

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Родионова О. Г.

Самарский филиал Московского городского педагогического университета,

Самара, Российская Федерация

rodionova_olga.g@mail.ru

В статье представлен анализ философских взглядов на такое понятие, как игра, рассмотрены взгляды отечественных психологов на роль игры в процессе развития детей и подростков, охарактеризованы функции игры. Игра рассматривается во многих науках: в педагогике (К. Д. Ушинский, Н. К. Крупская, А. С. Макаренко), психологии (Л. Абрамян, А. Варга, И. Выгодская, А. Захаров, А. Спиваковская и др.), культурологии (Т. А. Апинян, К. Рэйнуотер), но истоки ее изучения находим в работах И. Канта, Ф. Шиллера, Г. Спенсера, К. Гросса, Г. Гессе, Т. Манна, Й. Хейзинга, М. Хайдеггера, Ж.-П. Сартра, Г. В. Плеханов. Автор рассказывает об опыте применения в своей практике психологической работы с детьми, подростками и взрослыми социальных игр Гюнтера Хорна: «Хаос», «Замок Эриды (Тюрьма)», «Лепёшка», «Семейные психреты». Теоретическое значение данной статьи представляется в обзорном анализе взглядов философов и психологов на такой современный и популярный инструмент в деятельности психологов, как игра. Практическое значение материала, представленного в данной работе, заключается в том, что дает представление практикующим педагогам-психологам о возможностях интересного и результативного метода работы с детьми и подростками.

Ключевые слова: психологическая игра, дети старшего дошкольного возраста, подростки, взрослые, психологическая практика.

Истоки изучения игры мы находим в трудах выдающихся зарубежных и отечественных философов. Кант трактовал игру как одну из форм деятельности для свободного времяпрепровождения. Кант писал о познании предмета через свободную игру познавательных способностей [4].

Й. Хейзинга дает следующую характеристику игре, подчеркивая тот факт, что свобода есть главное условие существования игры как культурологического феномена: «Всякая игра есть в первую очередь свободное действие. Игра по принуждению не может оставаться игрой, разве что – вынужденным воспроизведением» [6, с. 84].

Побуждение к игре позволяет воспринимать объект таким, каким он был создан и создавать его как воспринимают его чувства. Чувственное побуждение несвободно и несамостоятельно, рациональное невозможно в зависимости и пассивности. Оба ограничивают бытие, чувственное побуждение при помощи законов природы, рациональное побуждение при помощи законов разума. Побуждение к игре совмещает оба побуждения, ограничивает человека морально и физически, но также, по мысли Ф. Шиллера, одновременно и освобождает [6, с. 85].

По мнению экзистенциального философа М. Хайдеггера, игра помогает человеку выйти за рамки обыденности и дает человеку больше свободы в действиях и поступках. Ж.-П. Сартр предлагал человеку сделать выбор между «быть ничем, либо играть» [4, с. 301].

Нам представляется интересным взгляд отечественного философа материалиста Г. В. Плеханова, который опровергает идеи Г. Спенсера, К. Гросса и К. Бюллера о том, что игра предшествует появлению трудовой деятельности. В ходе исторического развития человека философ прав, что сначала была охота, а уже потом появилась игра в охоту, но в ходе развития одного конкретного человека верными представляются взгляды зарубежных психологов: ребёнок сначала в игре осваивает ту деятельность, которую может наблюдать у взрослых.

При этом важно отметить, что детская игровая деятельность отличается от игр взрослых своими специфическими функциями:

- 1) в играх ребёнок социализируется при взаимодействии со сверстниками;
- 2) в игре ребёнок проживает различные чувства и эмоции, отыгрывает определенные паттерны поведения;
- 3) знакомится с культурой своего народа, выполняя различные обряды и ритуалы;

4) проигрывает действия взрослых, примеряется к их ролям.

В играх происходит определенное обучение, которое еще и подкрепляется или положительными или отрицательными эмоциональными переживаниями, возникающими как ответная реакция на оценку действий ребенка сверстниками, участниками по игре. Тот факт, что игра обычно разворачивается в достаточно психологически безопасном пространстве, не исключает того, что ребенок может по-разному воспринимать ее исход.

