

## ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ДЕСТРУКТИВНЫХ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ

**В статье рассматриваются преимущества игротерапии в работе с семьями, воспитывающими детей дошкольного возраста. Приводятся эмпирические данные, доказывающие эффективность коррекции деструктивных детско-родительских отношений средствами игротерапии.**

**Ключевые слова:** игровая терапия, психокоррекция, деструктивные детско-родительские отношения, эмоциональный компонент родительского отношения.

В настоящее время игротерапия является самым популярным средством психотерапевтического воздействия как на детей, так и на взрослых. Существует достаточное число примеров применения игротерапии не только как средства психологической коррекции, но и психической гармонизации и развития человека, в частности, в образовательной практике. Игровые техники выступают либо как ведущий, либо как вспомогательный инструмент, включенный в комплекс разнообразных средств воздействия.

Интеграция игровой и семейной терапии до недавнего времени считалась невозможной, потому что представители семейной и игровой психотерапии составляли автономные, конкурирующие друг с другом направления. Основоположники игровой психотерапии предпочитали индивидуальную работу с детьми и исключали родителей из психотерапевтического процесса на том основании, что их присутствие может помешать игре ребенка и затруднить анализ переносов. Специалисты же по семейной психотерапии чаще всего предпочитали не включать детей в свою работу с семьями, считая, что они будут отвлекать взрослых и из-за плохого владения речью не смогут в должной мере участвовать в процессе.

В последние два десятилетия отмечается тенденция к сближению этих двух подходов. На наш взгляд, это является закономерным следствием эволюции и осознания специалистами того, что эффективность коррекции поведения ребенка без учета контекста семейных взаимоотношений невелика.

В области практической психологии семейная игротерапия понимается как психологическое средство воздействия на психику членов семьи путем организации, исследования, интерпретации и структурирования игровой деятельности участников.

Выбор игротерапии как средства коррекции деструктивных детско-родительских отношений обусловлен тем, что, во-первых, наше исследование выполняется в рамках личностно-деятельностного подхода; во-вторых, психологическая помощь оказывается семьям, воспитывающим детей дошкольного возраста.

Учитывая то, что в дошкольном возрасте ведущим видом деятельности является игра, коррекционное воздействие должно осуществляться в контексте игровой деятельности. Игротерапия является средством, с помощью которого корригируются подавляемые негативные эмоции ребенка, неуверенность в себе, развиваются коммуникативные навыки у детей, способность к эмпатии.

По мнению известного отечественного психолога М. Р. Битяновой, возможности игротерапии неограниченны. Можно творить себя, свои отношения с другими в совершенно безопасной атмосфере и ситуации. Каждый член семьи может сказать себе и другим: «Я играю роль» и позволить себе быть самой собой [1].

Кроме того, когда в семье деструктивные детско-родительские отношения, как для детей, так и для родителей, за желанием поиграть стоит потребность в сильных и целостных эмоциональных переживаниях. Психологические игры предоставляют им возможность эмоционально отреагировать различные волнения и трудности, преодолеть негативные эмоциональные переживания и построить на уровне чувств отношения с окружающими, научиться контролировать и регулировать свой внутренний мир.

Ведущий отечественный специалист в области игротерапии Л. А. Абрамян, исследуя способы преодоления негативных эмоциональных состояний детей средствами игры, подробно раскрывает процесс перевоплощения как важного условия перестройки эмоциональной личностной сферы. Как утверждает автор, в ролевой игре ребенок испытывает двойственное переживание: он «лепит образ», преобразуя самого себя и, глядя на это как бы со стороны, радуется изменению в игре, вместе с тем обнаруживая определенные отношения к своему персонажу [2].

Проведя исследование, О. В. Морозова делает вывод, что игротерапия является ведущим средством профилактики и коррекции неконструктивного поведения детей старшего дошкольного возраста благодаря тому, что игра, в отличие от деятельности неигрового типа, активнее влияет на процессы становления личности ребенка дошкольного возраста,

сильнее затрагивает его глубинные эмоциональные переживания [3]. Успешность игрового коррекционного воздействия заложена в диалогическом общении взрослого и ребенка через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств.

Следовательно, игротерапия в дошкольном возрасте является универсальной формой коррекции, заключающей в себе большие возможности целенаправленного формирования различных форм психической деятельности.

Рассматривая игротерапию как средство коррекции деструктивных детско-родительских отношений, можно говорить о двух формах игротерапевтического процесса — индивидуальной и групповой.

