

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ В РАЗЛИЧНЫХ ИГРОВЫХ ГРУППАХ

Аннотация. В статье анализируются некоторые проблемы эмоционально-волевой сферы, с которыми сталкивается ребенок-дошкольник и трудности их осознания. Выдвигаемая гипотеза о путях развития благополучных детско-родительских отношений в период раннего детства берется в качестве отправной точки в коррекции этих отношений современных семей. В качестве предмета исследования выступают поведенческие изменения, как со стороны детей, так и взрослых, возникающие при комплексной и регулярной работе в коррекционных группах и объективные диагностированные улучшения функционирования эмоционально-волевой сферы.

Описан опыт внедрения недирективной игротерапии в работу малых коррекционных групп в муниципальных и региональных благотворительных организациях города Москвы. Занятия проводились с целью коррекции детско-родительских взаимоотношений, развития навыков межличностного взаимодействия ребенка раннего возраста; а также для развития навыков дифференциации переживаемых детьми и родителями чувств, что является важнейшим фактором в формировании самосознания детей дошкольного периода детства и значимым фактором в развитии внутрисемейных взаимоотношений между родителями и детьми. В статье описано проведение подобных игровых психокоррекционных занятий и краткие данные о результатах работы с детьми и их родителями в различных группах в разные возрастные периоды от трех до семи лет.

Ключевые слова: психология, психокоррекция игровыми методами, игровая деятельность, недирективная игротерапия, психокоррекционные группы, эмоционально-волевая сфера, детско-родительские взаимоотношения, ребенок-дошкольник, осознание, дети.

Новорожденный ребенок появляется на свет беспомощным, он целиком зависит от родителей, в первую очередь от матери (или от постоянно ухаживающего за ним человека). Постепенно вырастая, ребенок приобретает все большую и большую самостоятельность. Это происходит поэтапно, в процессе развития детско-родительских отношений. То, как развиваются эти отношения, влияет на формирование многих сторон личности ребенка, на степень его доверия к миру, на его познавательную активность, на осознание себя как отдельного самостоятельного человека и, в конце концов, на то, как он будет строить отношения с окружающими его людьми.

Один из важнейших этапов развития детско-родительских отношений — момент, когда ребенок начинает ходить, когда таким образом, во-первых, у него появляется физическая возможность удалиться от матери самостоятельно, а во-вторых, расширяются его возможности для изучения и освоения окружающего мира. Если наблюдать за действиями такого ребенка в присутствии матери, то мы можем увидеть, как он

сначала играет, не отходя от мамы, затем отдалится ненадолго, затем возвращается, потом снова удаляется, и т.д. Постепенно промежутки времени и расстояние, на которое ребенок отходит, все увеличиваются, и ребенок начинает осознавать себя отдельным от матери существом — появляется понятие самостоятельности действий.

Так проходит процесс развития детско-родительских отношений в норме, однако часто бывает, что в результате особенностей развития ребенка и/или особенностей отношения родителей (тревожность, склонность к гиперопеке, повышенная требовательность) этот этап затягивается на долгие годы.

Основная цель детско-родительской коррекционной группы (для детей в возрасте от 3-х лет) — создать условия для благополучного психологического отделения ребенка от мамы. Это тот возраст, когда в норме ребенок начинает пробовать принимать самостоятельные решения, чего бы это ни касалось: шнурки завязать или помыть посуду, взять маму за руку или самостоятельно идти по улице «как большой». У многих современных детей и родителей наблюдаются

проблемы в этой области. Например, ребенок не хочет оставаться без мамы — ходит за нею «по пятам» или мама не хочет отпускать ребенка от себя — ей все время кажется, что с ним что-либо случится; а, может быть, мама хочет отдать ребенка в детский сад, но ребенок не чувствует себя в безопасности даже проводя в садике полдня. Бывает также, что ребенок хочет общаться со сверстниками, а мама не может позволить ему этого без опасения, что он что-то у кого-то отнимет, или, что у него что-то отнимут, и он будет плакать. В настоящее время нередки случаи неосознаваемой зависимости матери от собственного ребенка, его желаний, действий. Также часто в современных семьях встречаются проблемы, связанные с появлением в семье младшего брата (сестры) и т.д.

