



Игровая терапия, центрированная на ребенке: ВОЗМОЖНОСТИ МЕТОДА

Александр Покрышкин
Детский психолог, игровой терапевт,
специалист DIR\Floortime



- Детский психолог (РГГУ)
- Игровой терапевт, преподаватель игровой терапии (игровая терапия центрированная на ребенке)
- Специалист DIR/Floortime, международный сертификат ICDL
- Опыт работы с 2005 года: государственные и частные психологические центры, детский хоспис «Дом с маяком»
- Частная практика
- Курсы обучения родителей игровой терапии «Играть, чтобы стать ближе»
- Курс для специалистов: «Недирективная игровая терапия: введение в практику»

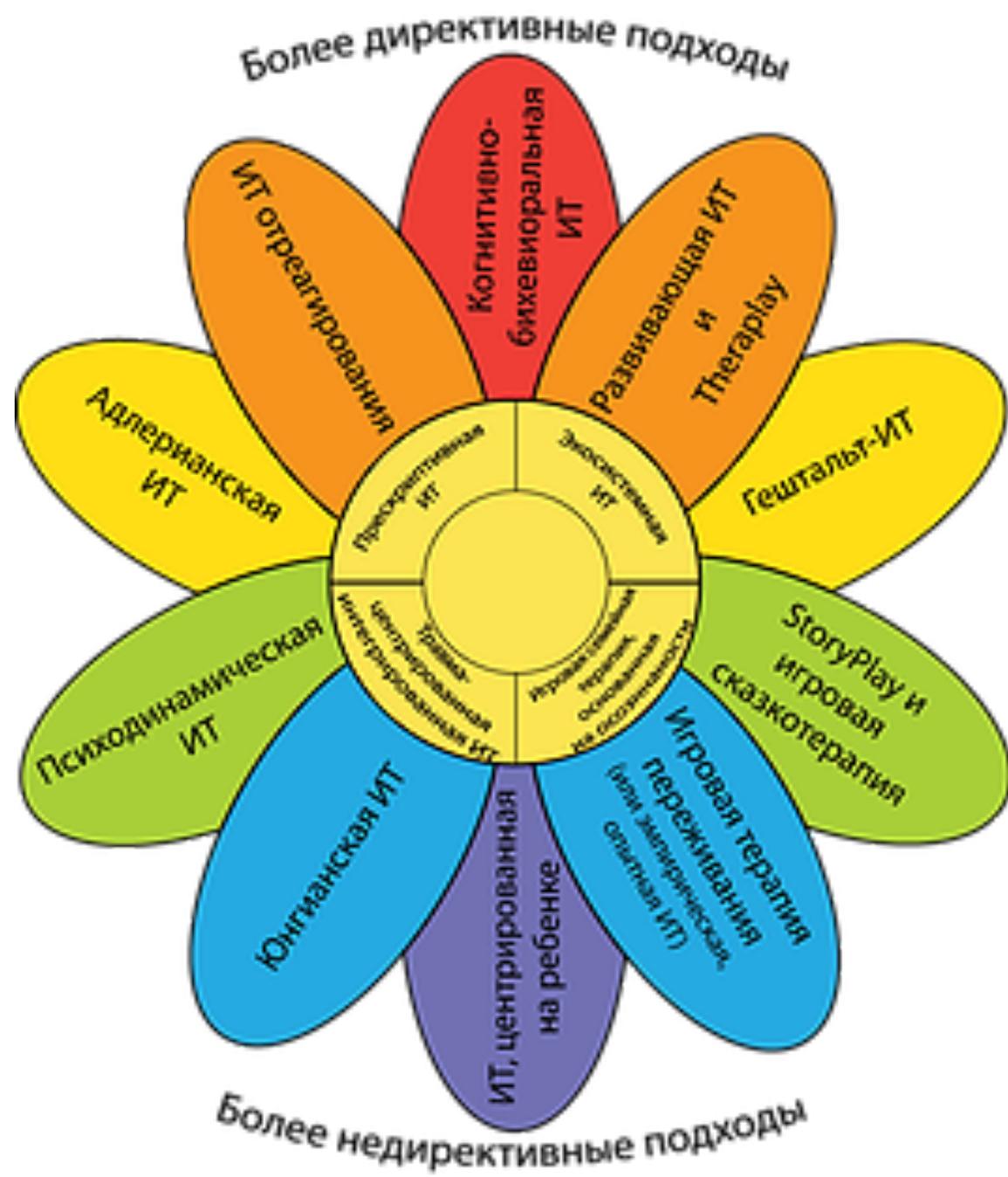
ЧТО ТАКОЕ

ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ?

