



# ИГРОТЕРАПИЯ

**Игровая терапия** - метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры.

В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности.



В современной психокоррекции взрослых игра используется в групповой психотерапии и социально-психологическом тренинге в виде специальных упражнений, заданий на невербальные коммуникации, разыгрывании различных ситуаций и др.

Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий.

Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи, неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.





**Сюжетом игры** предстает воспроизводимая в ней область действительности. **Содержанием игры** выступает то, что воспроизводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни. В игре происходят формирование произвольного поведения ребенка и его социализация.

- **Структуру** детской игры составляют роли, взятые на себя играющими; игровые действия как средство реализации этих ролей; игровое употребление предметов - замещение реальных предметов игровыми (условными); реальные отношения между играющими.
  - Единица игры и в то же время центральный момент, объединяющий все ее аспекты, - *роль*.
  - Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми.

- **Общие показания к проведению игротерапии:** социальный инфантилизм, замкнутость, необщительность, фобические реакции, сверхконформность и сверхпослушание, нарушения поведения и вредные привычки, неадекватная полоролевая идентификация у мальчиков.

Игротерапия эффективна как помощь при выдергивании волос; коррекций селективного мутизма; агрессивности в поведении; как средство улучшения эмоционального состояния детей после развода родителей; подвергающихся насилию и брошенных детей; снижения страхов; стресса и тревожности у госпитализированных детей; при коррекции затруднений в чтении; успеваемости детей с затруднениями в обучении:



# Основные психологические механизмы коррекционного воздействия игры.

1. Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им ребенком и ориентировка в этих отношениях.
2. Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последовательной децентрации, благодаря чему происходит осознание собственного «Я» в игре и возрастает мера социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций.
3. Формирование (наряду с игровыми) реальных отношений как равноправных партнерских отношений сотрудничества и кооперации между ребенком и сверстником, обеспечивающих возможность позитивного личностного развития.

4. Организация поэтапной отработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение.

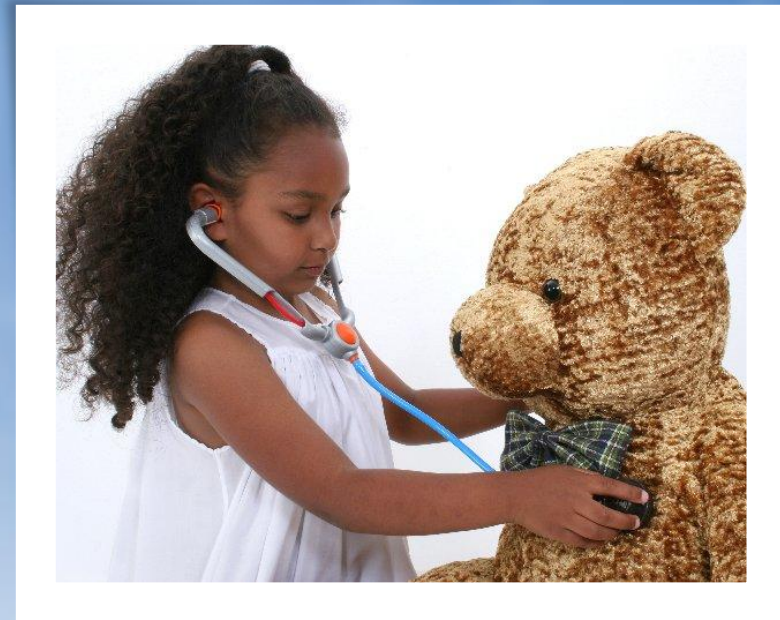
Организация ориентировки ребенка на выделение переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации и соответственно осознанию смысла проблемной ситуации, формирование ее новых значений.

5. Формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли и правил, а также поведение в игровой комнате.



# Основные функции психолога, ведущего игровые занятия.

1. Создание атмосферы принятия ребенка.
2. Эмоциональное сопереживание ребенку.
3. Отражение и вербализация его чувств и переживаний в максимально точной и понятной ребенку форме.
4. Обеспечение в процессе игровых занятий условия, актуализирующих переживания ребенком чувства достижения собственного достоинства и самоуважения.