В рамках детско-родительской психотерапевтической группы создается такая атмосфера, в которой и ребенок и мама чувствуют себя в безопасности, могут спокойно в пределах комнаты отойти друг от друга или при желании играть с другими детьми и взрослыми. В безопасной атмосфере такой группы рождается доверие к себе и к окружающим, доверие, которого детям трудно достичь в семьях, где есть гиперопека, а также в семьях, где маме часто некогда побыть с ребенком и уделить ему час времени, не занимаясь при этом никакими домашними делами. В такой группе у мамы, безусловно, нет никаких домашних дел, и мама и ребенок могут полностью посвятить свое время друг другу, а могут наблюдать, как это делают другие дети и мамы, могут общаться с другими мамами или с другими детьми. Такого же доверия к себе и к окружающим не достает мамам, тревожащимся за своих детей, и в атмосфере детско-родительской группы они также могут ощутить возможность не тревожиться за своих детей. Именно в атмосфере спокойных неторопливых отношений, постепенно рождающихся в детско-родительской группе, снижается тревожность у ребенка, а следом за этим появляется потребность активно развиваться и становиться все более и более самостоятельным. Количество детей с родителями в данной группе может колебаться от 3 до 5 семей (в зависимости от размеров игровой комнаты).

Игровые психокоррекционные занятия широко применяются во всем мире уже давно. Существует много различных видов и типов игровой психотерапии, но в данной работе мы остановимся на недирективной игротерапии, которая основана на принципах клиент-центрированной психотерапии К. Роджерса¹.

Акцент недирективной терапии на способности клиента к самостоятельному разрешению своих эмоциональных проблем обеспечил быстрое распространение этого метода не только в работе со взрослыми, но и с детьми.

Недирективная терапия К. Роджерса была успешно использована Г. Лэндретом², В. Экслийн и другими детскими психотерапевтами.

Работа В. Экслийн³ дала начало крупному направлению в игровой терапии. Она успешно применила принципы недирективной терапии в игровой коррекционной работе с детьми, такие, например, как естественное стремление индивида к развитию, способность индивида к управлению собственным развитием.

Недирективная игротерапия позволяет ребенку самому выбирать темп и направление своего личностного роста, а ограничения в игре имеют особое значение для чувства безопасности, а также для повышения чувства ответственности за свои поступки. Именно В. Экслийн впервые отметила важность данного замечания и определила перечень ограничений и требования к ним.

В классической работе Х. Джинотта⁴, который занимался в основном, групповой работой с детьми, цель игротерапии определяется как воздействие на базовые изменения в интрапсихическом равновесии ребенка для установления баланса в структуре его личности. Совершенствование структуры личности создает необходимые условия для лучшего познания мира, раскрывает возможности для творческого роста и, в конечном счете, более полной самоактуализации этой личности.

Набор игр, применяемых в игротерапии, включает игры со структурированным игровым материалом и сюжетом и игры с неструктурированным материалом.

Игры с неструктурированным материалом особенно важны на ранних фазах игротерапии, когда чувства ребенка еще не выделены и не осознаны им. Игры с водой, песком, красками, глиной дают возможность выразить свои чувства в ненаправленной форме и испытать чувство достижения. Дальнейшая динамика смены игр в процессе игротерапии подводит ребенка к структурированным играм, открывающим пути для выражения чувств и переживаний ребенка, в том числе агрессивных, в социально приемлемой форме.

¹ Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений / Пер. с англ.; предисл. А.Я. Варга. М., 1994.

² Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. СПб., 2003.

³ Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия / Пер. с англ. М., 2002.

⁴ Выготский Л.С. Психология развития человека. М., 2005.

Занятия в игровых коррекционных группах, основанные на принципах недирективной терапии, не делают попыток контролировать или изменять смысловое содержание игры ребенка. Этот вид игровой психокоррекции скорее концентрирует внимание на создании терапевтической ситуации, которая дает эмоциональный опыт, в котором становятся возможны изменения, и оставляет ребенку свободу определять природу и направление изменений. Переживание эмоций, эмоционального опыта — социально по своей сути. И для успешного личностного роста важно *сопереживать* с ребенком эмоции как «положительные», так и «отрицательные».