ВИДЫ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

РАЗВИТИЕ

ПОМОЩЬ



Зигмунд Фрейд считал
спонтанную игру ребенка
формой проявления
бессознательного

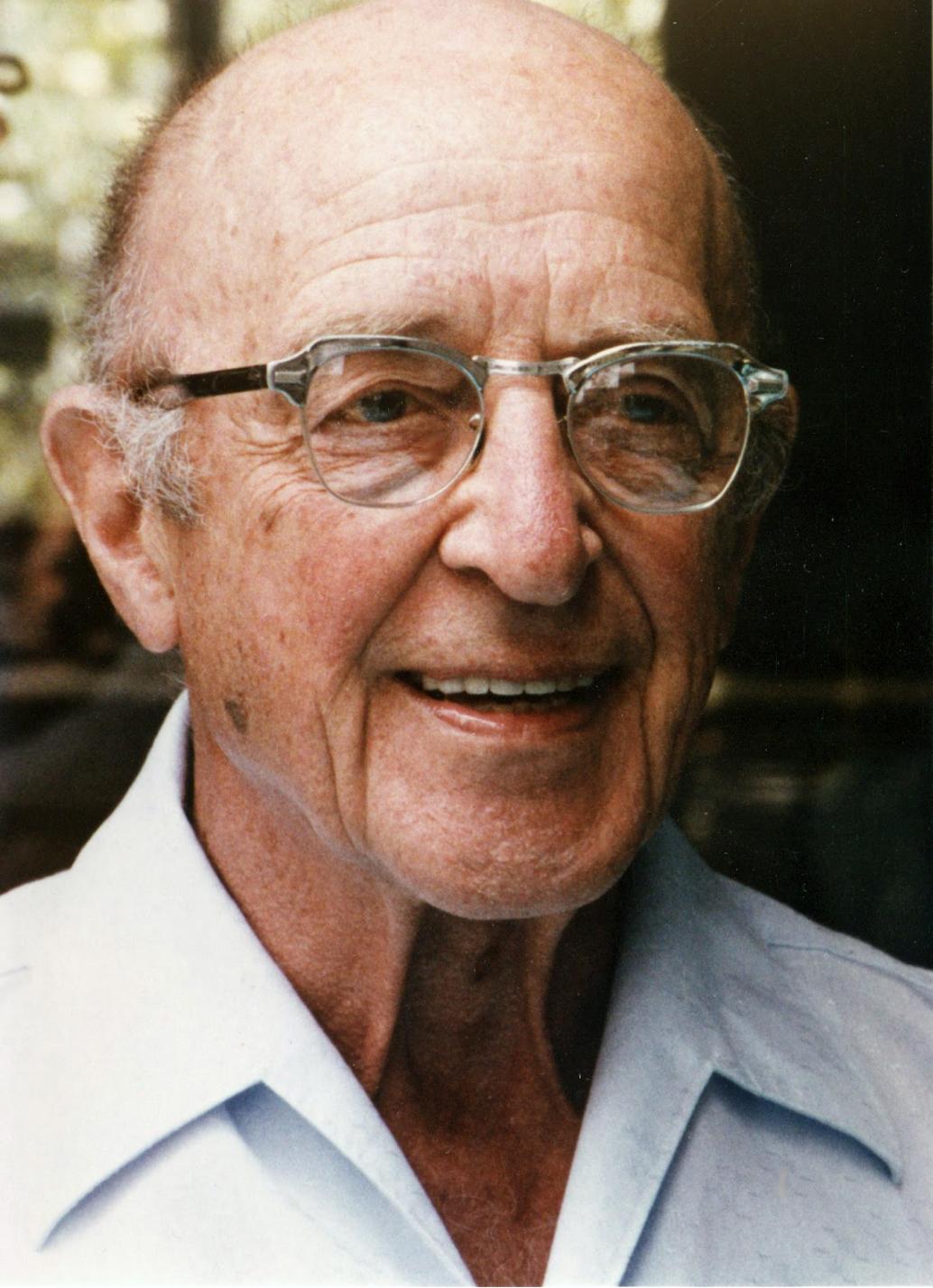




Мелани Кляйн впервые
использовала термин «Игровая
терапия»



