

РОЗДІЛ VI. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИХОВАННЯ

УДК 373.3:37.015.31

DOI <https://doi.org/10.26661/2786-5622-2022-2-20>

ВИКОРИСТАННЯ ПЕТ-ТЕРАПІЇ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ ЯК УМОВА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

Потюк С. В.

*аспірантка кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
вул. Івана Франка, 24, Дрогобич, Львівська область, Україна
orcid.org/0000-0003-0887-5808
sofiapotuk@gmail.com*

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, іпотерапія, дельфінотерапія, каністерапія, фелінотерапія, молодший шкільний вік.

Стаття присвячена вивченню пет-терапії як інноваційної здоров'язбережувальної технології для роботи з молодшими школярами. Представлено теоретичний аспект та практичні рекомендації щодо організації навчально-пізнавальної діяльності у початковій школі. Розкривається генезис та можливості терапії. Проаналізовано вплив інноваційної технології в умовах Нової української школи, що фокусується на взаємодії з тваринами, які можуть позитивно впливати на психіку здобувачів освіти та сприяти розвитку сприйняття, пізнання, спілкування, рухової активності. Розглядається поняття пет-терапії як технології корекції здоров'я, яка дарує учням почуття прекрасного, сприяє максимальній мобілізації вольової діяльності, соціалізації, формуванню більш гармонійних стосунків зі світом. Вона повинна базуватися на системному та компетентнісному підходах. Охарактеризовано різновиди пет-терапії: каністерапія, іпотерапія, дельфінотерапія, фелінотерапія. Проаналізовано наукові джерела із цього питання і зроблено висновок про рівень зацікавленості вчителів та науковців у впровадженні терапії мета як формування здорового способу життя. Під час проведення дослідження впливу пет-терапії у навчальному процесі Нової української школи підтверджено: позитивну динаміку розвитку молодших школярів; покращення їхніх координаційних здібностей та емоційного стану, соціалізації та адаптації до взаємодії з навколишнім світом. З'ясовано переваги впровадження пет-терапії в освітньо-виховному процесі, в якому головною рушійною силою є вчитель, тому що вирішальним під час впровадження та поширення нововведень є суб'єктивний чинник. Зроблено узагальнюючі висновки, що здоров'язбережувальні технології дають змогу забезпечувати належне здоров'я дітей, піклуватися про високий рівень їх самореалізації, розвивати здоровий спосіб життя. Надано бібліографічний список.

USE OF PET-THERAPIA IN PRIMARY SCHOOL AS CONDITION FOR THE FORMATION OF A HEALTH COMPETENCE

Potiuk S. V.

*Postgraduate Student at the Department of General Pedagogy and Preschool Education
Drohobych State Pedagogical University of Ivan Franko
Ivan Franko str., 24, Drohobych, Lviv region, Ukraine
orcid.org/0000-0003-0887-5808
sofiapotuk@gmail.com*

Key words: *health, healthy lifestyle, hippotherapy, dolphintherapy, canistherapy, felinotherapy, younger school age.*

The article is devoted to learning of pet-therapy as an innovation of health keeper technology for work with younger peoples. The requests the theoretical aspect and practical recommendations for the organization of educational and cognitive function in primary school. It reveals the genesi and opportunities of therapy. Disclosed an innovative technology New Ukrainian School conditions. This technology provides comfortable psychologically safe environment in which child's individual and creative development occurs. Examined the "pet-therapy" concept as health correction technology. This method contributes to the maximum mobilization of volitional activity, socialization, and the formation of more harmonious relationships with the world. It should be based on systemic and competency-based approaches. Varieties of pet-therapy is characterized: canistherapy, hippotherapy, dolphintherapy, felinotherapy. Scientific sources on this issue are analyzed and conclusion is made about the high level of interest of teachers and scientists in the introduction of therapy for the formation of a healthy lifestyle. In the process study, positive dynamics have been confirmed in the development of children; improvement of their coordination abilities and emotional state, socialization and adaptation to interaction with the surrounding world. The advantages of introducing nontraditional technologies into the educational process are clarified. The main driving force behind innovation is the teacher, as the subjective factor is crucial in the implementation and dissemination of innovations. Generalized conclusions are made that health-preserving technologies make it possible to ensure the proper health of children, to take care of their high level of self-realization, to develop a healthy lifestyle. A bibliographic list is provided.