На этом сопереживании и принятии эмоций другого основаны игровые занятия с детьми. Главным критерием при выборе групповой формы игротерапии является наличие у ребенка социальной потребности в общении.

На этапе, когда такая потребность у ребенка не сформирована, ему требуется курс индивидуальной игротерапии для успешного постепенного введения в детский коллектив.

Большое значение для успеха коррекционной работы имеет также состав группы, представляющий собой мощный интегративный или дезинтегративный фактор. Поэтому большое внимание психологи уделяют подбору детей в игровых группах.

Другим важным фактором является также «закрытость» или «открытость» группы. Так называемая «закрытая» группа представляет собой неизменяемый состав, а в «открытую» группу на любое занятие могут приходиться новые дети. Процесс групповой терапии во многом зависит от «открытости» или «закрытости» группы. Психологически «открываться» в терапевтическом процессе детям легче, когда атмосфера принятия каждого в этой группе стала достаточно устойчивой и у детей возникло чувство доверия к участникам группы (как к детям так и ко взрослым). Дети, приобретающие в «закрытых» группах положительный и устойчивый опыт доверия к себе и к окружающим, приобретают эмоциональную устойчивость и впоследствии могут посещать «открытые» группы с гораздо большим эффектом для собственного развития и без риска психологического стресса. Дети, у которых имеются различные проблемы эмоционального характера, посещая «открытые» группы усугубляют эти проблемы.

Для детей в возрасте от 3,5 лет до 4,5 лет в норме свойственно развитие игровой деятельности в виде манипулятивных действий с игрушками: детям хочется поводить на веревочке паровозик, им интересно смотреть, как вертится юла, как крутится винт у игрушечного вертолета и т.п. Такие, казалось бы, простые действия служат для

расширения знаний об окружающем мире, о функциональных свойствах предметов, а также для подготовки следующего этапа игровой деятельности — сюжетно-ролевой игры. Если у детей этого возраста сформирована потребность в групповом общении, то наиболее адекватна для них будет небольшая группа, состоящая из 4-6 человек детей, психолога и ассистента (в зависимости от размеров помещения).

Основными целями психокоррекционной работы в такой группе являются расширение эмоциональной сферы ребенка и развитие навыков межличностного взаимодействия.

Эти цели достигаются в группе путем решения таких задач, как экстерииоризация скрытых чувств в игре, формирование навыков сюжетно-ролевой игры, формирование коммуникативных навыков, формирование произвольного контроля за своими действиями.

Экстерииоризация скрытых чувств представляет собой вынесение их во внешний план деятельности. Можно представить неадекватную экстерииоризацию чувств, когда испытывающий боль ребенок может ударить товарища по игре, если тот его обидел ненароком. Когда речь идет об экстерииоризации чувств взрослого человека, мы можем увидеть, как взрослый, которому больно наступили на ногу, способен в вежливой форме сказать об этом обидчику. Иными словами, взрослый успеваеет и осознать свою боль и экстерииоризировать свои чувства адекватно ситуации.

В процессе воспитания детям часто запрещают рефлексивный способ выражения своих чувств, и подобные запреты, когда они вводятся в труднодоступной для детей форме (например, в форме словесного запрета), порой перекрывают каналы для выражения чувств. А это впоследствии может создавать предпосылки к повышенной тревожности и/или к эмоциональной холодности, т.е. к различным нарушениям в эмоционально-волевой сфере. У детей в возрасте до 12-ти лет еще не окончательно сформировано словесно-логическая форма мышления, и они не в состоянии понять формулу родительского запрета, выраженного, например, таким образом: «Нельзя драться с Асей, потому что она девочка». Детям гораздо понятнее, когда с ними говорят о том, что человек чувствует: «Асе больно». И этот путь к вербальному общению для детей гораздо легче и действеннее.

В подобных жизненных ситуациях можно посоветовать родителям не запрещать выражение чувств ребенка, которые кажутся слишком эмоционально насыщенными, а переключить ребенка на какой-то вид деятельности, который может помочь ему выразить это чувство в адекватной форме.

Однако, с этими проблемами ребенку в одиночку порой бывает не под силу справиться, ему нужна помощь психолога, психотерапевта.

