



MATERIALELE
Conferinței științifico-practice
„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ
A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL
MULTIPLELOR CRIZE”

EDIȚIA A X-A

11 MAI 2023, CHIȘINĂU,
REPUBLICA MOLDOVA

Chișinău-2024
Stratum plus

Editarea volumului „Materialele Conferinței științifico-practice
‘Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize’”
este realizată cu suportul financiar al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO
în cadrul programelor de participare UNESCO și a proiectului „Promovarea egalității de gen în
Moldova prin integrarea perspectivei de gen în familie și instituții de învățământ”

Publication of the volume “Materials of the Scientific-Practical Conference
‘FAMILY RESILIENCE PERSPECTIVES IN THE CONTEXT OF MULTIPLE CRISES’
is carried out with the financial support of the National Commission of the Republic of Moldova for
UNESCO within the UNESCO participation programs and the project “Promoting gender equality in
Moldova by integrating the gender perspective in the family and educational institutions”

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN REPUBLICA MOLDOVA

“Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize”, conferință
științifico-practică (10 ; 2023 ; Chișinău). Materialele Conferinței științifico-
practice “Perspectivele de reziliență a familiei în contextul multiplelor crize”, Ediția
a 10-a, 11 mai 2023, Chișinău / comitet științific: Luminița Drumea [et al.]. – Chi-
șinău : Stratum Plus, 2024 (Blitz Poligraf). – 226 p. : fig.

Antetit.: Universitatea de Stat din Moldova [et al.]. – Texte : lb. rom., engl., rusă. –
Rez. paral.: lb. rom.-engl., engl.-rusă. – Referințe bibliogr. la sfârșitul art. – Editat cu
suportul financiar al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO.
– 700 ex.

ISBN 978-9975-3651-5-4. – ISBN 978-9975-3651-6-1 (PDF).

37.0:316.356.2(082)=135.1=111=161.1

P 52

Scopul conferinței este de a reitera importanța instituției familiei și necesitatea abordă-
rii multidimensionale a acesteia, inclusiv din perspectivă socială și educațională, în ve-
derea asigurării stării de bine a membrilor familiilor, în special în contextul multiplelor
crize (pandemiei COVID-19, crizei umanitare generate de războiul în Ucraina, crizei
energetice).

* Responsabilitatea asupra conținutului articolelor revine în exclusivitate autorilor.
Selectarea și prezentarea informației, precum și opiniile expuse în această publicație aparțin au-
torilor/autoarelor și nu reflectă obligatoriu viziunea UNESCO.

Se distribuie gratuit.

© Universitatea de Stat din Moldova, 2024

© Comisia Națională a Republicii Moldova pentru UNESCO, 2024

© Instituția Privată Publicație Periodică „Stratum plus”, 2024

COMITET ȘTIINȚIFIC:

Luminița DRUMEA, Doctor în filologie, Secretar General Adjunct al Comisiei Naționale a Republicii Moldova pentru UNESCO

Svetlana ANDRIEȘ, Coordonatoare de program, UN Women in Moldova

Felicia BECHTOLDT, Secretară de Stat, Ministerul Muncii și Protecției Sociale

Valentina BODRUG-LUNGU, Doctor habilitat, profesor univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru

Valentina CHICU, Consilieră a Președintei Republicii Moldova în domeniul educației și cercetării

Otilia DANDARA, Doctor habilitat, profesor, Prim-prorector, Universitatea de Stat din Moldova

Dumitru DRUMEA, Președinte, Speranța'87, Moldova

Vladimir GUȚU, Doctor habilitat, profesor univ., decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

Valeria PASCARU-GONCEAR, Doctor, lect. univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

Lilia PASCAL, Ministerul Muncii și Protecției Sociale

Viorica REABOI-PETRACHI, Doctor, lect. univ., Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

Igor ȘAROV, Doctor, conferențiar univ., rector, Universitatea de Stat din Moldova

Maia ȘEVCIUC, Doctor, profesor univ., șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

Ana TARNOVSCHI, Doctor, conferențiar univ., prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

