ее радость; от Мурки – не дождетесь. Вот он полностью погружен в острую драму ухаживания. Выясняет отношения. Вроде бы ничего не видит вокруг. Но тут краем глаза замечает хозяина. Небольшое замешательство. И вот уже Барсик трусит к вам, трется об ноги и вновь превращается в домашнего котенка. На воле большую часть времени кошки бродят в одиночестве. Прогулки с человеком им не нужны. Кошка гуляет сама по себе. Всякая кошка, которой хорошо живется дома, считает нашу квартиру своим собственным жилищем. Ей вовсе не безразлично, кто с ней живет. Кошки тонко чувствуют характер человека. Они терпеть не могут семей, где жизнь проходит в ссорах. Стоит посмотреть на любимые кошковые места в квартире, чтобы понять, что за отношения установились между хозяевами и кошкой: любая Мурка, если она привольно чувствует себя в доме, выберет себе местечко поближе к любимому человеку. Кошки, должны быть чем-то заняты. Скука действует на них плохо. Можно держать кошку в тесном помещении, если вы с ней регулярно играете. Ей игра просто необходима. Но так как она к тому же упряма и своевольна, ей нужно место для того, чтобы заняться собой. Она любит пройтись по дому – причем много раз в день. Ей нравится, когда все помещения открыты, потому что ей важно знать, что где происходит. Ей нужно много двигаться, потому что очень легко стать ленивой и толстой. Лазать, прыгать, караулить – все это поддерживает в здоровом кошачьем теле здоровый дух.

5. Интересные факты о кошках «А знаете ли Вы, что...»

- Рисунок поверхности носа кошки уникален, как отпечаток пальца у человека.
- В мире более 500 000 000 домашних кошек, которые подразделяются на 33 основные породы.
- По данным Лионского университета (Франция) в мире около 400 миллионов домашних кошек. Пальму первенства отдают Австралии, где на 10 жителей приходится 9 кошек. Вместе с тем есть страны, например Перу, Габон, где домашняя кошка почти не встречается.
- Кошачье сердцебиение по скорости вдвое превосходит человеческое (от 110 до 140 ударов в минуту).

- Одна из самых крупных пород кошек - Регдол. Коты весят до десяти килограмм. Среди всех кошачьих, самой маленькой является рыжая пятнистая кошка. Этот вид живет в Индии и в Шри Ланке. Ее размеры примерно вдвое меньше, чем у обычной домашней кошки - около пятнадцати сантиметров в длину, вес не превышает 1,4 кг. Самая большая кошка, не лев, а тигр. Мужские особи весом превышают 300 кг и вырастают до трех метров, не считая почти метрового хвоста! Тигр способен съесть 40кг мяса за один присест.
- Кошка, охотясь на мышей, спасает в год до 10 тонн зерна. В Англии кошек используют для охраны зернохранилищ и прочих пищевых складов, их официально ставят на довольствие. Кошки также охраняют от мышей книги и другие реликвии Британского музея. А в Австрии кошке, прослужившей на охране складов несколько лет, положена пожизненная пенсия, выдаваемая молоком, мясом и бульоном.
- Если кошка около Вас, и её хвост дрожит - это самое большое чувство любви, которое она может выразить.
- Кошки машут своими хвостами, когда стоят перед выбором, при этом одно желание блокирует другое. Например, если кошка стоит в дверном проеме, и хочет выйти, а на улице идёт дождь, хвост будет качаться из-за внутреннего конфликта. Кошка хочет выйти, но не хочет промокнуть. Как только она примет решение (остаться дома, или выйти под дождь), хвост немедленно прекратит раскачиваться.
- От удовольствия кошки выпускают и втягивают когти, растопыривая пальцы.
- Кошки никогда не мяукают друг с другом. Этот звук - специально для людей.
- Кошка любит хозяина и может "читать" его настроение. Если вы грустны или напряжены, то можете заметить изменение и в поведении вашего кота.
- Кошка за свою жизнь может иметь больше 100 котят.
- Самый большой помёт (со всеми выжившими котятами) зафиксирован у персидской кошки в Южной Африке. Кошку звали Колокольчик. Она родила 14 котят! Максимальное число котят в помете - 19!!!
- Сэр Исаак Ньютон, открывший закон притяжения, также изобрел дверь для кошек.
- Самая старой кошкой на свете была Puss, из Англии, которая прожила 36 лет.
- Люди, у которых есть домашние животные, живут дольше и менее подвержены стрессам и сердечным приступам.
- Сколько мышей может поймать одна кошка? 28 899! Шотландский черепаховый кот Towser(1966 - 1987), за 21 год поймал 28 899 мышей. Это - приблизительно четыре мыши в день, в течение 21 года.
- "Общительные" кошки следуют за Вами из комнаты в комнаты, чтобы контролировать ваши действия.

