

## **«Лечебная верховая езда - новые возможности телесно ориентированной психотерапии в коррекции расстройств аутистического спектра»**

Шпицберг И.Л.  
психолог, руководитель реабилитационной программы  
Центра реабилитации инвалидов детства «Наш Солнечный Мир» (Москва),  
ст. н. стр. ГРЦ ИПИО МГППУ.

«Мышечные паттерны и характерные черты служат одной и той же функции в психическом аппарате; они могут влиять друг на друга и заменять друг друга. По существу они не могут быть разделены, по функции они тождественны» (В. Райх)

*Успех телесно ориентированной психотерапии зависит главным образом от особенностей окружения и условий реабилитации. Верховом на лошади нам открываются новые, часто уникальные возможности. Мы, как правило, получаем возможность стимулировать и переживать ранние, первичные уровни развития человека, базовые стадии онтогенеза.*

### *Тезисы*

- *в процессе ЛВЕ у иппотерапевта есть возможность воздействовать на первичный уровень "телесных страхов" (вплоть до страхов возникших в неонатальном периоде);*
- *нахождение на лошади дает пациенту уникальную возможность «пробудить» его (ее) тело от центра к периферии, так как это происходит в случае нормального онтогенеза;*
  - *способность лошади немедленно реагировать на изменение эмоций наездника помогает иппотерапевту создавать систему адекватных эмоциональных реакций у пациента.*
- *у иппотерапевта есть возможность стимулировать сопоставление и синтез стимулов воспринимаемых различными сенсорными системами пациента (зрение, слух, осязание и т.д.) и способствовать формированию адекватных реакций у пациента на окружающий мир.*

Страх на уровне тела. Что это такое?

Мы все нормально ходящие люди не знаем как это - боятся упасть. Боятся удариться об землю, упав с высоты своего тела. Тела, которое может не подчинится нам и не послушаться нас. Это ощущение хорошо известно людям хотя бы раз в жизни «подвернувшем» ногу. Это хорошо известно всем людям с опорно-двигательными нарушениями.

Этот страх зарождается в самом начале нашей жизни. Тогда, когда мы впервые садимся, нелепо взмахивая руками, когда мы делаем первый самостоятельный шаг, с трепетом отрываясь от опоры. Этот страх живет в нас и посей день, исподволь регулируя возможность прямохождения. Мы вспоминаем его лишь тогда, когда теряем равновесие и нас на мгновение охватывает ужас. Сильное, но мгновенное переживание. Мы быстро находим положения равновесия и страх улетучивается, уступая место уверенности.

Страх этого уровня невозможно отразить. Его «эпицентр» расположен очень глубоко. Он нам не опасен, он «прожит» нами. Он побежден положительным опытом в раннем детстве и теперь служит «мирным» целям. Совсем по другому обстоит дело с людьми до сих пор не победившими его или «договорившимися» с ним гораздо позже. В возрасте, в котором просто победа уже не возможна. Это характерно для всех людей с опорно-двигательными нарушениями. Когда мы попадаем на лошадь мы снова учимся находить равновесие от центра к периферии. Мы как будто заново проходим этапы собственного развития предваряющие «эпоху прямохождения». И если мы никогда не ползали и не ходили на четвереньках - мы можем начать с этого уровня. Лошадь дает нам такую возможность.

Лошадь живо реагирует на изменения в нашем настроении, (так как улавливает проявления этого в нашем поведении). Находясь на спине лошади, мы вынуждены мириться с изменением нашего положения в пространстве и времени. Мирится с тем, что мы попадаем в зависимость от этого свободолюбивого и инстинктивного существа. Мы более не можем действовать "напрямую", мы вынуждены транслировать нашу волю через движение лошади. Мы взаимодействуем с ней почти так же как мы взаимодействуем со своими бессознательными инстинктами подчиняя их сознательному решению (волеизъявлению). Инстинкт и разум. Образ кентавра не случайно посещает почти всех специалистов занимающихся психотерапией с использованием верховой езды. Управляя лошадью мы учимся управлять собой. И чем ближе в структуре нашей личности находятся границы разума и инстинкта, чем лучше диалог между этими двумя ипостасями нашего естества - тем проще нам постичь и понять СЕБЯ на лошади. То, что происходит с пациентами во время верховой езды можно сравнить с кризисом 3-х лет (Выготский Л.С.), с временем когда естественно-аутичный период нашего существования сменяется периодом обретения диалога с внешним миром, периодом обретения своего "Я". Однако этот процесс труден и даже опасен. Не случайно замечательный педагог Томас Вейс характеризуя переживания ребенка в этот критический период предлагает представить, что вы идя по улице встречаете самого себя. Сила подобного переживания настолько велика, что Вейс удивляется тому, что мы все не становимся аутистами, а преодолеваем страх и начинаем великий ДИАЛОГ с миром который продолжается всю нашу жизнь. От того какой будет эта встреча зависит очень многое. Одна встреча, которая определяет всю жизнь.