Svetlana TOLSTAIA, Doctor, conferențiar univ., Departamentul Psihologie, Universitatea de Stat din Moldova

Carolina ȚURCANU, Doctor, conferențiar cerc., șef, Centrul de Cercetări Științifice „Politici educaționale și sociale”, Universitatea de Stat din Moldova

Tataiana UDREA, Manager de program, UN Women in Moldova

COMITET ORGANIZATORIC:

Valentina BODRUG-LUNGU, Doctor habilitat, profesor univ., Universitatea de Stat din Moldova, Președinta Gender-Centru

Vladimir GUȚU, Doctor habilitat, profesor univ., decan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

Aura MUTRUC, Universitatea de Stat din Moldova

Igor ȘAROV, Doctor, conferențiar univ., rector, Universitatea de Stat din Moldova

Maia ȘEVCIUC, Doctor, profesor univ., șef, Departamentul Științe ale Educației, Universitatea de Stat din Moldova

Ana TARNOVSCHI, Doctor, conferențiar univ., prodecan, Facultatea Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

Carolina ȚURCANU, Doctor, conferențiar cerc., șef, Centrul de Cercetări Științifice „Politici educaționale și sociale”, Universitatea de Stat din Moldova

Miroslava VALIC, Universitatea de Stat din Moldova

Tehnoredactare: Carolina ȚURCANU

CUPRINS

Conceptul celebrării zilei internaționale a familiei 9

COMUNICĂRI ÎN PLEN

Andriana BÂTCA,
Ina SCATICAIOV
(Republica Moldova)

Măsurile statului de suport pentru
familiile cu copii

Viorica
REABOI-PETRACHI
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a ca-
drelor didactice în contextul crizei
umanitare

Svetlana TOLSTAI
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a
părinților în situații de urgență

Lucia FLIURȚA
(Republica Moldova)

Reziliența psiho-emoțională a
adolescenților în situații de urgență

Valeria
PASCARU-GONCEAR
(Republica Moldova)

Recomandări pentru acordarea
asistenței psihologice și pedagogice
refugiaților

Tatiana UDREA
(Republica Moldova)

Inițiative de susținere economică
a familiilor prin prisma de gen în
contextul crizelor

Dumitru DRUMEA
(Republica Moldova)

Importance of fighting GBV: why
is important to protect the women?

COMUNICĂRI ÎN ATELIER

E. АНДРЕЕВСКАЯ (<i>Republica Moldova</i>). Психологическая опасность образовательной среды для жизни и здоровья детей и подростков	13
Л. АНЦИБОР, Т. НОСОВА (<i>Republica Moldova</i>). Влияние ипповенции на психоэмоциональный статус и устойчивость женщин в период кризиса	21
V. BALERCĂ (<i>România</i>). Intervenția psihologului de familie în reglarea situațiilor de criză	29
M. BLÎNDUL (<i>Republica Moldova</i>). Influența familiei asupra modului sănătos de viață a copiilor	37
A.-R. BORȘ (<i>România</i>). Family-school partnership practices	43
Н. БРАЙЛЯН (<i>Republica Moldova</i>). Взаимосвязь асертивного поведения и уровня мотивации достижения успеха в учебной деятельности студентов вуза	49
F. CHEIA (<i>România</i>). Adaptarea curriculară pentru integrarea copiilor cu cerințe educative speciale (C.E.S) și schimbările de perspectivă generate de fenomenul globalizării	59
O. GROIȚĂ (<i>Republica Moldova</i>). Valorificarea consilierii în eficientizarea relațiilor cu familia la persoanele dependente de droguri	71
T. IVANOV (<i>Republica Moldova</i>). Strategii de reglare emoțională la supraviețuitoarele violenței în familie	85
C. L. LUNG (<i>România</i>). Rolul familiei în viața pacienților cu boli inflamatorii cronice și psihopatologie asociată	95
R.-M. LUPUȘOR (<i>România</i>), V. BODRUG-LUNGU (<i>Republica Moldova</i>). Rolul familiei în procesul de integrare a copilului cu autism în procesul educațional	103