«Сущность игры в том, что она есть исполнение желаний, но не единичных желаний, а обобщенных аффектов», – писал Л. С. Выготский [1]. Ученый подчеркивал роль игры в достижении взаимопонимания, обеспечивающего согласие при взаимодействии. Изучая наиболее разрушительные личностные проблемы, Лев Семенович выделил возрастные, профессиональные, духовные, невротические и смысложизненные.

Немецкий психолог Карл Гросс предлагает следующую классификацию игр:

- 1) боевые, любовные, социальные, подражательные.
- 2) игры, в которых проявляется жажда разрушения;
- 3) игры, отличающиеся по степени «склонности к дразнению» и по чувству удовольствия от смешного [3, с. 117].

Рассмотрим социальные игры, разработанные немецким детским психотерапевтом Гюнтером Хорном. Социальными они являются, так как все направлены на взаимодействие игроков друг с другом в разных игровых ситуациях. Елизаветой Хеллингер были переведены и адаптированы для россиян такие игры Г. Хорна, как «Хаос», «Замок Эриды (Тюрьма)», «Лепёшка», «Семейные психреты». Во все эти игры могут играть родители со своими детьми, воспитатели и учителя с воспитанниками и учениками. Но если родители, воспитатели и учителя могут использовать данные игры для эмоциональной разрядки, увлекательного времяпрепровождения, формирования командной игры и определения лидеров в коллективах воспитанников, то психологи могут применять данный набор игр с целью оказания психологической помощи семьям и психокоррекции негативных эмоциональных переживаний и некоторых форм поведения.

Например, игра «Замок Эриды», которая ранее называлась «Тюрьма», может использоваться для командообразования, выявления лидеров в командах, определения наиболее эффективной стратегии поведения в тот или иной момент игрового процесса. Психолог может ее использовать для развития коммуникативных навыков, умения вести переговоры, договариваться и идти на компромисс как внутри команды, так и с игроками из других команд, аргументировать и отстаивать свою точку зрения, также в процессе игры участники могут тренировать у себя наблюдательность и логику, анализируя действия соперников. Данную игру можно использовать в работе со старшими дошкольниками, младшими школьниками, подростками, студентами, а также взрослыми людьми.

Игру «Лепешка» применяла в работе с детьми от 5 до 10 лет, подростками, студентами, также с помощью данной игры прорабатывали негативные эмоции между родителями и детьми. Игра, также как и другие игры Гюнтера Хорна, имеет огромное количество психотерапевтических функций:

- 1) развитие умения общаться (учит договариваться, уступать и извиняться);
- 2) осознание и проработка личных границ (проговаривание правил поведения на собственной территории, отстаивание своих прав и т. п.);
- 3) отработка агрессии социально приемлемым способом в игровом процессе;
- 4) развитие социального интеллекта и эмпатии.

Игра «Семейные психреты» эффективна в работе с детско-родительскими отношениями, в семьях, где общение между родителями и ребенком затруднено из-за недопонимания, утерянного доверия, негативного настроения против друг друга. Игра позволяет родителям и детям поделиться друг с другом в игровом формате сокровенными чувствами и переживаниями, тем самым сокращая дистанцию, если таковая имеется, между воспитывающими взрослыми и ребенком. Психолог также может принять участие в игре, делаясь новым для данной семьи опытом отношений при помощи своих ответов на вопросы.

Игру «Хаос» можно использовать в качестве разминки перед групповой работой в малой группе с подростками и взрослыми. Игра интересна тем, что надо действовать быстро, совершать свой собственный морально-нравственный выбор, внимательно слушать правила игры, которые многими игроками воспринимаются ошибочно, потому что они выходят за привычные, стандартизированные рамки. Игра учит действовать в ситуации неопределенности. В ходе игрового процесса каждый игрок или игроки (команда может состоять из одного или двух-трех игроков) могут наблюдать и рефлексировать собственную стратегию поведения, в командной игре необходимо умение договариваться.

Нами были проанализированы взгляды философов и психологов на феномен игры. Охарактеризованы социальные игры Гюнтера Хорна и то, как их можно использовать в практике психологической помощи. Из всего вышесказанного можно сформулировать функции психологических игр, применяемых в работе психолога:

1. В играх проявляются эмоциональные переживания в естественных условиях, игроки реализуют личностную свободу. С помощью игр можно проработать такое социально-неодобряемое чувство, как агрессия. Взрослые в процессе игры начинают проявлять спонтанность, свободу действий и выражение эмоций, становятся более раскрепощенными и открытыми.