## Принципы осуществления игротерапии.

1. Коммуникация ребенку его безусловного принятия (дружеские равноправные отношения с ребенком, принятие ребенка таким, какой он есть, ребенок-хозяин положения, он определяет сюжет, тему игровых занятий, на его стороне инициатива выбора и принятия решения).
2. Недирективность в управлении коррекционным процессом: отказ игротерапевта от попыток ускорить или замедлить игровой процесс; минимальность числа ограничений и лимитов, вводимых игротерапевтом в игру (вводятся лишь те ограничения, которые связывают игру с реальной жизнью).
3. *Установление фокуса коррекционного процесса на чувствах и переживаниях ребенка:* добиться открытого вербального выражения ребенком своих чувств; попытаться в кратчайшее время понять чувства ребенка и повернуть его исследование на самого себя; стать для ребенка своеобразным зеркалом, в котором он может увидеть себя.



Коррекционный процесс не происходит в игре автоматически. Он возможен лишь при условии, что психолог, сензитивный к чувствам ребенка, принимает его установки и выражает искреннюю веру в возможности ребенка принять на себя ответственность за решение проблемы.

Диалогическое общение ребенка со взрослым через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств ребенка становится основным механизмом коррекционного воздействия в игротерапии.

Продолжительность игрового процесса не должно превышать 30 минут, однако следует ориентироваться также и на желание ребенка, прерывание игры раньше времени нередко вызывает у него чувство незавершенности и всплеск агрессии.

# ОСНОВНЫЕ ВИДЫ И ФОРМЫ ИГРОТЕРАПИИ

1. Если в качестве критерия выдвинуть *теоретический подход*, то можно выделить виды:

- игротерапию в психоанализе;
- игротерапию игротерапию, центрированную на клиенте,
- игротерапию построения отношений;
- примитивную игротерапию;
- игротерапию в отечественной психологической практике.

2. *По функциям* взрослого в игре различают

- недирективную игротерапию;
- директивную игротерапию.

3. *По форме* организации деятельности различают:

- индивидуальную игротерапию;
- групповую игротерапию;

4. *По структуре* используемого в игротерапии материала:

- игротерапию с неструктурированным материалом;
- игротерапию со структурированным материалом.

## **Процесс игровой психотерапии, по Захарову, складывается из четырех взаимно перекрывающихся этапов: *объединения детей в группу, рассказов, игры, обсуждений.***

1. *Объединение детей в группу* начинается совместной и интересной для них деятельностью в виде экскурсий в музей, предметных игр, рассказах об увлечениях.
2. *Рассказы* сочиняются дома и по очереди рассказываются в группе.
3. *Игра* проводится на тему, предлагаемую детьми и терапевтом. В играх последовательно воспроизводятся рассказы, сказки, условные и реальные ситуации. Игры на данном этапе в отличие от этапа объединения требуют включения психолога и высокой активности играющих.

Важно отметить, что по мере движения группы вперед, содержание ролевых игр меняется от терапевтически направленных до обучающих. Терапевтические игры ставят своей целью устранение аффективных препятствий межличностных отношений, а обучающие - достижение более адекватных адаптации и социализации детей.

4. *Обсуждение* - заключительный этап игровой психотерапии.

## А. И. Захаров выделяет ряд правил, соблюдение которых является необходимым в игротерапии:

- игра применяется как средство диагностики, коррекции и обучения;
- выбор игровых тем отражает их значимость для психолога и интерес для клиента;
- руководство игрой способствует развитию самостоятельной инициативы детей;
- спонтанные и направленные игры - две взаимодополняющие фазы единого игрового процесса, в котором главное - возможность импровизации;
- соотношение спонтанного и направленного компонентов зависит не столько от возраста детей, сколько от их клинических особенностей;
- игра не комментируется взрослым;
- направленное воздействие на клиента осуществляется посредством характеров, воспроизводимых им и психологом персонажей.

- "...Главнейшим значением игры Д. Б. Эльконин считал ее значение для развития эмоционально-потребностной сферы ребенка.

Это — возникновение новых по своему содержанию мотивов деятельности и, вместе с тем, становление новой психологической формы мотивов. Благодаря игровому проникновению в смысл деятельности и отношений взрослых у ребенка к концу дошкольного детства возникает стремление стать взрослым и реально осуществлять его функции, конкретизирующееся в виде желания поступить в школу и начать осуществлять серьезную общественно значимую деятельность.

При этом в игре происходит переход от мотивов, имеющих форму аффективно окрашенных непосредственных желаний, к мотивам, имеющим форму обобщенных намерений, стоящих на грани сознательности...