L. MARGINEAN (<i>Republica Moldova</i>). Importanța promovării de către autorități a mesajelor cu privire la dreptul copiilor la o familie	109
B. ПАСКАРУ-ГОНЧАР (<i>Республика Молдова</i>). Рекомендации для оказания психолого-педагогической помощи беженцам	119
A. RACU, T. MUNTEANU (<i>Republica Moldova</i>). Noi viziuni asupra familiei care are în componență copii cu dizabilități.	129
O. RUDIC (<i>Republica Moldova</i>). Abordări internaționale de combatere a inegalităților de gen în contextul multiplelor crize recente, cu efect de ameliorare a impactului asupra familiei	139
M. SUCIAGHI (<i>România</i>). Rolul și implicarea familiei în îngrijirea pacienților spitalizați în secțiile de anestezie și terapie intensivă	153
S. TOLSTAIA (<i>Republica Moldova</i>). Reziliența psihologică a părinților în situații de urgență	163
M. TOMA (<i>Republica Moldova</i>). Importanța terapiilor individuale în demersul compensator și / sau recuperator al elevului cu C.E.S.	173
M. UNGUREANU (<i>România</i>). Soluții ale școlii pentru reziliența familiei. Eroii basmelor — modele de reziliență	183
D. VASILACHE (<i>Republica Moldova</i>). Teorii ale conceptului de cuplu: sinteze teoretice	191
H. WITTMAN (<i>Israel</i>). Teaching methods of multilingual education in schools. Motivation and multilingual education in schools	199
B. BEAUJOLAIS (<i>United State of America</i>), V. BODRUG-LUNGU (<i>Republica Moldova</i>). Empowerment self-defense as a strategy to promote family resilience in Moldova.	211
Д. ДРУМЯ (<i>Republica Moldova</i>). Роль НПО в продвижении института семьи и гендерном воспитании в контексте устойчивости семьи в период множественных кризисов (на примере деятельности НПО «Speranta'87 Moldova»)	219

CONCEPTUL CELEBRĂRII ZILEI INTERNAȚIONALE A FAMILIEI

Ziua Internațională a Familiei este marcată anual la 15 mai, în conformitate cu Rezoluția 47/237 din 20 septembrie 1993 a Adunării Generale a ONU. Prin adoptarea rezoluției respective, Națiunile Unite au confirmat angajamentul de a promova progresul social și standarde de viață mai bune pentru familiile din întreaga lume, sprijinând nu numai familiile, dar și culturile de pe glob.

Această zi oferă o oportunitate de a crește gradul de conștientizare cu privire la problemele legate de familii și de a fortifica cunoștințele despre procesele sociale, economice și demografice care le afectează. Obiectivul principal al acestei zile este de a evidenția importanța familiilor în cadrul societății și de a promova valorile majore ale familiei: dragoste, respect, egalitate, parteneriat, împărțirea responsabilităților casnice, prevenirea/ combaterea violenței în familie, concilierea vieții profesionale cu viața de familie, etc.

Prin Hotărârea Parlamentului nr. 433 din 26.12.1990 cu privire la zilele comemorative, zilele de sărbătoare și la zilele de odihnă în Republica Moldova, începând cu anul 2010, Ziua Familiei este consemnată ca sărbătoare la nivel național pe data de 15 mai. Guvernul, structurile de stat, APL, organizațiile non-guvernamentale, instituțiile de învățământ și persoanele fizice, etc. sunt încurajate să organizeze celebrarea Zilei pentru promovarea valorilor familiei.

În anul 2023 la nivel global Ziua de 15 mai are ca subiect: **Familiile și noile tehnologii**. Tehnologiile au devenit o parte componentă a existenței umane, atât cu impact negativ cât și cu impact pozitiv. În contextul, transformărilor sociale rapide, valorificarea acestora reprezintă instrumente valoros al dezvoltării durabile.