Индивидуальную форму игротерапии можно использовать с детьми, чтобы дать возможность ребенку отреагировать психотравмирующую ситуацию. Воссоздание психотравмирующего события, в частности последствия физического наказания либо вербальной агрессии со стороны родителей, в безопасном пространстве игровой комнаты позволяет ребенку максимально полно выразить свое отношение к нему и освободиться от негативных чувств. Также в процессе терапии ребенок становится «режиссером» разыгрываемого события. Тем самым его внутренний опыт меняется. Он больше не чувствует себя только лишь пассивной жертвой в психотравмирующей ситуации и приобретает чувство уверенности в своей способности действовать активно.

В отличие от индивидуальной терапии, групповая игротерапия, по мнению К. Рудестама, лишена тех сложных моментов, которые связаны с интенсивными терапевтическими отношениями и вмешательством психолога в личное пространство ребенка, провоцирующими повторное переживание травмы [4]. Поэтому большинство игротерапевтов рекомендуют использовать в работе с детьми — жертвами депривации и насилия, а также с детьми из дисфункциональных семей в первую очередь групповую игротерапию. Эта форма работы позволяет преодолевать чувства социальной изоляции, переживаемые многими такими детьми [5, 6].

Следует заметить, что работа в детских группах может быть очень динамичной и при недостаточном контроле со стороны психолога, может приводить к внезапным деструктивным действиям. Следовательно, целесообразнее применять в группе директивную игротерапию, которая характеризуется четкой организацией работы за счет выдвижения определенных тем и использования конкретных упражнений, что позволяет детям почувствовать себя в безопасности.

Основной задачей психокоррекции в детской группе является устранение искажений в психическом развитии ребенка, перестройка форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения. При работе с детьми используются игры, направленные на эмоционально-личностную децентрацию, преодоление эгоцентризма: усиление понимания и сочувствия, воздействие на эмоциональное напряжение с целью повышения уверенности в своих силах, стабилизации самооценки. Использование подвижных игр в групповой психокоррекции удовлетворяют потребность ребенка в физической активности и дает прекрасную возможность для развития навыков самоконтроля и саморегуляции.

Таким образом, групповая игротерапия позволяет развивать ценные социальные навыки, осваивать

новые роли и проявлять латентные качества личности, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими; повышает самооценку дошкольника, снижает уровень тревожности и ведёт к укреплению личной идентичности.

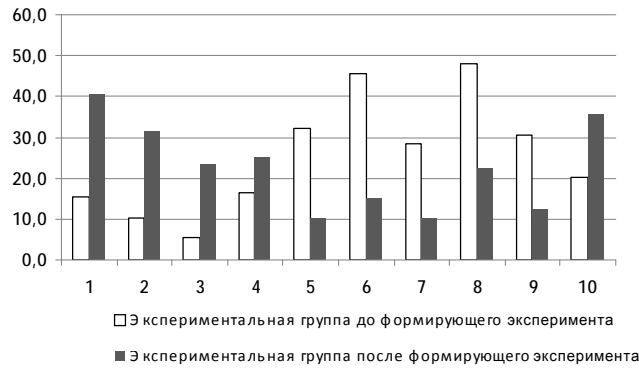
Основной задачей психологической коррекции в родительских группах является изменение неадекватных родительских позиций, изменение стиля воспитания, расширение осознания мотивов воспитания в семье, оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания детей, обогащение знаниями родителей о психологии семейных отношений и психологических законах развития ребенка. Родители учатся воспринимать своих детей адекватно их возрасту: у них меняется представление о своем ребенке; расширяется палитра воспитательных приемов, которые потом апробируются в повседневной жизни.

Как правило, при деструктивных отношениях в семье, родители проецируют на своих детей чувство страха, злости, протеста, беспомощности, игротерапия же дает возможность распознать родителям собственные проекции, благодаря чему меняется отношение к ребенку.

Работа родительской группы строится в соответствии с общими принципами групповой работы. Основным принципом является актуализация психотерапевтического потенциала группы. Групповая игротерапия создает оптимальные условия для конструктивной переработки, переосмысления семейных проблем. Новое эмоциональное переживание проблем и конфликтов, способствует проявлению новых, более адекватных форм эмоционального реагирования и поведения в целом, формирует целый ряд специальных навыков. Благодаря использованию игр, каждый участник коррекционного процесса имеет возможность самовыражения и, что особенно важно, преобразования своего личного мира, приобретения нового жизненного опыта. Игровая деятельность позволяет человеку почувствовать себя хозяином положения, властелином своих эмоций и чувств, формирует у него самые положительные представления о себе и настраивает на успех. В процессе игры имеется возможность дать понять родителям, что такое уважение к себе как к личности и что право на уважение имеет всякий человек, даже если он совсем маленький.