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Однією з особливостей сучасного світу є швидкий розвиток, в якому відбуваються масштабні взаємопов'язані процеси, що відображаються в соціумі та мають вплив на індивідів, їх фізичний, духовний і соціальний стан. З огляду на вищезазначені ознаки спостерігається тенденція погіршення ментального та фізичного здоров'я, збільшення кількості дітей, які потребують особливого і тривалого психолого-педагогічного супроводу, соціальної і медичної допомоги, тому слід приділити значну увагу формуванню здоров'язбережувальної компетентності в закладах загальної середньої освіти. Оскільки серед численних досліджень прослідковується негативна та прогнозована тенденція: збільшення частки відхилення від норми цілком здорових випускників початкової школи та низький відсоток від загальної кількості випускників

загальноосвітніх закладів, які є повноцінно здоровими. Щоб мінімізувати негативні явища, потрібно створити умови для педагогічної діяльності, які сприятимуть зниженню негативних емоцій, перенавантаженню, збільшенню рухової активності. Основним завданням педагогічних працівників є впровадження оздоровчих заходів, на яких використовуватимуться інноваційні технології, що спрямовані на зміцнення та збереження здоров'я. В останні роки спостерігається застосування інноваційних технологій, які здатні надавати коригуючий вплив на здоров'я школярів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Сьогодні в молодших школярів необхідно сформулювати здоров'язбережувальну компетентність при застосуванні різних методів, прийомів та технологій і за можливості включаючи інноваційну технологію – пет-терапію. Даним проблемним питан-

ням займаються багато науковців, які викладають теоретичні та методичні аспекти: Л. Обухова, Г. Іващенко, В. Кондрашин, Л. Шаповал, Н. Бібік тощо. Н. Кряжева наголошує на значущості взаємодії тварин з дітьми, при налагодженні та розширенні аспектів взаємодії діти ототожнюють себе з ними, що є передумовою у творенні власної картини світу, незважаючи на конкретність мислення, а також якщо в дітей наявні страхи або переживання, вони переносять це ставлення на тварин, кожна з яких має свій символічний зміст [2, с. 12]. За слушним зауваженням Р. Бергер та інших вчених, «пет-терапія сприяє розвитку в дітей-аутистів емпатії, незалежності та ініціативності, терпіння і самоконтролю, почуття власної значущості та компетентності, а найголовніше – розвитку почуття довіри через полегшення безумовного прийняття любові» [7, с. 114]. За дослідженнями психолога Алана Бека і психіатра Ерона Качора доведено, що тварини покращують емоційний стан, зменшують напругу й зміцнювати психічне здоров'я людини. Проблема впровадження пет-терапії та її різновидів в навчально-пізнавальній діяльності потребує більш ретельного вивчення.

Мета статті полягає у виявленні особливостей використання пет-терапії в навчально-пізнавальній діяльності Нової української школи та аналізі впливу на учнів молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Неможливо уявити сучасний світ без тварин. Згідно із соціологічним опитуванням компанії Research & Branding Group, домашні улюбленці присутні у житті практично кожного другого жителя України [4]. Проаналізувавши взаємодію тварини і дитини, встановили, що результат такого спілкування здійснює позитивний вплив на психологічний та емоційний стан, гармонійний розвиток.

У ході аналізу наукових джерел було виявлено, що процес лікування хвороб за допомогою тварин розглядався з давніх років. Про це згадується в дослідженнях приблизно з V століття до н.е. Гіпократ помітив позитивний вплив тварини на людину, що вважається своєрідною появою терапії. Із цього часу тварин почали використовувати для лікування хвороб у Давньому Єгипті та Давній Греції, а в Давній Індії застосовували спів птахів як ліки [3, с. 785].

Аналізуючи діяльність Вільяма Тьюка, який у 1796 році заснував лікарню для душевнохворих «Ретрит», бачимо нововведення, а саме: в лікарні замість ліків та гамівних сорочок для психічно хворих почали застосовувати собак, які здійснювали позитивний вплив на хворих. Висновки впровадження методики: зниження агресії та частоти нападів у пацієнтів. У США напрям терапії почав впроваджуватися та розвиватися в 60-х роках XX століття. Американський дитячий психіатр Борис

Левінсон представив ідею пет-терапії Американській психологічній асоціації, яку спочатку розглядали з цинізмом, проте його це не зупинило і він надалі продовжував досліджувати взаємодію дитини і собаки Джиглса та помітив, що пацієнти заспокоювались та позитивно реагували на тварину, яка під час сеансу лікування знаходилася в кабінеті. Ефективність дослідження було підтверджено, і на основі цього він запропонував використовувати собак для лікування психічних розладів. Борис Левінсон вперше до наукового обігу увів термін «пет-терапія» у 1969 році.