Reiterăm faptul că familia este unitatea de bază a societății. În familie din copilărie învățăm abilitățile esențiale de viață, care ne ajută să supraviețuim și să ne dezvoltăm pe tot parcursul vieții.

Pe parcursul ultimilor ani, ne-am confruntat cu diverse amenințări și nesiguranțe. În acest proces, am pierdut multe dar și am învățat și învățăm multe lucruri. Drept provocare dar și condiție a dezvoltării

Conferința științifico-practică
„PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL MULTIPLELOR CRIZE”
11 mai 2023, Chișinău, Republica Moldova

umane se conturează capacitatea noastră de reziliență în plan personal, social și profesional, atât la nivel de familie cât și la nivel de societate.

În contextul celor menționate anterior, în vederea celebrării Zilei Familiei în 2023, se propune organizarea conferinței științifico-practice naționale cu participare internațională la tema: **PERSPECTIVELE DE REZILIENȚĂ A FAMILIEI ÎN CONTEXTUL MULTIPLELOR CRIZE**. Evenimentul este organizat în colaborare dintre Universitatea de Stat din Moldova, Ministerul Muncii și Protecției Sociale, Ministerul Educației și Cercetării, UNESCO, UN Women, Platforma pentru Egalitate de Gen, Gender-Centru, HopeSperanta’87.

Scopul conferinței este de a reitera importanța instituției familiei și necesitatea abordării multidimensionale a acesteia, inclusiv din perspectivă socială și educațională, în vederea asigurării stării de bine a membrilor familiilor, în special în contextul multiplelor crize (pandemiei COVID-19, crizei umanitare generate de războiul în Ucraina, crizei energetice).

COMUNICĂRI ÎN PLEN

MĂSURILE STATULUI DE SUPORT
PENTRU FAMILIILE CU COPII

Andriana BÂTCA, Ina SCATICAILOV
Ministerul Muncii și Protecției Sociale, Republica Moldova

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A CADRELOR DIDACTICE
ÎN CONTEXTUL CRIZEI UMANITARE

Viorica REABOI-PETRACHI, dr., lect. univ.
*Departamentul Științe ale Educației,
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A PĂRINȚILOR
ÎN SITUAȚII DE URGENȚĂ

Svetlana TOLSTAIA, dr., conf. univ.
*Departamentul Psihologie,
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

REZILIENȚA PSIHO-EMOȚIONALĂ A ADOLESCENȚILOR
ÎN SITUAȚII DE URGENȚĂ

Lucia FLIURȚA
AveCopii, Republica Moldova

RECOMANDĂRI PENTRU ACORDAREA ASISTENȚEI
PSIHOLOGICE ȘI PEDAGOGICE REFUGIAȚILOR

Valeria PASCARU-GONCEAR, dr., lect. univ.
*Departamentul Științe ale Educației,
Universitatea de Stat din Moldova, Republica Moldova*

INIȚIATIVE DE SUSȚINERE ECONOMICĂ
A FAMILIILOR PRIN PRISMA DE GEN
ÎN CONTEXTUL CRIZELOR

Tatiana UDREA,
Manager de program, UN Women în Moldova, Republica Moldova

IMPORTANCE OF FIGHTING GBV:
WHY IS IMPORTANT TO PROTECT THE WOMEN?

Dumitru DRUMEA, dr.
Secretar General Speranța '87, Moldova, Republica Moldova

Влияние ипповенции на психоэмоциональный статус и устойчивость женщин в период кризиса

Л. АНЦИБОР, Т. НОСОВА

В связи с увеличением частоты возникновения стрессовых и травматических ситуаций для всех людей, а особенно для женщин, в периоды кризиса, специалисты разных областей должны оперативно решать задачи по разработке эффективных методов компенсации негативных последствий и обеспечению реабилитации пациентов, попавших в кризисную ситуацию. Среди нетрадиционных подходов можно выделить ипповенцию (EFL, Equine Facilitated Learning) — одну из форм анималотерапии. Ипповенция, или эффективное взаимодействие с лошастью (от «иппо» — лошадь, и психологическая «интервенция»), представляет собой область, в которой сочетаются различные формы контакта с лошастью, обладающие значительным потенциалом для психотерапии и развития личности.