Среди методов психологической работы с семьей важное место занимает совместная семейная игротерапия, характеризующаяся тем, что в работе принимают участие одновременно все члены семьи. Родители проводят время вместе с ребенком, играют с ним, т.е. находятся на территории его интересов, что дает возможность ребенку почувствовать свою значимость, а родителю — сойти с позиции всегда правильного и недостижимого, побыть в роли ребенка. Такое поведение облегчает ребенку принятие собственного «я» и усиливает его веру в установившиеся отношения. Ребенок получает возможность наиболее полно выразить свои творческие способности и одновременно испытать чувство ответственности. Взрослый же реализует в процессе игровой терапии двойную позицию, выступая в качестве «идеального родителя», осуществляющего эмпатийное принятие ребенка, а также равноправного партнера по игре, в которой каждый участник имеет свободу выбора и право принятия на себя ответственности.

Большое внимание в осуществляемой психокоррекционной деятельности уделяется непосредствен-



**Рис. 1. Результаты контент-анализа восприятия ребенка родителями в семьях с деструктивными детско-родительскими отношениями по методике «Родительское сочинение»/блок «Мой ребенок» (в %) на контрольном этапе эксперимента. Условные обозначения: 1 — добрый; 2 — веселый; 3 — послушный; 4 — хороший; 5 — эгоистичный; 6 — упрямый; 7 — ленивый; 8 — капризный; 9 — плаксивый; 10 — несамостоятельный**

**Показатели эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия в экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах на контрольном этапе эксперимента**

Таблица 1

| Характеристики  | Результаты после игротерапии |      |                          |               |
|---|------------------------------|------|--------------------------|---------------|
|   | КГ                           | ЭГ   | Критерий U-Манна – Уитни | Значимость, P |
| Способность воспринимать эмоциональное состояние ребенка      | 3,53                         | 2,96 | 918,5                    | 0,1285        |
| Понимание причин состояния                                    | 2,93                         | 2,96 | 861,0                    | 0,2809        |
| Эмпатия   | 2,20                         | 2,73 | 1032,0                   | 0,0126*       |
| Чувства родителей в ситуации взаимодействия                   | 2,90                         | 3,05 | 724,5                    | 0,7668        |
| Безусловное принятие  | 2,15                         | 2,84 | 985,0                    | 0,0377*       |
| Принятие себя в качестве родителя                             | 2,84                         | 3,35 | 691,0                    | 0,8532        |
| Преобладающий эмоциональный фон                               | 2,62                         | 2,77 | 898,0                    | 0,1748        |
| Стремление к телесному контакту                               | 2,56                         | 2,47 | 993,0                    | 0,0317*       |
| Оказание эмоциональной поддержки                              | 2,06                         | 2,47 | 908,0                    | 0,1511        |
| Ориентация на состояние ребенка при построении взаимодействия | 1,85                         | 2,03 | 887,0                    | 0,2025        |
| Умение воздействовать на эмоциональное состояние ребенка      | 2,14                         | 2,70 | 747,5                    | 0,6941        |

Примечание. \* —  $p \leq 0,05$  — статистически достоверные различия.

ности, открытости, интуиции, способности радоваться. Родители начинают по-другому воспринимать и ощущать неудачи и радости, учатся сотрудничать с ребенком. Здесь отрабатываются навыки общения и продуктивные формы проявления детской и родительской агрессивности, формируется культура общения. Всё это естественным образом переносится за пределы группы, в реальную жизнь. Совместные занятия являются своеобразным «мастер-классом» для родителей, так как на них психолог показывает новые средства и способы общения с детьми, что способствует построению конструктивных детско-родительских отношений.

Таким образом, игротерапия обладает явными преимуществами перед другими средствами коррекции деструктивных детско-родительских отношений: во-первых, игра помогает создать безопасную дистанцию, побуждающую членов семьи стать более

откровенными; во-вторых, создает высокий уровень доверия участников друг другу; в-третьих, родители имеют возможность лучше понять чувства ребенка, а также получить скрытую информацию о символически проявляющихся в игре отношениях ребенка к ним; в-четвертых, игровое пространство позволяет ребенку почувствовать себя на равных с родителями.

Эффективность игротерапии подтверждают диагностические данные, которые мы получили после формирующего эксперимента.

На рис. 1 видно, что после коррекционных мероприятий в экспериментальной группе произошли существенные изменения. Родители стали воспринимать и оценивать своего ребенка, исходя из индивидуально-личностных его особенностей. Среди эмоционально-личностных качеств в образе ребенка отмечаются родителями и отрицательные качества, но не в такой резкой форме, как до формирующего

эксперимента, при этом родители психологически грамотно объясняют, почему ребенок иногда бывает капризный, упрямый, плаксивый. Родители перестали сравнивать своего ребенка с другими детьми, акцентируя внимание на личностных победах дошкольника. По-видимому, даже можно говорить об изменениях в стереотипе «удобного» ребенка. Изменение образа ребенка у родителя нивелирует воспитание по типу повышенной моральной ответственности ( $p < 0,001$ ), происходит осознание личных амбиций и желаний, которые не имеют отношения к ребенку.