Иногда, в силу вполне объективных причин, ребенок так и не решается начать диалог. Ему слишком страшно. Он не получает достаточно подтверждений безопасности такого пути (диалога). Однако, процесс развития невозможно остановить. Выбор необходим. И тогда такой ребенок «выбирает» аутизм, как наиболее безопасный вариант. Зачастую это связано с гиперсензитивностью детей предрасположенных к аутизму, с большим количеством различных страхов уже сформировавшихся к этому периоду. Об этом факте говорит множество различных исследований, например исследования лаборатории РДА Института коррекционной педагогики РАО (рук. Д.п.н. Никольская О.С.) которые проводятся в течение последних 30 лет.

Выбрав «неправильное направление» в собственном развитии, ребенок начинает двигаться параллельно естественному вектору онтогенеза (рис. 1). В этом случае контакт с внешним миром становится опосредованным. Ребенок как будто смотрит на него со стороны, и ровно столько «за один раз» сколько позволяет ему инстинкт самосохранения. Увеличение этих периодов, установление устойчивой адекватной

связи с внешним миром - цель реабилитации в этом случае. Она достигается гораздо быстрее и «успешнее» если процесс воздействия осуществляется во время верховой езды.

Говоря о реабилитации, т.е. о восстановлении утраченных или не сформировавшихся функций, мы исходим из необходимости «возврата» в тот период онтогенеза, когда возникло отклонение. Необходимо «начинать сначала» выстраивая утраченные или не сформировавшиеся связи в соответствии с нормальной «программой развития» ребенка. Этап за этапом проходить весь путь заново.

И снова, лошадь позволяет нам моделировать ситуацию развития в т.ч. коммуникативных функций в до 3-х летнем периоде. Это утверждение основывается на значительном количестве наблюдений за поведением аутичных детей на лошади, осуществленных в разных странах независимо друг от друга. В онтогенезе аутист все дальше и дальше отдалается от реального мира, черпая необходимые ощущения и переживания в самом себе и в «предельно близком» окружении. Лошадь позволяет расширить этот круг максимально, поэтапно приближая его границы к отдаленным аутистом от себя границам внешнего мира (рис. 2). Ребенок легко принимает лошадь как существо с которым он может идентифицироваться. В начале он учится у нее общению с внешним миром (его собственный механизм общения почти такой же ил очень близок). И, затем, «через лошадь» он делает первый «шаг наружу».

«Через лошадь» - вместе с ней - и, затем, самостоятельно.

В начале лошадь «умеет общаться» лучше чем ребенок-аутист, но он ее постепенно обгоняет. Сравнивая свои успехи с ее возможностями, он постепенно приобретает опыт «успешности».

Лошадь может дать ребенку возможность переживания необходимого этапа онтогенеза. Этого не может, в полной мере, ни один взрослый специалист. И затем, после установления контакта с лошадью, пройдя первый этап, опыт взаимодействия, ребенок попадает в ситуацию в которой с ним может полноценно работать психотерапевт используя уже лошадь в качестве адаптивной и иницирующей среды. Опыт наблюдения за более чем 70 детьми на протяжении 9 лет подтверждает эти предположения.

Не вербальность лошади более «понятна» аутисту (как говорящему так и не говорящему). «Слова могут лгать. Способ выражения никогда не лжет» (В. Райх)

Изменение двигательного стереотипа как бы изнутри, особенно важно в преодолении патологических поведенческих реакций (поведенческих стереотипий характерных при аутизме). «Ригидность мускулатуры - соматическая сторона процесса подавления и основа его продолжающегося существования» (Вильгельм Райх).

Развитие сенсорных систем человека в онтогенезе достаточно хорошо изучено. Известно, что в разные периоды жизни различные сенсорные системы являются ведущими, играя роль основного информационного «спонсора». Речь идет о той информации в которой человек особенно нуждается на данном этапе своего развития. Функции остальных сенсорных систем в этот период становятся вспомогательными. Иногда можно говорить об инволюции, «игнорировании» сенсорных систем информация которых в данный момент времени может иметь «отвлекающий»

характер. Способность к синтезу *различной* информации возникает у человека далеко не сразу. В определенный момент возникает ситуация возможности совмещения 2-х и более сенсорных систем. Каждая система (информация поступающая через нее) «проверяется» и «подтверждается» другой системой постепенно расширяя общее информационное пространство, способствуя освоению стереогнозии.

