

Пояснительная записка

Игровая психокоррекция – метод психологического воздействия на психику человека через игру. Все чаще это направление работы используется в психокоррекционных занятиях с детьми.

Детская игра - исторически возникший вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними в особой условной форме.

По определению А. Н. Леонтьева игра является ведущей и привычной деятельностью ребенка - дошкольника, т. е. такой деятельностью, благодаря которой происходят главнейшие изменения в психике ребенка, подготавливающие переход ребенка к новой, высшей ступени его развития.

Во время специально организованной игры ребенок берет на себя определенную роль (то он папа, то мама, то учительница, а то соседка из квартиры напротив, и т.д), проигрывает волнующую ситуацию, проживает необходимый опыт позитивных или негативных впечатлений, отрабатывает нужные навыки, «снимает» эмоциональное напряжение, волнение, (например, ребёнок, сходящий в цирк, скорее всего некоторое время после этого будет играть в цирк, чтобы взволновавшее его впечатление превратилось в приятное воспоминание).

Существуют различные направления игровой психотерапии:

«Освобождающая» игровая психотерапия - это терапия отреагирования, разработана в 1930-х годах Д. М. Леви. В ней применяются игровые ситуации, в которых ребёнок может проиграть конфликтную или страшную для него ситуацию в безопасной обстановке и отреагировать неприятные эмоции. Это позволяет ребенку освободиться от тягостного переживания, напряжения, вызванного этим событием, и почувствовать себя лучше.

Структурированная игровая психотерапия, разработанная Г. Хембриджем – помогает решать конкретные задачи (например: агрессивность к брату, сестре, отцу, тревогу по поводу разлуки с матерью и т. п.). Ребенку предлагается уже заданная игровая ситуация, с распределенными ролями, прави-

лами и сюжетом. Проходя такую игру ребенок осознает (понимает) свои неэффективные способы реагирования и учится здесь же, взаимодействовать по-другому.

Игровая психотерапия построения отношений, основанная на идеях Отто Ранка, Ф. Оллена. Это игра, которая начинается спонтанно между ребенком и психологом, в ходе которой, специалист исследует способы поведения ребенка, и направляет действие или сюжет игры таким образом, чтобы ребенок вышел на более эффективные, продуктивные способы поведения. Изменения происходят «здесь и сейчас». После чего психолог предлагает обсудить сложившуюся ситуацию, что позволяет ребенку осмыслить происходящее и закрепить новые стили взаимодействия.

Игра – это основной вид деятельности ребенка начиная с первого года жизни. В связи с этим наиболее эффективно использовать игровую психокоррекцию при работе с детьми. Через игру ребенок исследует и осваивает мир, познает себя и учится общаться.

Отсутствие у детей вербальных или понятийных навыков в необходимой мере не позволяет эффективно использовать по отношению к ним психокоррекционные методы, почти полностью основанные на проговаривании, как это имеет место в психокоррекции взрослых. Дети не могут свободно описывать свои чувства, они способны иначе выражать свои переживания, трудности, потребности и мечты.

Важной темой игры является желание совершения чего-либо, «проигрывание» отношений или ситуаций такими, какими дети хотели бы их видеть. Часто ребенок повторяет свой негативный жизненный опыт, где он снова и снова испытывает особые, значимые для него переживания. Роли, проигрываемые детьми, порой бывают перевернутыми, а позиция ребенка в игре становится активной, иногда даже антагонистической, в то время как в реальной жизни он лишь пассивно воспринимал происходящее.

Игровая терапия — вид арт-терапии, в которой используется терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребенку преодолеть психологиче-

ские и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Цель программы: развитие более позитивной Я- концепции, способности брать ответственность за свои действия и поступки; выработка способности к самопринятию, самоконтролю; развитие сензитивности к процессу преодоления трудностей; формирование уверенности в себе.

Задачи программы:

1. Знакомство с миром чувств.
2. Формирование ответственности в управлении своими чувствами и большей открытости в их выражении.
3. Развитие самоконтроля ребенка и формирование ответственности.
3. Формирование адекватных способов поведения в конфликтных ситуациях.
4. Развитие способности действовать самостоятельно при столкновении с проблемой.
5. Формирование способности к уважению себя и других.

Данная программа предусматривает построение индивидуально-образовательного маршрута в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка. В связи с этим в тематическом плане программы указано приблизительное количество часов, которое может регулироваться в зависимости от динамики игрового процесса, происходящего между ребенком и психологом.

Принципы игровой психокоррекции

1. Принцип принятия ребенка. Ребенок принимается таким каков он есть. Это достигается дружеской, теплой, не подавляющей ребенка манерой общения с ним.
2. Установление дозволенности. Дозволенность понимается как безопасность в отношениях, которая обеспечивается психологом в ходе игровых сеансов. Это позволяет ребенку с наибольшей полнотой выразить свои чувства и переживания.

3. Предоставление возможности ребенку самостоятельно выбирать линию поведения, психолог может руководить игрой только по просьбе самого ребенка, однако чаще всего он находится вне игры.

4. Отказ от форсирования терапии. В игровой терапии действует закон «готовности». Это означает, что ребенок тогда выражает свои чувства, когда он созрел для этого. Попытка форсировать этот момент приводит к «уходу» ребенка, к потере контакта с ним.