Анна Фрейд считала, что игра отражает актуальные потребности ребенка



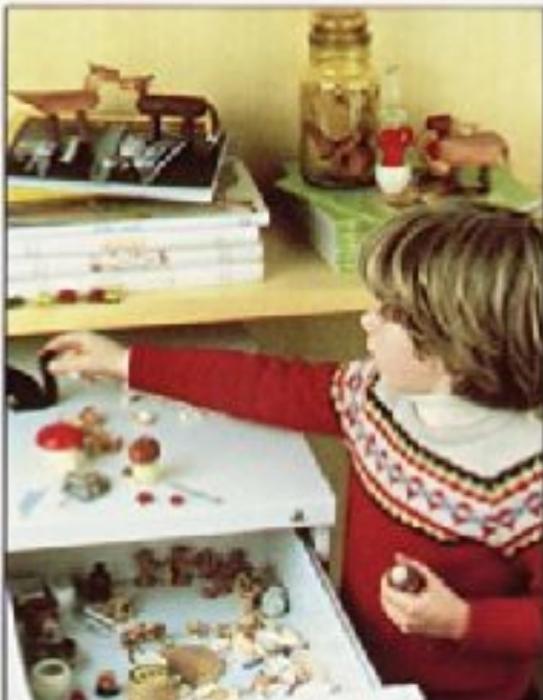
Карл Роджерс разработал
принципы
клиентоцентрированности

VIRGINIA M. AXLINE

Author of
DIBS IN SEARCH OF SELF

PLAY THERAPY

The groundbreaking book that
has become a vital tool in the growth
and development of children.



Вирджиния Экслайн перенесла
роджерсианскую модель на
работу с детьми



Гарри Лэндрет структурирова
работу с детьми, усилил работ
с родителями

Исследования эффективности

Meta-Analyses	# of Studies	Study Collection Years	Child Mean Age (years)	# of Participants	Effect Size
Leblanc & Ritchie (2001)	42	1947-1996	7.8	Not reported	0.66
Bratton et al. (2005)	93	1953-2000	7.0	3,248	0.80
Lin & Bratton (2015)	52	1995-2010	6.7	1,848	0.47
Ray et al. (2015)	23	1975-2011	Range: 4-13	1,106	0.21-0.38

* <https://cpt.unt.edu/researchpublications/meta-analyses>

Область применения игровой терапии

Поведенческие и эмоциональные проблемы

- Тревожность
- Агрессивность
- Повышенная эмоциональность
- Конфликтность
- Упрямство
- Страх ошибок
- Низкая учебная мотивация
- Психологическая травма
- Горе и потеря

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ

ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ



**РЕБЕНОК — ЛИЧНОСТЬ СО СВОИМИ
ПОТРЕБНОСТЯМИ,
А НЕ ПРОСТО «СИМПТОМ СЕМЬИ»**

Роль игры в детстве

ИГРА ДЛЯ РЕБЕНКА - СПОСОБ ПЕРЕЖИТЬ СОБСТВЕННЫЙ ОПЫТ

Что делает терапию возможным

ПОМОГАЯ РЕБЕНКУ ПОНЯТЬ ИГРУ, МЫ ПОМОГАЕМ ЕМУ ПОНЯТЬ СЕБЯ И ДРУГИХ

Что делает игровой терапевт

- Поддерживает доброжелательную атмосферу
- Передает ответственность ребенку
- Помогает ему осознать происходящее
- Обращает внимание на успехи
- Структурирует занятие
- Вводит ограничения, когда это необходимо

Структура занятия

НАЧАЛО

**«ТУТ МОЖНО ИГРАТЬ ВО ВСЕ,
ЧТО ЗАХОЧЕШЬ»**



ЗАВЕРШЕНИЕ

**«СКОРО (ЧЕРЕЗ 5 МИНУТ) ВРЕМЯ
ЗАКОНЧИТСЯ И БУДЕТ ПОРА ИДТИ,
А ПОКА МОЖНО ИГРАТЬ»**

Что происходит с детьми

- Имеют положительные представления о себе (я-концепция)
- Учатся выражаться свои мысли, чувства и желания более адаптивно
- Испытывают чувство безопасности в отношениях с родителями
- Частично или полностью избавляются от неадаптивного поведения
- Легче берут на себя ответственность
- Обладают более высоким самоконтролем
- Обладают большим репертуаром способов решения проблем



ЗАЧЕМ ДЕТИ ИГРАЮТ?

ЧТО ТАКОЕ ИГРА?