Психокоррекционные или психотерапевтические игровые группы для детей нацелены на решение многих проблем в личностном развитии ребенка. Очень важно на начальных этапах дать ребенку возможность осознать то чувство, которое им владеет в данную минуту. Потому что когда чувство осознано, появляется возможность адекватно его выразить.

Возраст от 4,5-5 до 6,5-7 лет в развитии личности характеризуется постоянным испытыванием границ. И, в первую очередь, это границы собственного сознания. Способность мыслить развивается и растет с помощью сознания, а затем, на новом этапе исследует сознание и, таким образом, происходит **самоосознание**. Элементами сознания являются и память, и воображение и эмоциональная жизнь ребенка. Эти элементы в норме взаимодействуют между собой. Игры в «Прятки», «Ку-ку», в «Смерть понарошку» — это возвращение к границе сознания, проигрывание таких ситуаций свойственно в норме для детей пяти лет. Кроме того, в этом возрасте у детей существенно расширяется кругозор, появляется развернутая фразовая речь. И все эти этапы формирования личности находят адекватный способ развития именно в групповой игре. Также в игровой деятельности постепенно формируется простой, а затем развернутый сюжет.

Основные цели игровой группы на этом возрастном этапе это — дифференциация переживаемых чувств, что является наиважнейшим фактором в формировании самосознания, и дальнейшее развитие коммуникативных навыков, что достигается благодаря недирективному подходу и «закрытости» групп.

В возрасте от 5,5 до 6,5 лет для детей особенно важен такой фактор личностного роста как противоречие. Способность к противоречиям в мышлении важно поддерживать. Это подготавливает базу для понимания относительности понятий, к неординарности (дивергентности) мышления. Противоречия — это попытка самостоятельного мышления, выработки собственного мнения. При этом, мышление, исследуя сознание, задает вопросы, на первый взгляд нелепые. Нужно учитывать, что взрослому не обязательно сразу отвечать на вопрос ребенка, каким бы нелепым или, наоборот, каким бы очевидным ни был ответ на него, важно «вернуть» ребенку его вопрос («а как ты думаешь?») Мышление начинается с мыслительной установки, а приходит к сознанию. У ребенка в этом возрасте активно развивается сюжетно-ролевая игра: ребенок уже способен взять на себя роль какой-либо игрушки и разыгрывать сюжет с нею. И в сюжете ребенок часто проигрывает амбивалентные

чувства: я хороший — я плохой, меня любят — меня не любят, я очень добрый — я очень злой и т.п.

Цели игровой терапии для данного возраста это: развитие социальных навыков, развитие контроля в эмоционально-волевой сфере, а также развитие творческих способностей.

И задачи, которые соответствуют поставленным целям это — обучение социально-культурным нормам в игровой форме, обучение этическим нормам и развитие навыков высказывания собственного мнения и умения выслушать другого.

При благополучном развитии личности к возрасту 7-ми лет созревает способность к самокритике, к принятию критики со стороны. Это один из показателей психологической готовности к школе (то есть к обучению в коллективе), так как этот процесс всегда содержит в себе элементы критики и самокритики, ведь это не просто мирное сосуществование в группе товарищей по игре, а целенаправленное получение новых знаний и умений, причем уже не всегда в игровой форме.

Игровые психокоррекционные группы, о которых мы рассказали в данной работе, проводятся в течение шести лет на базе нескольких учреждений г. Москвы. Такие занятия проводились с детьми и родителями в студии раннего развития «Наши дети» Детско-юношеского Центра «Норд-вест» в Строгино, в Центре психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Строгино», а также на базе Региональной Благотворительной Образовательной Организации «Московский конноспортивный Клуб инвалидов». В течение 10 лет занятия в описанных группах проводятся в Центре психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Строгино».

По результатам этой работы можно сказать, что у детей, проходящих курс игротерапии в данных группах, существенно снижается уровень тревожности, активизируются процессы формирования и развития адекватной самооценки, вследствие чего улучшается качество межличностных отношений между детьми, их сверстниками, родителями и другими взрослыми.

Для родителей также очевидна польза посещения детско-родительских групп: проблемы семей, склонных к гиперопеке или гипоопеке, постепенно решаются, снижается уровень тревожности, как у детей, так и у родителей, а самое главное, на наш взгляд, у детей и у родителей адекватно проявляется стремление к самостоятельности действий, ответственности за свои решения и поступки, и люди взрослые и люди маленькие начинают сами определять свой жизненный путь, не навязывая другу друг свои мнения, решения и действия, а это говорит о наиболее полной самоактуализации личности.