Этот вид терапии представляет собой мощный инструмент для людей, страдающих от психологических проблем, так как он предоставляет уникальную возможность взаимодействия с лошадьми и природой в поддерживающей и безоценочной обстановке.

Ключевые слова: кризис, депрессия, ПТСР, иппотерапия, ипповенция, EFL, анималотерапия

The influence of equine-assisted therapy (EFL) on psychoemotional status and resilience of women in times of crisis

L. ANTIBOR, T. NOSOVA

When increase stressful and traumatic situations for all people, and especially for women, during periods of crisis, specialists from different fields must quickly solve the task of developing effective methods to compensate for the negative consequences and ensure the rehabilitation of patients in a crisis situation. Among non-traditional approaches, one can single out EFL, Equine Facilitated Learning — one of the forms of animal therapy. EFL is, or effective interaction with the horse (from „ippo” — horse, and psychological „intervention”), is an area that combines various forms of contact with the horse, which have significant potential for psychotherapy and personal development.

This type of therapy is a powerful tool for people suffering from psychological problems, as it provides a unique opportunity to interact with horses and nature in a supportive and nonjudgmental environment.

Keywords: crisis depression Equine Facilitated Learning, EFL, Post Traumatic Stress Disorder, PTSD

Сегодня глобальный кризис ставит перед нами новые вызовы. В связи с увеличением в кризисные периоды частоты возникновения стрессовых и травматических ситуаций для всех людей, а особенно для женщин, специалисты разных областей должны оперативно решать задачи по разработке эффективных методов компенсации негативных последствий и обеспечению реабилитации пациентов, попавших в трудную жизненную ситуацию. Среди нетрадиционных подходов можно выделить ипповенцию (EFL, Equine Facilitated Learning) — одну из форм анималотерапии. Ипповенция, или эффективное взаимодействие с лошадью (от „иппо” — лошадь, и психологическая „интервенция”), представляет собой область, в которой сочетаются различные формы контакта с лошадью, обладающие значительным потенциалом для психотерапии и развития личности.

Этот вид терапии представляет собой мощный инструмент для людей, страдающих от психологических проблем, так как он предоставляет собой уникальную возможность взаимодействия с лошадью и природой в поддерживающей и безоценочной обстановке.

EFL основано на взаимодействии между людьми и лошадьми в терапевтической среде. Главная цель EFL заключается в создании и укреплении эмоционального и психологического благополучия путем использования уникальных свойств лошадей, таких как их размер, сила, покорность, обучаемость, а также способность к невербальной коммуникации. EFL может включать различные формы взаимодействия, включая верховую езду, активности на земле, элементы вольтижировки и другие.

Часто EFL рассматривается как дополнительная или альтернативная форма терапии, используемая в сочетании с другими методами, такими как фармакологическое лечение и традиционная психотерапия. Она может быть применена для лечения широкого спектра расстройств, включая тревожность, депрессию, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) — все эти проблемы являются следствием глобального кризиса и особенно затрагивают женщин, включая матерей и женщин пожилого возраста.

Тесная связь между человеком и животным была концептуализирована в XX веке психологом Борисом Левинсоном и этологом Конрадом Лоренцем. Эта связь была объяснена ими как внутренне присущая человеку потребность единения с природой [4].

То, что EFL помогает управлять симптомами тревоги и депрессии, частично связано с уникальными свойствами лошадей, которые благодаря своим габаритам, мощи, человекоориентированности, а также тому, что эти животные являются табунными, а следовательно, высоко социальными, могут помочь почувствовать спокойствие и эмоциональную стабильность, так необходимые пациентам с ПТСР, депрессивными и тревожными расстройствами.