Щодо України, то термін «пет-терапія» використовується порівняно нещодавно і в перекладі з англійської означає лікування, засноване на взаємодії з улюбленою твариною. Суть методу: через взаємодію дитини з твариною відбувається позитивний вплив на дитину.

У педагогіці пет-терапія трактується як засіб педагогічних інновацій, спрямований на створення позитивних емоцій або усунення страху за допомогою тварин (кішки, собаки, кролика, птаха, коня тощо).

Виділяють основні функції пет-терапії: психофізіологічна функція (полягає в позбавленні людини від стресу, покращенні роботи нервової системи та нормалізації психіки); психотерапевтична функція (сприяння гармонізації міжособистісних відносин, підвищення рівня соціалізації); реабілітаційна функція (допомога психічній і соціальній реабілітації); функція задоволення потреби в компетентності (виражається формулою «Я можу»); функція самореалізації (реалізація свого внутрішнього потенціалу); функція спілкування (сприяє задоволенню потреби в спілкуванні).

Аналіз науково-методичної літератури дає змогу виокремити види пет-терапії залежно від умов використання тварин та допоміжного матеріалу:

- 1) спрямована (взаємодія базується з навченими тваринами за спеціально розробленими терапевтичними програмами);
- 2) неспрямована (використання тварин у домашніх умовах, без додаткових програм та без усвідомлення їх лікувального ефекту);
- 3) використання символів – малювання, читання книг, ігри.

Таким чином, узагальнивши проаналізовані наукові джерела, виділяють напрямки [1, с. 35–36] використання пет-терапії:

- 1) допомога в нормалізації стану людини в кризовій ситуації;
- 2) допомога у процесі соціалізації і поліпшення соціальної взаємодії;
- 3) допомога у процесі реабілітації для правопорушників;

- 4) допомога клієнтам із низькою мотивацією;
- 5) допомога людям із проблемами концентрації уваги і гіперактивності;
- 6) допомога особам із психічними захворюваннями;
- 7) допомоги особам із невиліковними захворюваннями;
- 8) допомога клієнтам із функціональними обмеженнями здоров'я;
- 9) допомога в подоланні почуття самотності.

У Новій українській школі навчально-пізнавальний процес базується на принципах педагогіки партнерства. Основа підходу полягає у співпраці між усіма учасниками процесу – учнями, вчителями, батьками. З огляду на те, що педагогіка партнерства є ключовим компонентом Нової української школи, а педагог є організатором освітнього процесу, одним із завдань його педагогічної діяльності є підтримка прагнення дітей до пізнання та формування здорового способу життя, а також важливою умовою є спонукання педагогічного колективу до пошуку шляхів підвищення інтересу учнів до отримання знань, формування умінь та навичок завдяки урізноманітненню змісту, форм та прийомів через застосування інновацій. Обов'язковою умовою у плануванні навчально-пізнавальної діяльності вчителів є принцип дитиноцентризму. Згідно з Концепцією НУШ основна роль у цьому процесі належить дитині. Узагальнюючи вищесказане, можна стверджувати, що для розвитку соціально-адаптаційних можливостей особистостей доцільно впроваджувати інноваційні технології, особливо ті, які служать додатковим каналом взаємодії з навколишнім середовищем, а саме контакти з тваринами, тому особлива роль відводиться пет-терапії. На наш погляд, неоцінене значення мають і різновиди: каністерапія, іпотерапія, дельфінотерапія, феліно-терапія тощо – у формуванні здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку.

Каністерапія – лікування за допомогою собак, метод який рекомендовано залучати при взаємодії з емоційно лабільними дітьми, аутистами, з пацієнтами, що страждають від депресій, посттравматичних розладів та під час навчання читання дітей страждають на дислексію. Собаки під час взаємодії з дітьми з особливими освітніми потребами допомагають справлятися з браком сенсорної та емоційної обізнаності та викликати реакцію в дітей з низьким сенсорним та емоційним рівнем збудження. Переважно займаються впровадженням каністерапії спеціально навчені особи, які називаються каністерапевти. Вони працюють у школах, лікарнях, центрах реабілітації та інших соціальних установах. Каністерапія може використовуватися у двох аспектах: як психотерапевтична методика, що сприяє розвитку розумових

і емоційних здібностей, поліпшенню рухових функцій і моторики, та для посилення ефективності розвитку особистості при корекції, реабілітації та соціальної адаптації дітей з нестандартними особливостями розвитку [5, с. 121]. Лікування собаками відіграє величезну роль при психологічній реабілітації жертв війни, насильства чи стихійних лих. Наприклад, якщо учень не може читати вголос у класі, хоча добре читає, але наявні почуття сором'язливості або нервозності, то йому потрібна спеціальна підтримка, зокрема читання за участі спеціально навчених собак.