5. Принцип отражения чувств, психолог - зеркало, в котором ребенок видит самого себя. Терапевт пользуется в игре теми же символами что и ребенок: если ребенок в игре говорит о своих проблемах, но относя их к персонажами игровой ситуации, психологу также следует применять их по отношению к куклам, не перенося их на ребенка, пока сам ребенок не сделает этого.

В результате такого построения психокоррекционной ситуации, ребенок получает возможность разыграть свои напряжения, фрустрации, агрессивные тенденции, неуверенность, страхи. Проигрывая эти чувства, ребенок переводит их во вне, на поверхность, открывает их для самого себя. Сталкиваясь с ними лицом к лицу, ребенок обучается осознанию и самоконтролю.

По мнению терапевтов недирективная игровая психокоррекция оказывает положительное воздействие на детей, которые проявляют заторможенность, подавленность, чрезмерную робость или крайнюю враждебность, сверхагрессивность, принося наибольшую пользу по сравнению с другими методами коррекции.

Виды игровой психокоррекции

В настоящее время использование игры в целях психокоррекции осуществляется в рамках разнообразных теоретических школ и направлений. Современные приемы, «инструмент» игровой коррекции широко варьируют, например: 1) по степени, в которой психолог считает необходимым быть активным (директивная и недирективная игровая психокоррекция); 2) по сте-

пени, в которую родители включаются в процессе психокоррекции - семейная психокоррекция; 3) по количеству участников (групповая и индивидуальная психокоррекция); 4) по количеству и составу игровых предметов и другого игрового оборудования (игра в куклы, использование игрушек полуфабрикатов, применение песка или глины, использование мозаики или рисования пальцами); 4) по частоте игровых сеансов;

Директивная (направленная) игровая коррекция предполагает выполнение психологом функции интерпретации и трансляции ребенку символического значения детской игры. Создание дружеских отношений с ребенком, предоставление ему свободы действий и высказываний является также необходимым условием этого метода игровой психокоррекции. Однако основная характеристика директивного метода состоит в создании определенной стратегии психокоррекции, в постановке конкретных задач при работе с ребёнком. Эти задачи формулируются на основании наблюдений за спонтанной игрой ребенка, анализа личной и семейной истории, бесед с родителями.

В директивной психокоррекции широко используются советы, обсуждения, разъяснения. Психолог помогает ребенку правильно понять, возникающие конфликты и разрешить их. Примером директивного подхода к игровой психокоррекции служат так называемые «контролируемые техники», использующие стандартные игровые ситуации.

В «облегчающей терапии», предложенной Д. Леви, психолог заранее подготавливает необходимый игровой материал, создавая план игры, выбирает главных действующих лиц, как бы предсказывая конфликтную ситуацию. Ребёнку предлагается, добавляя других персонажей и другие атрибуты по своему желанию, организовать тематическую игру. Обнаруживая эмоциональные трудности в игре, терапевт обсуждает их с ребенком. Затем вычлениваются причины и отделяются сопутствующие факторы. Наконец, терапевт предлагает ребенку несколько вариантов разрешения конфликта, побуждая к выбору наиболее благоприятного из них. Такая игра помогает освободить ре-

бенка от тревоги, различных страхов, которые связаны с травмирующим опытом. В результате осознания ребенком самого себя и своих затруднений его поведение становится более совершенным и ригидные неудовлетворительные механизмы адаптации перестраиваются.

В методе «активной игровой психокоррекции», предложенным Ж. Соломоном, игра ребенка также регламентируется созданными психологом ситуациями. Интерес ребенка к игре стимулируется предложениями типа «давай представим, что...» или «давай поиграем, как будто...». Считается, что дети, оценивающие кукол злыми, агрессивными в игровых ситуациях, сами реагируют таким же способом в аналогичных жизненных ситуациях.

В процессе игровых сеансов терапевт обсуждает с ребенком его чувства, эмоции, его действия с игрушками. Расспрашивает о причинах тех или иных поступков и эмоций персонажей игры, как ребенку следует поступить в разных случаях и т. д. В ходе терапии ребенок становится лицом к лицу с такой игровой ситуацией, которая соответствует реальной, вызывающей чувство страха, тревогу и напряженность. Однако в игре ребенок встречает эту ситуацию вместе с психологом, который создает у него чувство безопасности, психологом привносятся более адекватные реакции на травмирующие ребенка события. В ходе игровых сеансов дети получают возможность использовать эти новые реакции. Самые адекватные из них активно подкрепляются психологом. Постепенно ребенок овладевает ими как сильными привычками. Такой вид директивной психокоррекции показан детям, проявляющим повышенную агрессивность, тревожность, реакции агрессии, аутизм.