- Кошки понимают тон голоса. Когда говорите с кошками, помните про тон голоса. Кошки понимают, когда вы злитесь на них (хотя могут и не показывать вида).
- Чем больше вы говорите с кошками, тем больше они говорят с Вами.
- В Книге Рекордов Гиннеса самые богатые кошки - пара унаследовавшая \$415 000 в начале 60-ых. А самый богатый кот-одиночка унаследовал \$250,000.
- При рождении, котята не видят и не слышат. Они открывают глаза в 7-10 дней, а зрение и слух развиваются в 2 недели. Ходить они начинают в 20 дней.
- Кошки трутся о человека, чтобы "перебить" чужие запахи. Запах идет из желёз, которые находятся между глазом и ухом и в основании хвоста.
- Кошки - самые ленивые млекопитающие. Они спят 16 часов в день. Семилетняя кошка бодрствовала только в течение двух лет жизни!
- Кошки, когда не спят, ухаживают за собой 30 % времени. 95% владельцев кошек признают, что говорят с кошками.
- Усы помогают кошке определить, пролезет ли она в отверстие!
- Если у кошки бока выпирают дальше, чем щёки, то она теряет правильность восприятия. Не удивляйтесь, если кошка полезет в отверстие, в которое одна ее часть не пролазит!
- Согласно Книге Рекордов Гиннеса, самым тяжелым котом в мире был Австралийский кот Nimmy, который весил 21 килограмм. Рекорд был установлен в 1986 году. Его талия была 84 сантиметра!
- Самым крошечным котом на свете был гималайский кот Tinker Toy из Иллинойса. Он весил 680 грамм, был 18 см в длину и его рост составлял 7 см!
- Кошки могут издавать около 100 различных звуков. Для сравнения - собаки только около 10.

6. Упражнение «Прощание»

Каждый участник занятия говорит кошке добрые слова, прикасается, гладит и прощается...

Подведение итогов. Несомненно, любое домашнее животное благотворно влияет на здоровье своего хозяина, но кошкам это удастся лучше всех. Кошкотерапия приятна, полезна и не имеет вредных побочных эффектов. Общение с кошкой - прекрасное лекарство от стресса. Погладьте мурлыкающую кошку и от Вашего нервного напряжения не останется и следа. «До встречи!»

ЗАНЯТИЕ ПО ПРОГРАММЕ АНИМАЛОТЕРАПИИ

Цикл «Диалоги о животных»

Поговорим о собаках...

История одной дружбы

Дана им мудрость тонкая чутья,
И по лицу, по виду человека
Цель тайную его прочесть умеют.
Не раз спасенье обрели мы
В том свойстве, что самим нам недоступно.
Купер

1. Упражнение «Здравствуй пес!»

- а) На занятии присутствует собака. Ведущий предлагает участникам понаблюдать, как она в незнакомой обстановке устанавливает контакты с людьми которых впервые видит. Участники отмечают активность, быстроту движений, открытость и доверчивость, желание вильнуть хвостом всем.

Обсуждение участниками группы поведения собаки...

- б) Участникам занятия, по желанию, предлагается погладить собаку и описать, свои ощущения...

2. Психолог предлагает участникам группы назвать основные черты характера собаки.

3. Вопрос: Как вы думаете, с какой целью человек приручил собаку?

Информация для участников группы.

Филиппинская легенда... Когда Бог задумал создать первых людей, то вылепил из глины две человеческие фигурки. Хорошо поработав, Бог притомился и заснул. Только он уснул, как приползла огромная змея и съела фигурки. Пришлось Богу лепить новые. Но и их проглотила змея. Тогда Бог вылепил собаку и ночью поставил ее рядом с человеческими фигурками. Когда приползла змея, собака налетела на нее и прогнала. С тех пор собака стала надежным сторожем у человека».

Необычайно интересен путь возникновения и закрепления дружбы и сотрудничества между человеком и собакой. Существует много представлений и гипотез об одомашнивании собаки (К. Лоренс считает, что

это было 50 тысяч лет назад и предок ее – шакал, Ю. Дмитриев склоняется к 20 тысячам лет и предком считает волка). Нам же важнее понять, как это произошло.

Древний человек был очень беспомощен, пуглив и голоден. Подражая повадкам животных, осторожно подкрадываясь к добыче, он мог остаться без еды, потратив много времени в засаде. Удача не была частым спутником первобытного охотника, жизнь заставила изобрести лук и стрелы. Теперь можно было охотиться на расстоянии, но часто раненное животное убегало, оставив обрадовавшегося было охотника «с носом».