Заметим, что в условиях кризиса, когда в статусе беженцев находится более 100 миллионов человек (эту печальную статистику по результатам 2022 года представил генсек ООН Антониу Гуттериш), и третье место среди пострадавших стран занимает наш непосредственный сосед Украина, появляется новый тип пациентов — это семьи, состоящие из женщин разных возрастов и детей. Такой собирательный пациент — это совершеннолетняя женщина, одна или две женщины пожилого возраста и дети. Такие семьи, сложившиеся именно в условиях вынужденного перемещения, в последние 14 месяцев обращаются за помощью вместе и зачастую продолжают поддерживать связь на расстоянии даже после того, как курс по тем или иным причинам окончен.

В этом смысле интересен опыт Японии, где Министерство здравоохранения и социального обеспечения разработало научную программу по определению эффекта, который оказывают животные на процесс реабилитации больных, в частности детей, и на самочувствие престарелых [5], а также проект Джоан Далтон «Пух», который имеет целью научить малолетних заключенных терпению, ответственности и состраданию, и сейчас это исследование важно держать в фокусе в смысле адекватного психологического ответа несовершеннолетних на ситуацию, в которой они вынужденно оказались.

Стоит обратить внимание и на опыт Финляндии, где с 1992 года осуществляется подготовка терапевтов-фасилитаторов EFL, в ходе которой можно получить второе высшее образование. На курс иппотерапии могут поступить только люди, имеющие образование физиотерапевта, врача, психолога, психиатра, социального педагога и не менее двух лет работавшие по специальности.

Показателен эксперимент 2014 года проведенный в государственном университете Вашингтона: исследования прошли на группах учащихся младшей и средней школы, и в обоих слу-

чаях использовался мониторинг уровня кортизола в слюне испытуемых. Всего участвовало 130 детей, которых случайным образом распределили в группу EFL и контрольную группу. Каждую неделю дети из первой группы проводили на конюшне по 90 минут, изучая поведение лошадей и то, как их нужно кормить, как правильно ухаживать за ними, ездить верхом и общаться с ними с земли.

Во время всего эксперимента участники систематически сдавали слюну с целью определения в ней уровня кортизола.

В итоге все участники прошли испытания и предоставили данные о кортизоле, ЧСС и тревожных состояниях. Результаты показали, что у участников в паре с животным общий уровень кортизола снижался на протяжении всей экспериментальной процедуры, а ЧСС был ниже во время стресс-теста [5].

Общение, занятия с лошадьми и уход за ними также могут дать чувство цели и смысла, что особенно важно в кризисные периоды и для пациентов, страдающих от последствий стресса, а также депрессии и тревожных состояний [1]. На практике проблема часто состоит еще и в том, что указанные расстройства могут сопутствовать друг другу, а признаки — чередоваться, поэтому для практического специалиста иппотерапевта вопрос стоит не в уточнении диагностики, а в конкретной помощи пациенту, который жалуется на подобную симптоматику и, как следствие, на ухудшение качества жизни, порой очень значительное. Безусловно, в первую очередь это касается женщин в условиях глобального кризиса и в особенности тех, кто был вынужден покинуть свои дома и столкнуться с чередой проблем, традиционно ассоциированных с беженством.

ЕАТ, как и другие виды анималотерапии, предоставляет возможности для повышения качества жизни, собственной эффективности пациента, улучшения навыков социального поведения, и один из основных моментов, благодаря которым EFL помогает управлять симптомами ПТСР, тревожности и депрессии — это ощущение физической активности, что способствует переключению с абстрактных переживаний на тактильные и другие физические ощущения, что в свою очередь способствует так называемому заземлению — технике, которая многие годы показывает свою эффективность в менеджменте всего спектра негативных ощущений, связанных с кризисными моментами [1].

В смежных областях есть исследования, подтверждающие, что приобретение навыков или способностей с помощью новых для пациента физических активностей связано с развитием позитивного самоощущения [1, 2], а овладение навыками, связанными с обращением и взаимодействием с крупным животным, может дать чувство собственной значимости и компетентности, важных для самооценки.