2. В процессе игрового взаимодействия и дети, и взрослые получают эмоциональное удовольствие, чаще испытывают радость от взаимодействия с партнерами по игре.

3. В ходе игры тренируются многие социально полезные навыки: общения, умение вести переговоры, договариваться, идти на компромисс, высказывать свои претензии, отстаивать свои личностные границы, уметь извиняться, брать на себя ответственность за принятие решения от имени команды.

4. Формирование навыков социального взаимодействия в группах всех возрастов, с которыми работает психолог.

5. У игры есть такая функция, как символизм и ритуал, которую можно использовать в психокоррекционной работе с дезадаптивными формами поведения, когда необходимо сформировать наиболее адаптивные формы социального поведения.

6. Такая функция игры, как подражание и драматизация, применяется в арт-терапевтических подходах, с целью коррекции или развития тех или иных форм социального поведения.

Философы первые стали рассматривать в своих трудах феномен игры, продолжали его изучать культурологи, педагоги и психологи, расширяя и дополняя взгляды друг друга. Сегодня применение игровых методов является важным элементом практически любой психологической помощи.

Литература / References

1. Выготский Л. С. Психология развития человека. – М.: Эксмо, 2005. – 1136 с.
2. Лаврова Н. М. Игровые методы психотерапевтической помощи в кризисной ситуации / Н. М. Лаврова, Н. В. Лавров, В. В. Лавров // Антология российской психотерапии и психологии. Выпуск 9. Материалы Всероссийского научно-практического конгресса с международным участием Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов» «Новый мир – Планета психотерапии». – М.: ОППЛ, 2021. – С. 82–88.
3. Нестерова Н. В. Игра как объект культурологического анализа / Н. В. Нестерова, К. Ю. Баннов // Вестник ЧГАКИ. – 2006. – № 1(9). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igra-kak-obekt-kulturologicheskogo-analiza> (дата обращения: 11.03.2024).
4. Патраков Э. В. Философские основы применения игры в практике психологической помощи // АНИ: педагогика и психология. – 2016. – № 3(16). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/filosofskie-osnovy-primeneniya-igry-v-praktike-psihologicheskoy-pomoschi> (дата обращения: 13.03.2024).

5. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Т. В. Азарова [и др.]; под ред. М. Р. Битяновой. – СПб.: Питер, 2011. – 304 с.
6. Рекшинская А. Я. Понимание категории игры в немецкой философии XVIII столетия // Проблемы науки. – 2016. – № 12(13). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponimanie-kategorii-igry-v-nemetskoj-filosofii-xviii-stoletiya> (дата обращения: 03.04.2024).
7. Филиппова Е. В. Игровая терапия // Альманах Института коррекционной педагогики. – 2017. – № 28. – URL: <https://alldef.ru/ru/articles/almanac-28/play-therapy> (дата обращения: 18.04.2024).

PSYCHOLOGICAL GAMES IN THE PRACTICE OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE

Rodionova O. G.

*Samara Branch of Moscow City University, Samara, Russian Federation
rodionova_olga.g@mail.ru*

The article presents an analysis of philosophical views on such a concept as a game, examines the views of Russian psychologists on the role of play in the development of children and adolescents, describes the functions of the game. The game is considered in many sciences: in pedagogy (K. D. Ushinsky, N. K. Krupskaya, A. S. Makarenko), psychology (L. Abrahamyan, A. Varga, I. Vygotskaya, A. Zakharov, A. Spivakovskaya, etc.), cultural studies (T. A. Apinyan, K. Rayonwater), but the origins of its study are found in the works of I. Kant, F. Schiller, G. Spencer, K. Groos, G. Hesse, T. Mann, J. Huising, M. Heidegger, J.-P. Sartre, G. V. Plekhanov. The author tells about the experience of applying Gunther Horn's social games in his practice of psychological work with children, adolescents and adults: "Chaos", "Castle of Eris (Prison)", "Flatbread". The theoretical significance of this article is presented in a review analysis of the views of philosophers and psychologists on such a modern and popular tool in the activities of psychologists as the game. The practical significance of the material presented in this work is that it gives an idea to practicing educational psychologists about the possibilities of an interesting and effective method of working with children and adolescents.

Keywords: psychological game, older preschool children, teenagers, adults, psychological practice.