В случае удачной охоты люди тащили добычу к месту стоянки, всласть пировали, а остатки еды, кости шкуры выбрасывали неподалеку. По ночам на эти «остатки прежней роскоши» стали заглядывать волки (или шакалы). Люди не считали их грозными зверями, не питались их мясом и поэтому не возражали против подобной санитарно-гигиенической чистки. Волки в свою очередь не интересовались людьми, а вот подкормка, готовое питание их устраивали. Все чаще и чаще появлялись незваные гости. Постепенно люди стали замечать, что, чувствуя приближение дикого зверя, их соседи становились беспокойными, бегали и рычали. Наблюдательный первобытный человек быстро сообразил, что к чему: вой волков это сигнал опасности, предупреждение о необходимости защищаться или бежать. Много веков прошло, прежде чем человек понял, что лучшей кандидатуры на роль сторожа, охранника ему не найти.

Не жадничая, он стал специально класть у своего жилища куски мяса и кости, и животное все ближе и ближе подходило к человеку, слыша при этом нечто похожее на одобрение и приветствие. Наконец, испытывая чувство благодарности и ощущение честно заработанного куска, волк совсем близко подошел к человеку, лизнул его в лицо, заглянул в глаза как бы спрашивая: «что от меня требуется?» - познакомился с жилищем и семейством, поиграл с детьми и... на долгие времена стал не только сторожем, но и преданным и верным другом рода человеческого. Полюбив и подчинившись требованиям, командам мужчины-хозяина, собака везде следовала за ним.

Так как людей становилось все больше и больше и жили они в разных местах и условиях, то одни собаки совершенствовались в охотничьем искусстве, другие - в сторожевом, некоторых впустили в дом для интерьера и развлечений. Так появились различные породы, отличающиеся по внешнему виду, повадкам, характеру. Сейчас насчитываются свыше 400 пород, и на планете едва ли найдется много животных одного вида, настолько внешне не похожих друг на друга. Всех их объединяют такие качества, как преданность, верность, сообразительность, самоотверженность.

4. Интеллектуально-развлекательная викторина

- Кто отобрал у собаки работу в загадке: «Не лает не кусает, а в дом не пускает»?
- Лошади – масть, у собаки - ...

- С каким хорошим качеством собаки часто сравнивают человека, говоря: «... как пес»?
- Какое животное сдавала в багаж маршаковская дама? Вспомните дословно.
- Кого не учел Ждером, говоря о троих в лодке?
- Как называется специалист по собачьей жизни?
- Этот пес участник необычного кросса с Вициным, Никулиным и Моргуновым?
- Как звали собаку, к которой обращался в своем стихотворении Сергей Есенин, прося дать ему на счастье лапу?
- Собачье «нельзя»?
- Именно она лаяла на крыловского слона?
- Какую породу предпочитают использовать на Севере в собачьих упряжках?
- Какой популярный танец бывает собачьим?
- Звездная подруга Белки?
- Шотландская овчарка?
- Собачий ребенок?

Информация для участников группы.

Собакам посвящались стихи и поэмы, сказки и художественные произведения, картины и памятники.

Высказывания о собаках

Тот наш далекий предок, который догадался положить специально для волков кусок мяса неподалеку от стоянки, чтобы волки не ушли в эту ночь, - сделал величайшее дело для всего человечества» (Ю. Дмитриев)

«Умом собаки держится мир» (Авеста)

«Как бы человек ни старался выучить собак истреблять людей, он никогда не достигнет того, что это животное делается таким же испорченным существом, как и он сам». (А. Манжен)

«Собака составляет самое замечательное, совершенное и полезное из всех приобретений, которые когда-либо делал человек». (Ж. Кювье)

«У нас еще нет слова, которое могло бы выразить одновременно самоотверженность, смелость и ум – все те великолепные качества, которыми обладает собака». (К.Г. Паустовский)

"Мне стоит прогнать Верного, и он уйдет, позвать его - и он вернется, - сказал Карл. - Придворные поступают точно так же, а между тем их величают людьми. И все же есть нечто, в чем они неизменно расходятся с

чудесным собачьим племенем: они не умеют находить своего повелителя, если он заблудится, и кусают его, если он упадет." (А.Дюма. Правая рука кавалера де Жиака)

"Собака - святая. Она с радостью признает превосходство своего хозяина, он для нее - незыблемый авторитет, но, вопреки мнению многих людей, в ее преданности нет ничего рабского. Ее подчинение добровольно, и она ждет, что ее скромные права будут уважаться. Она видит в своем хозяине царя, почти Бога, и понимает, что Бог может быть строгим, но знает, что он должен быть справедливым..." (А.Мунте, врач и мыслитель)

5. Назовите пословицы и поговорки о собаках

Например:

- "Любишь меня - люби мою собаку" (американская поговорка);
- "Хочешь узнать характер женщины - понаблюдай за ее собачкой" (древнеримская поговорка);
- Боссе, французский ученый говорил: «По твоему отношению к собаке я узнаю, что ты за человек»

Информация для участников группы.