Вариантом директивного подхода являются также **«реактивные взаимоотношения»**, описанные К. Моустаакаса (1972). Сущностью «реактивных взаимоотношений» является определение цели психокоррекции и нахождение наилучшего пути к ее осуществлению. Для этого психолог отбирает и реагирует избирательно на поведение и игру ребенка. Реакции психолога на важные формы поведения ребенка представляют собой вопросы, интерпретации, размышления или определенные действия. Психолог живо реагирует

на мысли и чувства ребенка, внимательно слушая его, он обсуждает те предположения, которые выдвигаются ребенком в игре. Ребенок отвечает на реплики и действия психолога состояниями испуга, гнева, депрессии, тревоги и вины. По мнению автора, такая последовательность взаимоотношений создаст условия для преодоления эмоциональных трудностей, уменьшает напряжения, способствует исправлению и нормализации поведенческих реакций, изменяет чувства и отношения ребенка к себе, к окружающим, к жизни в позитивную сторону. На протяжении всех сеансов психолог выражает уважение к ребенку и веру в него. Принимая и оценивая все действия и высказывания ребенка, психолог постоянно поощряет к принятию собственных мыслей и чувств, настаивает на том, чтобы ребенок сам управлял собственным поведением. Помимо участия в дискуссии психолог может непосредственно играть с ребенком, действительно подключаясь к его замыслам. Таким образом, в этом подходе главным аспектом психокоррекции является осуществление взаимного реагирования на поведение партнера.

В рамках теории обучения и обусловливания, Х. Леланд, Д. Смит (1968) предлагают тактику директивной игровой психокоррекции для работы с детьми, сознание которых блокировано по причинам органических поражений или из-за высокой концентрации внимания на внутренних переживаниях. Задача психокоррекции в этом случае помочь ребенку продуцировать поведение, приемлемое как для общества, так и для самого индивида. Это достигается контактом с ребенком на доступном ему уровне функционирования. Второй задачей этой тактики является попытка развить способности ребенка к обучению, по крайней мере, в пределах личностных нарушений. В ходе терапии используется метод поощрения и наказания. Содержание поощрения и наказания диктуется деятельностью ребенка в ходе терапии. Поощрение трактуется, как разрешение играть, а наказание как запрещение игровой активности. Авторы основываются на методе поощрения, потому что любой акт поведения позволяет индивиду ослабить, выпустить напряжение. В тех случаях, когда поведение ребенка не соответствует требованиям пси-

холога, он останавливает игру, вторгаясь в игровые действия ребенка, задавая ему вопросы. Блокируя, таким образом, поведение, психолог преграждает выход напряжения. Предполагается, что ребенок, желая, возвратится к поведению, высвобождающему напряжение, будет пытаться приспособить свое поведение к требованиям психолога. Психокоррекция строится по методу «стимул - реакция». Считается, что, вторгаясь в игру и прерывая ее, психолог затормаживает неадекватные и подкрепляет положительные реакции ребенка. В ходе психокоррекции ребенок опробует различные типы активности, он начинает объяснять свои действия психологу, приходит к пониманию, что он сам способен найти формы активности, не вызывающие наказаний.

Естественно, предъявляя ребенку такие требования, психолог должен учитывать уровень развития ребенка, его способности к осознанию и в соответствии с ними строить программу психокоррекции.

Недирективная (ненаправленная) игровая психокоррекция ориентирована на свободную игру ребенка как средство самовыражения ребенка, в ходе которой он сам преодолевает свои трудности, изживает конфликты. Игровая психокоррекция должна помочь ребенку увидеть, осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, свои трудности и успехи.

Тематический план

Этапы реализации программы

Этап программы	При- мерное коли- чество занятий	Задачи	Средства и методы
1	2	3	5
1.Ориентировочный этап	2-3	1.Установление эмоционально-позитивного контакта с ребенком. 2. Ориентировка ребенка в обстановке игровой комнаты, правилах и нормах. 3. Установление первичных взаимоотношений с участниками группы	1. Спонтанные импровизационные сюжетно-ролевые игры. 2. Игры, облегчающие знакомство. 3. Использование приемов для формирования чувства принадлежности к группе. 4. Игровые и неигровые приемы, обеспечивающие выполнение правил и ограничений поведения детей в группе.
2.Этап объективирования трудностей развития.	3-4	1. Объективирование негативных тенденций личностного развития ребенка в игре, коммуникации со взрослыми, рисование. 2. Диагностика особенностей поведения ребенка в конфликтных ситуациях и трудностей личностного развития. 3. Эмоциональное отреагирование ребенком чувств и переживаний, связанных с прошлым негативным опытом взаимодействия.	1. Направленные ролевые игры, подвижные игры с правилами. 2. Методы арттерапия (проективный рисунок, сочинение). 3. Игровые и неигровые приемы, обеспечивающие выполнение правил поведения в группе.
3.Конструктивно-формирующий этап.	15-17	1. Формирование адекватных способов поведения в различных ситуациях. 2. Развитие коммуникативной компетентности. 3. Развитие способности к	1. Эмпатическое активное слушание. 2. Коммуницирование обратной связи об успешности и адекватности поведения и деятельности.