Іпотерапія – терапія за допомогою коней, включаючи їзду верхи та спілкування з конем. Застосовується для реабілітації школярів з аутизмом, дитячим церебральним паралічем та іншими важкими захворюваннями. За даними досліджень, результатами їзди на коні прийнято вважати: полегшення симптомів хвороби Альцгеймера; покращення чутливості до інсуліну у хворих на цукровий діабет; допомогу у справлянні з наслідками різних травм чи при виражених невралгічних розладах.

Дельфінотерапія – терапія за допомогою дельфінів. Основоположники вважаються Бетсі Сміт і Девід Натансон. Спілкування з дельфінами дозволяє покращити психоемоційний стан, мовні навички у хворих синдромом Дауна, допомагає розумово відсталим людям концентрувати увагу, збільшує здатність до сприйняття інформації і концентрації, знімає психологічну напругу. Ефективною є під час реабілітації дітей з дитячим церебральним паралічем, аутизмом, неврологічними і психічними розладами. Суть терапії полягає в тому, що є три терапевти, пацієнт, який плаває на поверхні води за допомогою надувних засобів для плавання, що залишають відкритими значні частини його тіла у воді, та дельфіни, які плавають поруч та часто доторкаються до пацієнта своїми тілами [6, с. 259].

Фелінотерапія – терапія за участі кішок. Лікування кішками благотворно впливає на хворих з онкологією, синдромом хронічної втоми, на людей, що страждають на головні болі, депресії, неврози, безсоння, різні запалення. Ці тварини здатні серйозно знизити рівень стресу і позитивно впливають на серцево-судинну систему людини.

Уваги заслуговують і птахи та акваріумні рибки, які заспокоюють нерви й піднімають настрій; морські свинки позитивно впливають на соціальну поведінку дітей.

Унікальність впливу пет-терапії на дітей з особливими освітніми потребами проявляється по-різному. Наприклад, діти з гіпертрофованою активністю, які у звичайному житті не здатні здійснювати будь-які нормальні дії через занадто високий рівень тривожності, під час контакту з кішками заспокоюються настільки, що

можуть нормально взаємодіяти із тваринами та іншими людьми; для аутичних дітей простіше знайти «спільну мову» із собакою, ніж із дорослими або іншими дітьми. Собаки навчають дітей звертати увагу на мову тіла – жести, вирази обличчя. Залучають їх до спільних ігор та пробуджують у них інтерес до спілкування [6, с. 257]. Цей вид терапії прекрасно поєднує в собі лікувальний ефект із задоволенням і приємними враженнями від спілкування із тваринами.

До прикладу, в навчально-пізнавальній діяльності під час тематичного тижня «Світ тварин» проводяться інтегровані уроки, на яких використовуються символи тварин: зображення, образи, іграшки, казкові герої, живі тварини, які безпечні для спілкування, а також звуки тварин. Доцільно проводити пет-терапію на уроках читання, мистецтва, фізичної культури, в позаурочний час у поєднанні з арт-терапією, казкотерапією, портфоліо, музикотерапією, сміхотерапією, ігротерапією, бібліотерапією, лялькотерапією тощо. Терапію проводиться як в індивідуальній, так і в груповій формі.

Під час застосування технології з'ясовано ряд переваг: залучення собак, кішок, рибок, черепах у процес навчання читанню надає додаткову практику в набутті усних навичок, у процесі читання з тваринами, цей процес стає легшим та заохочує читати вголос у школі, спостерігається відчуття впевненості, під час відповіді на запитання, пов'язані з читанням, проявляються якості лідера; повертаючи книгу до тварини, читаючи вголос і роблячи вигляд, що він є вчителем, дитина розвиває вміння працювати згідно із правилами роботи в групі чи в парі, дотримуючись черги почитати чи розказати історію тварині; присутній заспокій-

ливий фактор, який сприяє зменшенню стресів та тривоги, тому що взаємодія з твариною заспокоює учнів при виконанні завдань різного ступеня складності та надає почуття гордості; виконання завдань із домашніми улюбленими є стимулом для читання, письма, лічби вдома; молодші школярі відчують себе комфортно, бо тварини не осуджують і не насміхаються; процес пестощів може допомогти руховим навичкам; діти відчують себе в безпеці; навчаються добру та співчуттю, стають толерантними, доброзичливими та відповідальними, покращуються навички спілкування, а для дітей з особливими потребами терапія з тваринами працює як соціальний каталізатор.