Памятник Верности

В Несвижском парке есть необычный памятник. Необычность его в том, что установлен он собаке. На каменном постаменте сидит борзая и напряженно смотрит вдаль. На памятнике нет никаких надписей, только дата – 1896. Вряд ли мы когда-либо узнаем, чем заслужила эта собака такой мемориал. Возможно, она просто была любимицей Радзивилла, и он, переживая утрату, решил хотя бы так увековечить ее память. Но, глядя на это сооружение, думаешь о другом: оказывается, люди умеют быть благодарными и ценить то, что делают для них собаки. И памятник в Несвиже – не единственное тому доказательство.

В четвертом веке до нашей эры был осажден город Коринф. И вдруг после продолжительной осады и яростного штурма войска захватчиков покинули свои позиции и ушли на восток. Жители города праздновали победу и устроили пир, а вскоре все спокойно заснули – впервые за долгое время. Однако ночью вражеские войска вновь подошли к стенам теперь уже беззащитного города. Но не спали боевые псы. По преданию, пес по имени Сотэр разбудил гарнизон Коринфа, и враг был побежден. Собака удостоилась памятника при жизни и серебряного ошейника с надписью «Защитнику и спасителю Коринфа».

В одном из парков Нью-Йорка стоит бронзовый пес с оборванными постромками. Это Бальт. Ему установлен еще один памятник – в маленьком

городке Номе на Аляске. Чем же так прославилась эта собака? Дело в том, что в начале прошлого века в Номе вспыхнула страшная эпидемия. Жизни тысяч людей оказались под угрозой. Нужна была вакцина, причем срочно, немедленно. Но до ближайшего населенного пункта, где можно было ее достать, более трехсот километров. Владелец лучшей собачьей упряжки отправился в путь. Прибыли благополучно, вакцина была получена, но когда выехали обратно, началась пурга. Двести километров кое-как преодолели, а потом собаки одна за другой начали ложиться в снег, чтобы больше уже не встать. Не сдавался только вожак упряжки – храбрый Бальт. Тогда хозяин, видя, что другого выхода нет, обрезал постромки и привязал к ошейнику Бальта пакет с лекарством. Человек уже не думал о себе, только о том, добежит ли собака. И Бальт побежал один. Хозяин упряжки еще пытался ползти по снегу, понимая, тем не менее, что это конец. Через какое-то время ему послышался лай собаки, но он решил, что это галлюцинации. Наконец человек потерял сознание. В чувство его привел Бальт, облизывающий хозяина. Человек ничего не мог понять: откуда взялась собака? И где лекарство? Потерял? Но вслед за собакой подоспели и люди. Оказалось, Бальт доставил вакцину, но как только пакет отвязали, тут же выбежал на улицу и стал лаем звать людей за собой. Он был измучен, его израненные лапы кровоточили, но какое это имело значение, если там, в снегу, погибал хозяин!

В Копенгагене в 1912 году знаменитый скульптор Кей Нильсен, устанавливая памятник погибшим датским полярным исследователям, не забыл и собак. И каждое десятилетие в течение трех дней возле памятника стоит почетный караул: люди, а рядом с ними – собаки. И здесь не только понимание того, что ездовые собаки важны как тягловая сила, что без их помощи никакие исследования в Арктике были бы невозможны. Есть и кое-что другое. Недаром Р. Амундсен в свое время написал: «Мы, люди, напрасно думаем, что только нам одним присуща способность выражать свои чувства. Взгляните в собачьи глаза! Вы увидите в них то же, что и в человеческих. В сущности, у собак определено есть то, что мы называем душой».

В 1958 году японские исследователи вынуждены были срочно покинуть одну из полярных зимовок. А собак вывезти не могли. Оставили их там, на верную гибель. В том, что собаки погибнут, никто не сомневался. В память о них в городе Осака установили памятник. А через год полярники снова вернулись на свою зимовку, и каковы же были их удивление и радость, когда людей восторженно приветствовали те самые собаки! Они прожили год, покинутые, питаясь одними грызунами, и никто не знает, что они чувствовали и пережили, когда их бросили те, кого они любили, но когда люди вернулись, души собак ликовали. Да, собаки умеют прощать...

6. Упражнение «Прощание»

Каждый участник занятия говорит собаке добрые слова, прикасается, гладит и прощается...