		<p>осознанию себя и своих возможностей. Позитивация образа – Я.</p> <p>4. Расширение сферы осознания чувств и переживаний.</p> <p>5. Формирование способности к произвольной регуляции деятельности.</p> <p>6. Преодоление эмоционально-личностного эгоцентризма.</p>	<p>3. Направленные сюжетно-ролевые игры, игры-драматизации, подвижных игр с правилами.</p> <p>4. Игровые упражнения на развитие эмпатии, лучшее осознание себя, на формирование способов релаксации.</p> <p>5. Проигрывание реальных условных ситуаций.</p> <p>7. Арттерапевтические методы.</p> <p>8. Приемы, способствующие развитию умения принимать групповые решения.</p>
4.Обобщающе-закрепляющий этап.	5-6	<p>1. Перенос нового позитивного опыта в реальную жизнедеятельность.</p>	<p>1. Игровые упражнения на развитие эмпатии.</p> <p>2. Проигрывание реальных условных ситуаций.</p> <p>3. Приемы арттерапии.</p> <p>5. Приемы, обеспечивающие выполнение норм, правил поведения в группе, формирование умения принимать групповые решения.</p> <p>6. Получение обратной связи от родителей и детей.</p>

Структура игрового занятия

Каждое игровое занятие, независимо от этапа осуществления программы и конкретного содержания, включает три части – вводную, основную и заключительную.

Программа рассчитана на несовершеннолетних. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю, продолжительностью 45 минут. Постоянство времени игрового занятия является важным психологическим условием формирования у ребенка способности к произвольной регуляции своей деятельности, формиро-

вания умения подчиняться правилам и организовывать свою деятельность во времени.

Установление отношений

Позитивные отношения между психологом и клиентом в ходе игровой психокоррекции можно установить и поддерживать, только если психолог понимает язык ребенка. Можно предположить, что все, что ребенок делает и говорит в игровой комнате, имеет значение. Однако иногда непросто понять те послания, которые содержатся в игре ребенка. Игра предоставляет в распоряжение ребенка символы, которые ему заменяют слова, что облегчает для психолога задачу понимания детской игры. В процессе игровой психокоррекции отношения между участниками коррекции и специалистом строятся по принципу партнерства, когда признается право каждого на ответственность, руководство, поиск, личностный рост, психологическую независимость. Именно такая позиция психолога создает наилучшие условия для реализации всех рычагов психокоррекционного действия. В игровой психокоррекции главным является реализация индивидуального подхода, создание условий для развития тех или иных психологических качеств каждого участника психокоррекционного процесса. С признанием индивидуального подхода тесно связано представление о «личном достижении» (Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. 1985), т.е. признание права клиента взять из психокоррекционных возможностей то, что он в состоянии взять, или то, что он захочет взять.

Специфика психокоррекционного процесса состоит также в его особой динамике. Она может быть описана не прямой, а ломаной линией. Это означает, что в каждом психокоррекционном процессе есть свои взлеты и падения, ускорения и замедления. Это происходит потому, что главным в психокоррекции являются эмоциональные процессы, переживания, а эмоции – это весьма подвижные, динамичные психологические образования.

Центрированная на ребенке игровая психокоррекция ставит своей целью развитие терапевтических отношений с ребенком. Где межличностные отношения позволяют ребенку выразить и исследовать эмоциональные про-

цессы на различных уровнях и, таким образом, способствуют его эмоциональному созреванию. В процессе психокоррекции установки детей с нарушениями - будь то страх, тревога, или другие негативные образования, по мере развития терапевтических отношений проходят определенные стадии психокоррекционного процесса:

- диффузные негативные чувства, выраженные в разных точках игры;
- амбивалентные чувства, общая тревожность и враждебность;
- прямые негативные чувства, направляемые против родителей, сиблингов, других людей, выражаемых в особых регрессивных формах;
- амбивалентные чувства, позитивные или негативные, к родителям, сиблингам и другим людям;
- ясные, четкие, выделенные, особо реалистичные позитивные и негативные установки; при этом в игре доминируют позитивные установки.

Таким образом, в процессе установления терапевтических отношений и их развития дети начинают выражать чувства более непосредственно и реалистично, тщательнее сосредотачиваются на них и более точно их определяют. На первом этапе дети погружаются в исследовательскую, творческую, бессюжетную игру. На втором этапе дети чаще играют в агрессивные игры и больше рассказывают о себе и о своей семье. На последних этапах важными становятся драматическая игра и установление отношений с терапевтом. Ребенок выражает тревогу, фрустрацию и раздражение.

Можно также отметить различия между мальчиками и девочками. У мальчиков - чаще выражение гнева, агрессивные высказывания, агрессивные игры и звуковые эффекты. У девочек - чаще творческие игры, отражающие отношения между людьми, а также проявления радости, тревоги, вербальные проверки реакции психолога и вербализация негативных и позитивных размышлений.

Ограничения в игровой психокоррекции и их влияние на эффективность коррекционного процесса

Установление ограничений является одним из наиболее важных аспектов игровой психокоррекции. Ограничения создают структурное развитие психокоррекционных отношений и помогают приблизить такой опыт к отношениям реальной жизни. Эмоциональный и социальный рост едва ли возможен в дезорганизованных, хаотических отношениях, без ограничений нет психокоррекции, так как психокоррекции - это опыт научения и ограничения дают детям возможность научиться самоконтролю, пережить чувство совершения выбора и чувство ответственности.

Ограничения в игровой комнате должны быть минимальны и выполнимы. В большинстве случаев установление общих ограничений лучше, чем установление ограничений условных. Ограничения должны устанавливаться твердо, в спокойном, терпеливом, само собой разумеющемся тоне.

