

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ В ПСИХОКОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ С УЧАСТИЕМ ЛОШАДЕЙ**

*Лопухова Ольга Геннадьевна - доцент Института психологии и образования, Казанский федеральный университет, (Россия, Казань) [olopuhova@rambler.ru](mailto:olopuhova@rambler.ru)*

*Газизов Каюм Касимович - клинический психолог, тренер по верховой езде, Международный конно-спортивный комплекс (Россия, Казань)*

Взаимодействие с лошадью в качестве средства психотерапии и развития личности широко представлено в мировой практике. Мы развиваем данное направление в России под названием «Ипповенция». Ипповенция предполагает комплексную проработку разных уровней психики (сенсорно-кинестического, перцептивного, когнитивно-символического) при взаимодействии с лошадью. В психологической работе учитывается, что образ лошади имеет архетипическую и культурно-символическую представленность в сознании. Тренинговые программы и индивидуальное консультирование подразумевают установление контактов с собой и с миром посредством общения с лошадью, направляемого психологом (психотерапевтом), интегрированного, в то же время, с техниками арт-терапии (изобразительные экспрессивные техники, фото-арт-терапия).

Организации и научному осмыслению психотерапевтических возможностей взаимодействия человека с лошадьми уделяется большое внимание во многих странах мира. Мы рассматриваем общение с лошадью в качестве средства развития личности с позиций экопсихологического подхода (В.И. Панов), где лошадь выступает элементом природной среды, и в то же время, субъективно значимым «другим» или семантически значимым метафоричным образом. В данном контексте развивающий потенциал общения с лошадью заключается в ее субъектификации (С.Д. Дерябо,.) что позволяет осуществлять процессы идентификации и социальной рефлексии, используя полученный опыт для коррекции и развития самосознания и разных уровней отношений: самоотношения, отношений в социальных группах, отношения к миру природы. С методических позиций развиваемые нами технологии психотерапевтических и развивающих личность взаимодействий с лошадьми - ипповенции (Х-Дж. Барайсс), можно отнести к природной терапии (Р.Бергер), основу которой составляют трехсторонние отношения, включающие природу, клиента и психотерапевта. В реализации данных техник ключевым выступает то, что семантически образ лошади в человеческом сознании имеет архаическую представленность, выступая, испокон веков, и в качестве довольно важного и психологически близкого домашнего животного, и в качестве культурного символа, связанного с понятиями силы, энергии, защиты, помощи. Этот аспект сближает ипповенцию и арт-терапию.

Общение с лошадью, осуществляемое на основе специально организованных индивидуальных и групповых технологий психокоррекции и развития личности, выступает средством порождения и развития перцептивных, интеллектуальных, эмоциональных процессов, влияющих на динамику психического состояния индивида и составляющих психологического благополучия личности. Регуляция психических состояний заключается, в частности, в нормализации функционального состояния, снятии тревожной, депрессивной и агрессивной симптоматики, симптомов стресса. При взаимодействии с лошадью развивается сенсорно-кинестическая чувствительность, мышечная реакция и координация, перцептивные способности в общении. Достижение гармонии с природой через общение с лошадью происходит посредством как взаимодействия, так и наблюдения, эмпатии, рефлексии полученного опыта, стимулирования творческого потенциала сознания с целью субъективной трансформации опыта и развития аутентичности. Этапы реализации таких развивающих технологий подразумевают последовательное приобщение к процессу установления контактов с собой и с миром, посредством общения с лошадью, направляемого психологом (психотерапевтом). На первом этапе происходит получение знаний о специфике общения с лошадью, ее психологии, а также ее значения в культурно-философском, историческом контексте. Следующий этап – собственно контакт с лошадью, попытка выстроить с ней отношения. Получение эмоционального, сенсорно-кинестического, перцептивного опыта подкрепляется организацией рефлексии посредством различных методов: написание эссе, ведение дневника, символизация отношений с лошадью в

рисунке с последующим обсуждением, визуализация телесных ощущений при верховой езде по методу С. Свифт, раскрашивание и украшение лошади. Завершение программы подразумевает субъектную трансформацию полученного опыта на ценностно-смысловом уровне, что может быть осуществлено, посредством техник фото-арт-терапии. Использование образа лошади в психологических техниках, ориентированных на когнитивно-смысловой уровень, способствует также развитию природоцентрического типа сознания (Т.Е. Егорова, Н.В. Лапчинская, В.И. Панов).

Комплексная проработка сенсорно-кинетического, перцептивного, когнитивно-символического уровней психики за счет интеграции техник природной терапии и арт-терапии во взаимодействии с лошадьми ориентирована на широкую аудиторию и позволяет активизировать внутренние природные ресурсы в себе самом, необходимые для сохранения и восстановления здоровья, переживания счастья в гармонии с другими людьми, полноты и осмысленности жизни.