Висновки та перспективи подальших розробок у цьому напрямку. Аналізуючи психолого-педагогічні джерела, напрацювання науковців, практичну діяльність, доходимо висновку, що спілкування з тваринами має заспокійливий ефект, сприяє зниженню артеріального тиску та зменшенню частоти серцебиття, впровадження в навчально-пізнавальну діяльність пет-терапії має на меті зберегти, зміцнити здоров'я учнів. У роботі з молодшими школярами пет-терапія застосовується в сукупності з арт-терапевтичними технологіями, що дозволяє пришвидшити процес знайомства та входження в соціум, розвиток необхідних умінь для життєдіяльності. Слід пам'ятати, що при використанні пет-терапії важливо врахувати алергічні та паразитарні захворювання.

Перспективним напрямком подальшого опрацювання порушеної теми вважаю розроблення системи роботи в напрямку пет-терапії щодо формування здорового способу життя учнів початкової школи.

REFERENCES

1. Клевака Л.П. Досвід використання канистерапії в діяльності закордонних соціальних працівників. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі: II ВСЕУКРАЇНСЬКА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ*. 2020. С. 33–38.
2. Кряжева Н.Л. Кот и пес спешат на помощь. Ярославль: «Академия, К», «Академия развития», 2000. 176 с.
3. Непомнящих Т.А. Анималотерапия как вид медико-социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями. *Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты: VII Междунар. науч.-практ. интернет-конференция*. Чита : Забайкал. гос. ун-т, 2016. С. 784–792.
4. Research & Branding Group. URL: <http://rb.com.ua/blog/koshki-i-sobaki-v-zhizni-ukraincev/> (дата звернення: 15.05.2022).
5. Татаринцева Н.А. Канистерапия как метод работы с молодыми людьми с ограниченными возможностями здоровья (18-30 лет). *ВНЕ РАМОК, ВНЕ ГРАНИЦ*, 2016. 121 с.
6. Федій О.А. Естетотерапія : навч. посіб. Вид. 2-ге, переробл. і допов. Київ : «Видавництво «Центр учбової літератури», 2021. 304 с.
7. Чуприков А.П., Хворова А.М. Расстройства спектра аутизма: медицинская и психолого-педагогическая помощь. Изд. 2-е, дополн. Львов : Мс, 2013. 272 с.

REFERENCE

1. Klevaka L. P. (2020) Dosvid vikoristannya kanisterapiyi v diyalnosti zakordonnih sotsialnih pratsivnikiv [Experience in the use of canine therapy in the activities of foreign social workers]. Proceedings of the

Suspilstvo i osobistist u suchasnomu komunikatsynomu diskursi: II VSEUKRAYINS'KA NAUKOVO-PRAKTICHNA KONFERENTSIYA (Zaporozhye, April 9-10, 2020), Zaporozhye: Zaporizhzhya Polytechnic National University. pp. 33-38.

2. Kryazheva, N. L. (2000). *Kot i pes speshat na pomosch* [Cat and dog rush to the rescue]. Yaroslavl: Akademiya razvitiya. (in Russian)
3. Nepomnyaschih, T.A. (2016). *Animaloterapiya kak vid mediko-sotsialnoy reabilitatsii lits s ogranichennyimi vozmozhnostyami* [Animal therapy as a type of medical and social rehabilitation of people with disabilities]. Proceedings of the *Sostoyanie zdorovya: meditsinskie, sotsialnyie i psihologo-pedagogicheskie aspektyi*. Otv. red. ST Kohan. Chita: Zabaykalskiy gosudarstvenniy universitet, pp.784-792.
4. Research & Branding Group. URL: <http://rb.com.ua/blog/koshki-i-sobaki-v-zhizni-ukraincev/> (date of access: 15.05.2022).
5. Tatarintseva N. A. (2016) *Kanisterapiya kak metod raboty s molodyimi lyudmi s ogranichennyimi vozmozhnostyami zdorovya (18–30 let)* [Canistherapy as a method of working with young people with disabilities (18–30 years old)]. VNE RAMOK, VNE GRANITs. (in Russian)
6. Fediy O.A. (2021) *Estetoterapiya* [Aesthetic therapy]: navch.posib. Vid. 2-ge, pererobl. I dopov. K.: "Vidavnitstvo "Tsentr uchbovoYi literaturi" (in Ukrainian)
7. Chuprikov, A. P., & Hvorova, G. M. (2013). *Rasstroystva spektra autizma. Meditsinskaya i psihologo-pedagogicheskaya pomosch* [Autism Spectrum Disorders: Medical, Psychological and Pedagogical Assistance]. Lviv:MS (in Russian)