Важным вопросом является то, когда вводить ограничения. Некоторым детям перечисление ограничений только подает идеи. Застенчивые и боязливые дети при раннем введении ограничений почувствуют себя еще более подавленными. Есть дети, которым ограничения вообще не нужны. Поскольку игровая психокоррекция создает у ребенка опыт научения, наилучшим временем является тот момент, когда возникает вопрос об ограничениях. Таким образом, ограничения должны основываться на ясных и четко определяемых критериях и иметь в перспективе углубление терапевтических отношений.

Методологическая основа психокоррекционных ограничений сформулирована в следующих семи положениях.

1. Ограничения позволяют гарантировать физическую и эмоциональную безопасность ребенка.

2. Ограничения обеспечивают физическое благополучие и облегчают принятие ребенка. Любая форма прямого агрессивного физического действия по отношению к психологу или нападение на него должны быть запрещены.

3. Ограничения способствуют развитию у детей способности принятия решений, самоконтролю и ответственности. Прежде чем дети смогут сопротивляться переживанию и выражению чувств в том виде, как они диктуются

первым порывом, они должны иметь представление о собственном поведении, чувстве ответственности и упражняться в самоконтроле. Выбор принадлежит ребенку, а чувство ответственности сопровождает принятие решения.

4. Ограничения связывают сеанс с реальностью и усиливают принцип «здесь и сейчас». Ограничения существуют во всяких отношениях, которые хоть сколько-нибудь значимы. Отношения без ограничений, несомненно, не будут иметь для участников никакой ценности.

5. Ограничения обеспечивают предсказуемость ситуации в игровой комнате. Ограничения тем самым помогают обеспечить постоянную структуру среды.

6. Ограничения позволяют сохранить профессиональные, этические и социально приемлемые отношения. Ребенку нельзя разрешать ласкать психолога или демонстрировать иное эротическое поведение.

7. Ограничения позволяют сохранить оборудование игровой комнаты. В каждой игровой комнате должны быть недорогие игрушки, которые можно ломать, крушить и бросать.

В процессе установления ограничений существует несколько шагов. Они предназначены для того, чтобы облегчить процесс сообщения о понимании и принятии мотивов ребенка, четкого установления границ и предложения альтернативных способов поведения.

Шаг 1. Признайте желания, чувства и потребности ребенка. Чувства должны быть отражены сразу же, как только они проявились. Принятие мотивов ребенка вызывает у него чувство удовлетворения и потребность действовать перестает существовать.

Шаг 2. Сообщите об ограничениях. Ограничения должны быть очень четкими и должны ясно определять, что именно запрещено. У ребенка не должно оставаться ни малейших сомнений в том, что можно и что нельзя, или что приемлемо и что неприемлемо.

Шаг 3. Укажите приемлемую альтернативу. Ребенок может не знать никакого другого способа для выражения того, что он чувствует. На этом

этапе установления ограничений психолог предлагает ребенку альтернативы для выражения исходного действия.

Когда ребенок упорствует в своем поведении и продолжает нарушать установленные ограничения, возникает необходимость сделать еще один дополнительный шаг.

Необходимо объявить о том, что ребенку предоставляется последняя возможность выбора. Психолог объясняет, что игрушкой на этом сеансе больше нельзя будет пользоваться, либо в качестве альтернативы предлагает прекратить сеанс. Ограничения, изложенные таким образом, ребенок не воспринимает как наказание или отвержение, так как он сам делает выбор. Ребенок должен понимать, что у него есть выбор и что последствия зависят от их поведения. Поэтому, если ребенку предъявлена последняя альтернатива и своим поведением он указывает на то, какую возможность он выбрал, психолог должен быть последовательным до конца.

Важно знать!

- Не следует разрешать детям брать игрушки домой, поскольку игровая психокоррекция основывается на эмоциональных отношениях предполагающих, что игрушки не являются заменой духовного контакта, и то, что ребенок уносит домой в душе, гораздо важнее того, что он уносит домой в руках. К тому же роль психолога, пытающегося вернуть игрушку обратно, существенно меняется. Важно соблюдать интересы других детей: если позволить уносить игрушки, то можно ограничить тем самым свободу экспрессии другого ребенка. Не менее важным моментом являются финансовые соображения.

- Не желательно позволять ребенку произвольно входить и выходить из игровой комнаты, поскольку это резко ограничивает отношения и мешает осуществлению и завершению некоторых интеракций;

- Временные ограничения предполагают, что продолжительность занятия, о котором было сообщено ребенку, неукоснительно выдерживается. За

пять минут до окончания сеанса психолог должен предупредить ребенка об окончании занятия.

- Нельзя играть вещами, принадлежащими психологу.

Завершающий этап игровой психокоррекции

Завершение отношений так же важно, как и их начало. Решение об окончании психокоррекции должно приниматься в соответствии с интересами ребенка. Изменения в поведении и состоянии ребенка происходят самым разнообразными способами и психолог просто должен быть внимательным ко всем незначительным симптомам, свидетельствующим о происходящих изменениях. Рост - процесс медленный и изменения в поведении тоже совершаются постепенно. Невербальное поведение ребенка может дать ключ к пониманию его поведения в целом и дать полезную информацию для понимания процесса психокоррекции. О продвижении в процессе коррекции можно судить, отмечая случаи поведения, которые случаются впервые. Вторая характеристика, позволяющая понять внутреннюю эмоциональную динамику ребенка - это развитие сюжетов, которые возникают в игре. А также исчезновение повторяющихся паттернов поведения, которые указывали на эмоциональные проблемы ребенка и отыгрывались им на занятиях. Если сюжет больше не повторяется, это может быть сигналом о том, что ребенок сумел эмоционально переключиться на что-то другое.