Список литературы:

1. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии. 1966. № 6.
2. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. Мышление и речь. Проблемы психологического развития ребенка / под ред. А.Н. Леонтьева и А.Р. Лурия. М., 1956.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека. М., 2005.
4. Джинотт Х.Дж. Групповая психотерапия с детьми. Теория и практика игровой терапии / Пер. с англ. М., 2005.
5. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. М., 2000.
6. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. СПб, 2003.
7. Лэндрет Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений / Пер. с англ.; предисл. А.Я. Варга. М., 1994.
8. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия / Пер. с англ. М., 2002.
9. Стельмах О.Д. Возможности игровой терапии в психокоррекционной работе с детьми, имеющими различные отклонения в развитии // Научно-исследовательская работа студентов в условиях модернизации столичного образования: 1-я общегородская научно-практическая конференция студентов учреждений высшего и среднего профессионального образования городского подчинения. 26 апреля 2002 г. / Сост., отв. ред. Г.М. Коджаспирова. М., 2002.
10. Стельмах О.Д. Игровая терапия как метод психодиагностики // Современные технологии диагностики, профилактики и коррекции нарушений развития: научно-практическая конференция, посвященная 10-летию МГПУ. Том III. Материалы секции: «Медико-психолого-педагогическое сопровождение современного образовательного процесса». М., 2005.
11. Стельмах О.Д. Игровые занятия с детьми в коррекционных группах // Дефектология. 2005. № 1.
12. Экслейн В. Игровая терапия / Пер. с англ. М., 2001.

References (transliteration):

1. Vygotskiy L.S. Igra i ee rol' v psikhicheskom razvitii rebenka // Voprosy psikhologii. 1966. № 6.
2. Vygotskiy L.S. Izbrannye psikhologicheskie issledovaniya. Myshlenie i rech'. Problemy psikhologicheskogo razvitiya rebenka / Vygotskiy L.S., pod red. A.N. Leont'eva i A.R. Luriya. M., 1956.
3. Vygotskiy L.S. Psikhologiya razvitiya cheloveka. M., 2005.
4. Dzhinott Kh.Dzh. Gruppovaya psikhoterapiya s det'mi. Teoriya i praktika igrovoy terapii / Per.s angl. M., 2005.
5. Zakharov A.I. Proiskhozhdenie detskikh nevrozov i psikhoterapiya. M., 2000.
6. Kostina L.M. Igrovaya terapiya s trevozhnymi det'mi. SPb, 2003.
7. Lendret G. L. Igrovaya terapiya: iskusstvo otnosheniy / Per. s angl.; predisl. A.Ya. Varga. M., 1994.
8. Rodzhers K. Klient-tsentrirovannaya psikhoterapiya / Per. s angl. M., 2002.
9. Stel'makh O.D. Vozmozhnosti igrovoy terapii v psikhokorreksionnoy rabote s det'mi, imeyushchimi razlichnye otkloneniya v razvitii // Nauchno-issledovatel'skaya rabota studentov v usloviyakh modernizatsii stolichnogo obrazovaniya: 1-ya obshchegorodskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya studentov uchrezhdeniy vysshego i srednego professional'nogo obrazovaniya gorodskogo podchineniya. 26 aprelya 2002 g. / Sost., отв. red. G.M. Kodzhaspirova. M., 2002.
10. Stel'makh O.D. Igrovaya terapiya kak metod psikhodiagnostiki // Sovremennye tekhnologii diagnostiki, profilaktiki i korreksii narusheniy razvitiya: nauchno-prakticheskaya konferentsiya, posvyashchennaya 10-letiyu MGPU. Tom III. Materialy sektsii: «Mediko-psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie sovremennogo obrazovatel'nogo protsessa». M., 2005.
11. Stel'makh O.D. Igrovye zanyatiya s det'mi v korreksionnykh gruppakh // Defektologiya. 2005. № 1.
12. Ekslajn V. Igrovaya terapiya / Per. s angl. M., 2001.