

ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА

С.А. Лавров

Последние годы отмечены во всем мире небывало высоким интересом к детским проблемам, исследуемым ныне в социальном, психологическом, медицинском и иных аспектах, расширяется теоретическо-методическая база их изучения. Элементы игровой терапии и соответствующие методики могут применяться для решения широкого круга задач - не только психотерапии и психокоррекции, но и психопрофилактики, развития и гармонизации личности ребенка, улучшения психологического климата в семьях и различных малых группах, во многих иных случаях.

Арсенал упражнений и техник чрезвычайно разнообразен. Он включает индивидуальные, парные и групповые игры, техники предполагающие использование кукол и марионеток, методики релаксационного характера, основанные на активной работе воображения, сочинение историй, различные формы художественной экспрессии и многое другое.

Все техники могут быть использованы в индивидуальной и групповой работе с самыми разными детьми. Психотерапевт (психолог или иной специалист) может выбрать из большого набора методик и упражнений те, которые в наибольшей мере отвечают условиям и задачам его работы, лучшим образом соответствуют индивидуальности клиента.

Параллельно с использованием игровых методов в диагностике и оценке развиваются недирективные подходы к игровой терапии, связанные с отказом от интерпретации и решения диагностических задач.

В 1970-80-е гг. происходит широкое внедрение игровых методов в различные области практического применения. Игра становится важнейшим средством в лечебно-коррекционной, психопрофилактической, социальной и образовательной работе.

При всем многообразии различных техник игровой терапии и задач, решаемых с их помощью, существуют некоторые общие особенности детской психики, делающими применение игровых методов наиболее подходящим для работы с детьми. Одна из этих особенностей заключается в том, что дети во многих случаях затрудняются в словесном описании своих переживаний. Невербальная экспрессия с использованием разнообразных предметов игровой деятельности, а также конструктивных и пластических материалов для них наиболее естественна, что становится особенно значимо при наличии у ребенка определенных речевых нарушений.

Мышление ребенка более образно и конкретно, чем мышление взрослого, поэтому он использует игру, рисование и манипуляцию с различными материалами как способ осмысления действительности. По ним можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости. Следует учитывать живость и богатство детской фантазии. Немаловажна и ролевая пластичность ребенка, его естественная склонность к играм.

Важно и то, что изобразительные и конструктивные материалы, а также предметы игровой деятельности нередко оказываются для ребенка более важными "партнерами" коммуникации, чем психотерапевт. Ребенок проявляет по отношению к ним наиболее характерные для себя и связанные со своим опытом способы работы и соответствующие эмоциональные реакции. Такая детская особенность давно была замечена психотерапевтами и использовалась при разработке различных техник, позволяющих наладить контакт с ребенком посредством предметов и материалов игровой деятельности.

Различные материалы игровой и изобразительной деятельности могут являться для ребенка средством психологической защиты, к которому он прибегает, переживая состояние дистресса. Это в частности, обусловлено их возможностью "удерживать" переживания, не давая им "выплеснуться" наружу в поведении, а также их способностью обеспечивать осознание переживаний за счет механизма проекции и достигаемой с его помощью более высокой степени самоконтроля.

В заключении хотелось бы выделить основные моменты тезиса, которые как нам кажется раскрывают смысл игровой психотерапии в работе психолога с клиентом.

1. Психология начинает осознавать развивающие, гармонизирующие и исцеляющие возможности игр лишь на рубеже XIX и XX вв.

2. Игровые методы могут применяться как в процессе краткосрочной психотерапии, так и в процессе долгосрочного реконструктивного психотерапевтического воздействия.

3. В контексте игровой терапии при различных техниках используются арт-терапевтические методы.

4. На фоне некоторых методик очевидно доминирование в игровой терапии клиент-центрированного подхода.