Не существует какой - либо контрольной точки, которую можно было бы использовать в качестве критерия успеха. Но некоторые вопросы позволяют проверить готовность ребенка к завершению психокоррекции.

1. Уменьшилась ли зависимость от психолога?
2. Уменьшился ли интерес к тому, приходят ли другие дети поиграть в комнате или встретиться с психологом?
3. Умеет ли ребенок видеть и принимать как хорошее, так и плохое в одном человеке?
4. Изменилось ли отношение ребенка ко времени в плане его осознания, интереса и принятия?

5. Изменилось ли его отношение к уборке в комнате: меньше озабоченности, если прежде он был щепетилен, или больше интереса к уборке в противоположность прежней неряшливости?

6. Принимает ли он теперь самого себя и собственный пол?

7. Есть ли какие-то свидетельства самооценивания: сравнивает ли он свои прежние действия с настоящими?

8. Изменилось ли качество и количество вербализации?

9. Уменьшилась ли агрессия, направленная на игрушки или выражаемая через них?

10. Принимаются ли ограничения более охотно?

11. Изменились ли формы художественной экспрессии?

12. Уменьшилась ли потребность в инфантильной и регрессивной игре (с соской, водой)?

13. Уменьшился объем фантазии и символической игры и увеличился ли объем творческой конструктивной игры?

14. Снизилось ли число и интенсивность страхов?

Для поиска самоинициированных перемен в ребенке можно указать следующие выражения.

- Ребенок менее зависим.
- Ребенок меньше смущается.
- Ребенок более открыто выражает свои потребности.
- Ребенок способен сосредоточиться на самом себе.
- Ребенок берет на себя ответственность за собственные чувства и поступки.
- Ребенок должным образом ограничивает свое поведение.
- Ребенок в большей степени обладает внутренним контролем.
- Ребенок стал более гибким.
- Ребенок стал более толерантным к неожиданностям.
- Ребенок уверенно становится инициатором деятельности.
- Ребенок вступает в сотрудничество, но не является конформистом.

- Ребенок выражает гнев пристойным образом.
- Ребенок перешел от негативно-печальных эмоций к радостно-удовлетворительным.
- Ребенок в большей степени принимает себя.
- Ребенок способен разыгрывать последовательность событий в сказке, игра приобретает направление.

Дети в общих чертах дают знать о том, что они готовы прекратить отношения. Иногда они просто стоят в комнате не проявляя интереса к игрушкам, выглядят апатичными, играют в замедленном темпе. Могут быть жалобы на то, что нечего делать, они скучают и слоняются по комнате. Заявляют: «Я думаю, сюда больше не стоит приходить». Изменения описываются учителями и родителями, что тоже следует рассматривать как составную часть принятия решения об окончании занятий.

Выбор стратегии психолога для завершения стадии отношений в значительной степени определяется такими факторами как возраст ребенка (и соответственно, существующая у него на этот момент концепция будущего), его способность осознавать и активно участвовать в вербализации абстрактных понятий.

Ребенок должен быть включен в предварительную работу, необходимую для завершения этих очень важных отношений. Если психолог принял решение - следует поговорить, проявив чувствительность к чувствам ребенка. С осторожностью, чтобы ребенок не почувствовал себя отверженным, наказанным, или испытывал чувство утраты. Чувство волнения, вследствие окончания, должно приниматься, но не стоит делать никаких усилий, чтобы ребенок чувствовал себя лучше в ожидании разлуки.

Ребенка можно включить в выработку решения, касающегося прекращения отношений, даты последнего сеанса, поинтересовавшись сколько раз по его мнению, ему нужно прийти в игровую комнату. Движение в направлении реального завершения нужно начинать за два или три занятия до последней встречи. Участвуя в планировании завершения отношений, ребенок по-

лучает возможность узнать какие чувства вызывает прекращение столь значимых отношений.

В любом случае важно ориентироваться на потребности ребенка и разделять их с потребностями самого психолога.

Игровая комната и игровой материал

В оптимальном варианте игровая комната должна обеспечить удобную дистанцию между психологом и ребенком. Должно быть, достаточно пространства для активности ребенка. Игровая комната должна гарантировать ребенку защиту от посторонних глаз, поэтому не должно быть стеклянных дверей. Основное требование к интерьеру игровой комнаты - простота уборки, отсутствие темных и раздражающих тонов следует избегать.

Предпочтительнее светлые тона, поскольку они создают яркую, жизне-радостную атмосферу. Желательна классная доска с желобом для мела по нижнему краю, прикрепляемая на высоте полутора метра от пола.

Удобным является, когда игрушки располагаются на двух полках, прикрепленных к стене. Игрушки на полках должны располагаться свободно.

Идеальной моделью являются полки с ящиками. Верхняя полка должна быть расположена не выше чем на расстоянии метра от пола, чтобы малыши могли до нее дотянуться, не пользуясь помощью взрослого.