Кроме того, общение с лошадьми и тренером-терапевтом дает чувство социальной поддержки и принадлежности, помогает смягчить чувства изоляции и одиночества [6]. Например, исследование, опубликованное в журнале *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, обнаружило, что EFL связано со значительным снижением симптомов тревоги и депрессии у людей с психологическими проблемами. Еще одно исследование, опубликованное в журнале *Journal of Equine Veterinary Science*, обнаружило, что EFL связано с улучшением настроения и самооценки у подростков с депрессией.

При этом, хотя было показано, что EFL эффективно управляет симптомами тревоги и депрессии, оно не является заменой других форм лечения. EFL следует использовать в сочетании с традиционной терапией и лекарственными препаратами по мере необходимости. Кроме того, эффективность EFL может варьироваться в зависимости от индивидуальных особенностей пациентов и тяжести их состояния [6].

Выводы

EFL сессии могут включать в себя упражнения на земле, на лошади, уход за лошадью, дозированную верховую езду и другие активности, направленные на улучшение эмоционального и психического состояния.

EFL может быть полезным для людей, в первую очередь женщин, страдающих тревогой, депрессией, ПТСР и другими расстройствами, ассоциированными с глобальным кризисом и проблемами беженцев.

EFL также может помочь тем, кто испытывает трудности в доступе к своим эмоциям, их обработке, вербализации и адекватном выражении. Это важно ещё и потому, что среди женщин, попавших в кризисную ситуацию, от 5 до 20 процентов по разным данным тех, кто испытывает расстройства средней и максимальной тяже-

сти, а следовательно, должен иметь доступ к классической, “разговорной” психотерапии.

Стоит однако учесть и тот момент, что по ряду причин не все готовы и могут вербализовать свои переживания, и в этом смысле анималотерапия вообще и EFL в частности беспрецедентный способ выразить эмоции в общении — невербальном, безоценочном, и при этом ярко окрашенном не только визуально и/или дигитально (как, например, во время арт-терапии, КПТ-терапии), но и тактильно, что очень важно для стабилизации психики на глубинном уровне древних структур.

Этот вид терапии может быть мощным инструментом для тех, кто страдает от разного рода психологических проблем, поскольку предоставляет уникальную возможность общаться с животными и природой в поддерживающей и безоценочной обстановке, что важно особенно сегодня, в условиях глобального кризиса, когда вероятность попадания в травмирующую ситуацию любого человека, а женщин особенно, непрерывно возрастает.

Библиография

1. Polheber J.P., Matchock R.L. The presence of a dog attenuates cortisol and heart rate in the Trier Social Stress Test compared to human friends.
2. Ross D.A., Arbuckle M.R., Travis M.J., Dwyer J.B., Van Schalkwyk G.I., Ressler K.J. An Integrated Neuroscience Perspective on Formulation and Treatment Planning for Posttraumatic Stress Disorder.
3. Джосвик Ф., Киттрейдж М., Макковен Л., Макпарлэнд К., Вудз Ст. Пособие по терапевтической верховой езде. Вопросы и ответы М.: Аквариум, 2000. 178 с.
4. Королева Н. Метод Фельденкрайза и Соматика Т.Ханны. Анатомия движения.
5. Штраус И. Иппотерапия. Нейрофизическое лечение с применением верховой езды. М.: Аквариум-Принт, 2000. 156 с.
6. Эскин В.Я., Левицкая Т.Е. Иппотерапия как комплексный метод реабилитации и восстановления. Сибирский медицинский журнал. №2. 2009, с. 61—63.

Л. АНЦИБОР, Т. НОСОВА
Влияние ипповенции на психоэмоциональный статус и
устойчивость женщин в период кризиса

Данные об авторах

Людмила АНЦИБОР (*Республика Молдова*). Доктор хабилитат психологии, доцент, Кафедра Психологии, Факультет Психологии и Педагогических Наук, Социологии и Социальной Работы, Молдавский Государственный Университет.

E-mail: mantibor@mail.ru

ORCID: 0000-0003-0623-9234

Татьяна НОСОВА (*Республика Молдова*). Докторант, Докторская школа социальных и образовательных наук, Молдавский Государственный Университет.

E-mail: ymp73ster@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2314-781X