Определение игры



- Отсутствие цели
- Эмоциональное вовлечение участников
- **Воображаемая ситуация**

Роль игры в детстве

ИГРА - ФОРМА МЫШЛЕНИЯ

Роль игры в детстве

ИГРА - СПОСОБ ПЕРЕЖИТЬ СОБСТВЕННЫЙ ОПЫТ

Принципы игровой терапии

- 1) Игра - способ пережить собственный опыт
- 2) Чуткий и доброжелательный взрослый может помочь сделать это **быстрее**

Пути решения проблем

Создать благоприятные условия:

- Свободы
- Безопасности
- Доброжелательности
- Принятия
- Уважения

A close-up photograph of two small, vibrant green seedlings with several leaves each, growing out of a narrow crack in a light-colored, textured surface like concrete or asphalt. The background is a blurred expanse of the same surface. The lighting is bright, casting soft shadows from the plants.

ЕСЛИ СОЗДАНЫ ВСЕ УСЛОВИЯ...

Как проходят занятия

- Возраст детей от 2 до 12 лет
- Набор предметов и игрушек
- 1-2 раза в неделю (30-60 минут)

Набор игрушек

- Люди
- Животные
- Волшебные существа
- Дома
- Природные объекты
- Транспорт
- Война
- Игрушки для отыгрывания агрессии
- Строительные материалы
- Набор доктора
- Большая мягкая игрушка
- Маски, костюмы
- Пальчиковые куклы
- Посуда
- мебель
- Деньги
- Дартс
- Резиновый ножик

Время

- 30-60 минут
- 1-2 раза в неделю
- Зависит от возраста ребенка
- За временем следит взрослый

ЧТО ЖЕ ДЕЛАЕТ ИГРОВОЙ ТЕРАПЕВТ?



Игровой терапевт

- Создает доброжелательную атмосферу на занятии
- Вербально активен
- Проявляет уважительное и заинтересованное отношение к ребенку
- Помогает ему понять свои действия и эмоции
- Поддерживает его самоуважение
- Устанавливает ограничения в случае необходимости

Можно и нельзя

Можно

Организовать и создавать атмосферу

Позволять ребенку вести

Активно включаться в игру в роли «последователя»

Словесно описывать игру ребенка

Отражать чувства ребенка

Устанавливать постоянные и непоколебимые правила

Признавать силу ребенка и поддерживать его усилия

Быть словесно активным

Улыбаться и смотреть заинтересовано

Нельзя

Лидировать

Инициировать новую деятельность

Выдвигать идеи

Предлагать свои сюжеты игр

Намекать

Задавать вопросы

Давать информацию или учить

Читать нравоучения

Хвалить и критиковать

Быть пассивным или молчаливым

Навыки отражения

- Помогают установить контакт
- Показывают наше уважение к ребенку
- Помогают ему осознавать происходящее

Навыки отражения действия

- Ты смотришь на игрушку
- Ты взял вот это
- Ты поставил это вот сюда
- Они пришли к дому
- Он строит забор
- Она моет посуду

Навыки отражения высказываний

Р: «Папа сел, мама села, сын сел»

Т: «И папа, и мама, и сын, все сели/они сели/
теперь они сидят»

Р: «у меня дома есть такой же телефон»

Т: «Ты узнал его/ты помнишь, что у тебя дома
есть телефон/этот телефон такой же как твой»

Навыки отражения чувств/намерений/ желаний

- Он хочет ударить его
- Кажется, дракон сердится на принца
- похоже, тебе грустно
- Ты хочешь еще поиграть
- Ты хотел бы, чтобы тут был целый набор лего



**«ОДНИ ДЕТИ КАК ПОПКОРН, ДРУГИЕ -
КАК ПАТОКА»**

ГАРРИ ЛЭНДРЕТ

УРОВНИ ИНТЕРПРЕТАЦИИ

- Содержание игры
- Чувства ребенка
- Направление игры
- Психологическое значение игры
- Связь с игрой предыдущих сессий
- Связь с жизненными событиями



РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ В ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

«Настаивать на том, чтобы не проводить терапию с детьми до тех пор, пока не прошли терапию их родители - значит отрицать потенциал роста и способность справляться с ситуацией, а также отказывать родителям в способности изменить собственное поведение в связи с изменениями в поведении ребенка»

Гарри Лэндрет



Литература

- Г. Лэндрет «Игровая терапия: Искусство отношений»
- В. Экслайн «Игровая терапия»
- В. Экслайн «Игровая терапия в действии»
- К.Мустакас «Игровая терапия»
- Дж. Аллан «Ландшафт детской души»

ME@APOKRYSHKIN.RU