Хотя полностью оборудованная игровая комната крайне желательна, она не является самым существенным обстоятельством, которое делало бы возможным самовыражение ребенка. Для некоторых детей это может быть сочетание двух доступных способов: игра и вербализация.

Выбор и категория игрушек

Выбор игрушек и игровых материалов должен быть сознательным, базирующимся на серьезных логических основаниях, и всегда следует принимать во внимание основную идею: в первую очередь учитывать тот факт, что уровень развития ребенка естественным образом выражается в его игре и активности. Игрушки ребенка - слова, а игра - его язык. Таким образом, следует выбирать такие игрушки и материалы (слова), которые облегчили бы экс-

прессию ребенка, обеспечив ему широкий спектр игровой активности (язык). Поскольку наиболее полно дети могут выразить свои чувства и реакции посредством игры, игрушки и материалы в игровой терапии представляют собой важную терапевтическую переменную.

Следующие вопросы могут служить важными оценочными критериями для отбора игрушек и материалов.

Могут ли игрушки и материалы:

1. Облегчить широкий спектр творческой экспрессии?
2. Облегчить широкий спектр выражения эмоций?
3. Возбудить интерес ребенка?
4. Облегчить экспрессивную и исследовательскую игру?
5. Позволить экспрессию без вербализации?
6. Дать возможность успеха без предписанной структуры?
7. Дать возможность неопределенной игры?
8. Иметь жесткие конструкции для активного использования?

Игрушки и материалы используются ребенком в акте игры для передачи психологу своего внутреннего мира. Следовательно, следует отбирать такие игрушки, которые облегчают решение 7 задач игровой психокоррекции:

1. Установление позитивных отношений с ребенком.

Отношения между психологом и ребенком основываются на способности психолога понимать высказывания ребенка и создавать среду, которая позволяла бы ребенку высказываться свободно. Выбор игрушек и материалов, которые помогут ясному пониманию психолога и позволят ребенку разыгрывать сцены повседневной жизни, отыгрывать агрессию и способствовать творческому самовыражению, установить ясную коммуникацию. Иными словами, для ребенка и карандаш и кукла могут в одинаковой степени являться средствами самовыражения, но их значение для психолога различно.

Наличие кукольной семьи дает ребенку возможность облегчить психологу понимание своего «высказывания».

2. Выражение широкого спектра чувств.

Выражение широкого спектра чувств может быть обеспечено в том случае, когда ребенку доступны игрушки, которые сами выражают те или иные чувства. Выбор игрушек, которые легко использовать для выражения чувств, облегчает экспрессию, коль скоро у ребенка возникает в этом необходимость. Если у ребенка нет возможности необходимыми средствами выразить то или иное чувство, ребенок застревает в этой области. Марионетки, например, представляют собой безопасный способ выражать чувства, не ощущая угрозы, поскольку чувства выражаются самим характером марионеток.

3. Проработка опыта реальной жизни.

Выражение опыта реальной жизни является принципиальной составляющей любой психокоррекции, поскольку потребность в психокоррекции возникает именно из опыта реальной жизни. Выбор игрушек, таких как докторский саквояж, которые ребенок использует для того, чтобы развить способность самоконтроля в жизненных ситуациях, способствует возникновению у него внутреннего равновесия. Тогда ребенок имеет возможность выразить опыт реальной жизни в игре и обнаруживает, что психолог понимает и принимает его переживания.

4. Практическая проверка ограничений.

Одна из составляющих терапии - стремление отреагировать агрессию, поэтому такие игрушки, как ружье с дротиками, дает возможность испытать границы запрещенного и дозволенного. В процессе игровой терапии ребенок учиться разграничивать две эти категории. Испытание пределов позволяют ребенку выяснить, где пролегают границы в его отношениях с психологом, а также разграничить опыт реальной жизни и фантазию игры.

5. Развитие позитивного образа своего Я.

Развитие позитивного образа Я. Многие дети, нуждающиеся в игровой психокоррекции, имеют бедный образ Я, поэтому для работы с ними необходимы игрушки и материалы типа пластмассового конструктора, которыми легко манипулировать. Они создают у ребенка ощущение того, что «Здесь я

могу что-то сделать для себя; у меня получиться». Впоследствии это ощущение распространяется на остальные стороны жизни ребенка.

6. Развитие самопознания.

Самопонимание вырастает из взаимодействия с психологом, который создает обстановку дозволенности с тем, чтобы ребенок чувствовал, что он находится в безопасности и может выражать свои чувства. Очень часто эти чувства негативные. Принятие ребенка психологом, через понимание и отражение его чувств, а также разнообразие игрушек и материалов, облегчающих выражение широкого спектра чувств, влияет на самопознание и понимание ребенком себя.

7. Возможность развития самоконтроля.

Развитие самоконтроля происходит в процессе взаимодействия таких факторов, как ответственность ребенка за принятие решений, совершение выбора без вмешательства или руководства взрослого и самостоятельной трансформации неприемлемого поведения в контролируемое, приемлемое. Использование разнообразных свойств игрушек и материалов, в совокупности с взаимоотношениями ребенка и психолога в коррекционном процессе, дает хорошую возможность для установления границ и развития самоконтроля.