Наблюдение за родителями, когда они приводили ребенка в детский сад и забирали его домой, позволило выявить, насколько изменились оценочное отношение. Если на констатирующем этапе эксперимента преобладало формально-требовательное отношение к детям, мотивация требований отсутствовала, а сами требования носили приказной характер, то после коррекционных занятий с использованием игротерапии, преобладает справедливо-требовательное отношение к детям, взрослые чаще используют стимулирующую опеку — похвалу. Родители дают объективную оценку достижениям и поведению ребенка, радуются вместе с ним, гордятся его успехами, прослеживается уважение к личности ребенка, нет подавления его своим авторитетом. В случае отрицательного поступка ребенка, взрослые высказывают свое отношение к содеянному, выражают неудовольствие и сожаление по поводу поведения своего сына или дочери. Своей оценкой родители пытаются показать последствия поступка ребенка. При этом они не только оценивают его, но и мотивируют свою оценку, используя ее не прямо, а косвенно — побуждают ребенка к самооценке.

При выполнении совместной деятельности наблюдалось сотрудничество ребенка и родителя, у обоих партнеров по взаимодействию было желание поддерживать контакт, в том числе и телесный. Родитель использовал при взаимодействии местоимение «Мы» и обращался к ребенку по имени. Как со стороны ребенка, так и со стороны родителя наблюдалось проявление эмоционального принятия и симпатии. Родитель ориентирован на оказание помощи ребенку в трудных ситуациях, при этом не стремясь выполнить задание за ребенка. Взрослый не обвинял ребенка в неудачах, а пытался конструктивно разре-

шить трудности, демонстрируя ценностное отношение к нему.

Обратимся к результатам изучения детско-родительского эмоционального взаимодействия после проведения игротерапии (табл. 1).

Полученные данные свидетельствуют о том, что игротерапия эффективно воздействует на эмоциональный компонент детско-родительских отношений. Так, динамика положительных изменений наблюдается по таким показателям, как «способность к эмпатии»  $p < 0,05$ , «безусловное принятие»  $p < 0,05$ , «стремление к телесному контакту»  $p < 0,05$  на первом году эксперимента, что говорит об эффективности данного средства коррекции.

#### Библиографический список

1. Битянова, М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / М. Р. Битянова. — СПб. : Питер, 2002. — 304 с.
2. Абрамян, Л. А. О возможностях игры для развития и коррекции социальных эмоций дошкольников / Л. А. Абрамян. — Таллин, 1984. — 267 с.
3. Осипова, А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособие для студентов вузов / А. А. Осипова. — М. : Сфера, 2007. — 509 с.
4. Рудестам, К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. — СПб. : Питер, 2000. — 384 с.
5. Кэдьусон, Х. Практикум по игровой психотерапии / Х. Кэдьусон, Ч. Шефер. — СПб. : Питер, 2002. — 416 с.
6. Эйдемиллер, Э. Г. Семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий. — СПб. : Питер, 2009. — 672 с.
7. Карабанова, О. А. Игра в коррекции психического развития ребенка / О. А. Карабанова. — М. : Смысл, 1997. — 263 с.
8. Эйдемиллер, Э. Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, И. В. Добряков, И. М. Никольская. — СПб. : Речь, 2007. — 352 с.

**ЖДАКАЕВА Елена Ивановна**, старший преподаватель кафедры педагогики и психологии детства. Адрес для переписки: e-mail: Elena.Zhdakaeva@mail.ru

Статья поступила в редакцию 14.11.2011 г.

© Е. И. Ждакаева

## Книжная полка

**Карнеги, Д. Как завоевать авторитет среди людей / Д. Карнеги ; пер. с англ. — М. : Попурри, 2010. — 336 с. — ISBN 978-985-15-1152-1.**

Философия, на которой основана данная книга, принадлежит человеку, чье имя давно стало синонимом влияния и человеческих отношений, — Дейлу Карнеги. На ее страницах вы познакомитесь с новым лидером: гибким и умеющим приспосабливаться, узнаете о качествах лидера, позволяющих быть не рабом, но слугой идеи — вызывающим доверие, надежным, решительным и целеустремленным. Для широкого круга читателей.

**Карнеги, Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. 5 навыков / Д. Карнеги ; пер. с англ. — М. : Попурри, 2010. — 320 с. — ISBN 978-985-15-1102-6.**

Приводятся пять важнейших навыков межличностного взаимодействия, к которым относятся налаживание контакта, искренняя любознательность, уверенное изложение своих идей, честность и конструктивное разрешение конфликтов. Рассматриваются различные аспекты данных навыков и анализируется их роль в деловом общении. Для широкого круга читателей.