(Зрительное подтверждение тактильных ощущений - в процессе манипуляции; совмещение слуховых и тактильных ощущений - хлопок в ладоши и т.д.) И только за этим этапом следует этап «сложного синтеза» сенсорной информации.

Верховая езда помогает человеку/ребенку «обновить» сенсорные переживания начальных-базовых периодов развития/онтогенеза. Моделируя ситуацию прямохождения (Hoff J.P - 1992) лошадь позволяет воссоздать условия (очень схожие с естественными) необходимые для формирования соотношения сенсорных стимулов так, как это естественно происходит в онтогенезе. В этом особенно нуждаются пациенты не имевшие такой возможности в соответствующих этапах своего развития - дети с церебральным параличом поздно начавшие ходить или не ходящие, дети с гиперактивным поведением и т.д.)

В процессе формирования адекватных реакций на сенсорные стимулы, формирования объективной «картины мира», ребенок естественно проходит через этап формирования представлений о «схеме своего тела». При этом важную роль играет своевременная латерализация, выделение фронтального направления. Этот этап, в свою очередь, необходим для формирования и адекватного восприятия бинокулярности зрения и бинуальности слуха. Любые отклонения в этом процессе (в т.ч. в результате аномалий в развитии сенсорных систем) часто приводят к серьезным нарушениям в развитии. Попадая в «пространство лошади» ребенок легко идентифицирует себя как часть возникающего (суммарного) двигательного акта с выраженной латерализацией и фронтальностью.

Можно утверждать, что в процессе «тренировки» сенсорных систем верховая езда, в целом способствуя латерализации, способствует формированию «правильного»/гармоничного сочетания бинокулярного зрения с бинуальным слухом.

С самых ранних этапов становления сенсорных систем в онтогенезе человек ориентируется в первую очередь на ощущения полученные непосредственно «через свое тело». Звук собственных шагов, хлопки в ладоши, линейно «проплывающее» пространство в направлении спереди-назад - эти ощущения абсолютно необходимы для нормального развития. На лошади мы можем воссоздать многое из этого, помогая ребенку заполнять пропущенные страницы в книге своей жизни.

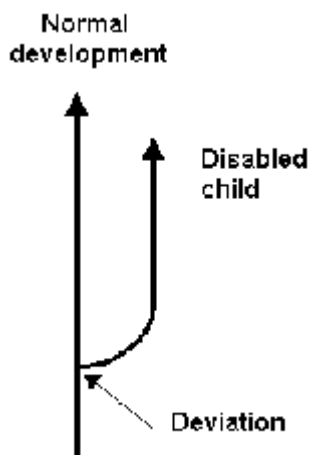
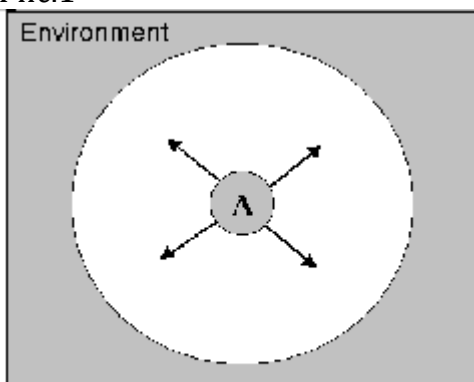
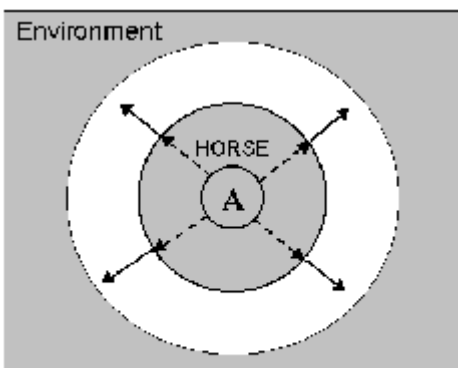


Рис.1



Vector – impulse of autistic child to outer world

Рис.2



Vector – impulse of autistic child to outer world multiplied by horse.

Рис.3

Литература:

1. **Выготский Л.С.**
2. **Thomas J. Weihs** (1974) Das entwicklungs-gestorte Kind. Stuttgart.
3. **Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М.** (1997) Аутичный ребенок - пути помощи. Москва
4. **Hoff J. P.** (1992) Activites equestres therapeutiques et psychomotricite. Unite de

Formation et de Recherche " Leonard de Vinci"

5. **E. Schopler, G. B. Mesibov.** (1985) Communication problems in autism / Eds- New York etc.: Plenum Press.

6. **Fadiman J., Frager R.** (1976) Personality and Personal Growth. New York, London.