Игрушки и материалы могут определять или структурировать тип и степень экспрессии ребенка и его взаимодействие с психологом. Изначальное структурирование, основанное на качествах игрушки, чаще происходит на ранних стадиях психокоррекции, когда ребенок не чувствует себя в достаточной безопасности для того, чтобы создавать что-либо самому.

Игрушки и материалы, необходимые для игрового взаимодействия можно сгруппировать в три больших класса.

1. *Игрушки из реальной жизни.* Машина, грузовик, самолет, касса и т.п. дают возможность играть в неопределенную игру, особо не затрагивая чувства ребенка. Однако, они позволяют беспрепятственно двигаться по комнате и исследовать ее. Кроме того, это безопасный способ приблизиться к

психологу, прояснить границы отношений с ним. Кукольное семейство, кукольный домик, марионетки и несуществующие персонажи (Гамби - кукла с незарисованным лицом) могут изображать членов реальной семьи ребенка и таким образом делают возможным непосредственное выражение чувства. Гнев, страх, соперничество между братьями и сестрами, кризисы и соперничество между братьями и сестрами, кризисы и семейные конфликты могут выражаться непосредственно, когда ребенок разыгрывает сценки с человеческими фигурами. Они позволяют установить контакт с внутренним миром ребенка, не ориентируясь на его внешнее поведение.

2. *Игрушки, помогающие отреагировать агрессию.* В игровой терапии дети часто испытывают сильные эмоции, для описания и выражения которых у них нет словесных обозначений. Структурированные игрушки и материалы, такие как игрушечные солдатики, крокодил - «би-ба-бо», ружья, резиновый нож, могут использоваться детьми для выражения гнева, враждебности и фрустрации. Стрельба, закапывание, кусание, битье и ножевые удары в игровой комнате приемлемы, поскольку они выражаются символически. В располагающей обстановке игровой комнаты агрессивные дети чувствуют, что им позволено выразить агрессивные чувства; от этого они испытывают удовлетворение и постепенно у них развиваются более позитивные чувства. Психологу важно удержаться от вмешательства в процесс самовыражения ребенка, приняв всю интенсивность агрессивных чувств. Однако временами бывает необходимо установить границы поведения ребенка (когда возникает угроза безопасности ребенку, психологу, оборудованию).

3. *Игрушки для творческого самовыражения и ослабления эмоций.*

Песок и вода в игровой психокоррекции используются в качестве неструктурированной среды для игры и являются наиболее эффективным терапевтическим средством из всех игровых материалов. Они могут превратиться по желанию ребенка во все, что угодно. Не существует правильного или неправильного способа игры с песком и водой, поэтому ребенок всегда может быть уверен в успехе. Кубики могут быть домами, их можно швырять, их

можно ставить друг на друга и разбрасывать - все это позволяет ребенку почувствовать, что значит созидать или разрушать. Палитра и краски дают возможность ребенку творить, пачкаться, мусорить и выражать свои чувства.

Заключение

Таким образом, взаимодействие с детьми при помощи игровой терапии проходит очень плодотворно и интересно.

Основываясь на научно - исследовательском материале и практическом опыте, можно констатировать следующее: игровая терапия, как один из видов психотерапии позволяет выявить потенциальные возможности и стимулировать личностный рост ребёнка, его коррекцию и развитие (самореализацию, самовыражение, повышение адаптивных способностей, изменение стереотипов поведения, проявление социальной и творческой активности).

Игровая психотерапия способствует развитию более позитивной Я-концепции, ответственности в своих действиях и поступках, выработке способности к самопринятию и самостоятельному принятию решений, овладению чувством самоконтроля, развитию сензитивности к процессу преодоления трудностей, развитию внутреннего источника оценки и обретению веры в себя.

Важно отметить, что при соблюдении всех условий сеттинга (регулярном посещении занятий, выполнении родителями рекомендаций по гармонизации детско - родительских отношений и положительной мотивации на работу), данная программа будет эффективна.

Литература.

1. Арт-терапия / Под ред. А.И.Копытина. СПб.: Питер, 2001.
2. Бреслав Г.А. Цветопсихология и цветолечение для всех. СПб., 2000.
3. Ермолаева М.В. Психология развития. М., 2000.
4. Джинотт Х. Дж. Групповая психотерапия с детьми. М.: «ЭКСМО-Пресс», 2001.
5. Копытин, А.И, Е.Е Свистовская. Арт-терапия детей и подростков / А.И.Копытин, Е.Е.Свистовская. – М.: Когито-центр, 2007. - ISBN: 5-89353-211-2.
6. Кэдьусон Х. Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. Санкт- Петербург, «Питер», 2002.
7. Лендрет Г. Игротерапия. М: «Международная педагогическая академия», 1994г.
8. Лендер Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М.,2000.
9. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. М: «ТЦ Сфера», 2000г.
10. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М.: «Класс», 2005г.
11. Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. СПб., 2002.
12. Спиваковская А. Психотерапия: игра, детство, семья. М.: «Апрель Пресс», «ЭКСМО-Пресс», 1999г.
13. Тупица Л.П. Индивидуально - ориентированная коррекционно-развивающая образовательная программа «Игровая психокоррекция личностного развития». Ставрополь, 2010 г.
14. Цыркун Н.А. Социально-психологические закономерности развития воли у дошкольников. Минск: НМ Центр, 2000.