

### ***Библиографический список:***

1. Изард К.Э. Психология эмоций: пер. с англ. - СПб.: Питер, 1999. - 464 с.
2. Е. П. Ильин «Эмоции и чувства» (Серия "Мастера психологии") - СПб.: 2001 - 752 с.
3. Сайт интегрального человековедения [Эл. ресурс]. URL: <http://www.aquarun.ru> (дата обращения: 18.04.2014)

*Я.В. Чежина,  
Санкт-Петербург, РГПУ им. А.И. Герцена<sup>21</sup>*

### **Возможности игрового консультирования как метода психологической помощи детям, попавшим в кризисную ситуацию**

Среди всех методов психологической помощи детям игровое консультирование по праву считается самым естественным, поскольку базируется на природной потребности ребенка в игре. Сюжеты игр чрезвычайно разнообразны и отражают конкретные условия жизни ребенка (Д.Б. Эльконин, 1999). Игра допускает любую импровизацию, отражающую те или иные житейские драмы. Игра позволяет понять, как ребенок приспосабливается к этому миру, как он познает мир. Для ребенка игра – серьезное, полное смысла занятие, которое способствует его физическому, психическому и социальному развитию. По утверждению В. Оклендер, игра для ребенка – это также одна из форм «самотерапии», благодаря которой могут быть отреагированы различные конфликты и неурядицы. В относительно безопасной ситуации игры ребенок позволяет себе опробовать различные способы поведения. Игровые функции жизненно важны для ребенка. В восприятии ребенка игра очень далека от того легкомысленного, увеселительного времяпрепровождения, каким ее обычно считают взрослые (В. Оклендер, 2003).

Впервые наиболее полно В. Экслейн сформулировала принципы взаимодействия психолога-консультанта (игрового терапевта) с ребенком, при которых игровая деятельность в наибольшей степени способствует реабилитации и развитию его личности (Экслейн В., 2001).

---

<sup>21</sup> РГПУ им. А.И. Герцена - Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена

В особым образом созданных условиях в свободной игре ребенок имеет возможность реализовать тщательно скрываемые чувства тревожности, разочарования, страха, агрессии, незащищенности и смятения. Когда эти чувства выражаются, ребенок получает возможность разобраться с ними, научиться ими управлять или отбросить их, став более уверенным в своих силах.

Присутствие понимающего, принимающего, дружелюбного консультанта в игровой комнате дает ребенку чувство безопасности. Участие консультанта во время игрового сеанса также усиливает чувство безопасности у ребенка. Консультант сензитивен к тому, что ребенок чувствует и выражает с помощью игры и с помощью речи. Он отражает эти выраженные эмоциональные отношения таким образом, чтобы помочь ребенку лучше понять себя, отражая его эмоциональные отношения, он также передает ему чувство, что он понимает и принимает его в любой момент, независимо от того, что он делает или говорит. Важные для детей события и эмоциональные переживания, тем или иным образом оказавшие на них существенное воздействие, часто фиксируются в виде повторяющихся форм поведения в их игре. Такие повторяющиеся игровые формы поведения сигнализируют об эмоциональных проблемах, разыгрываемых ребенком. Когда тема перестает возникать вновь и вновь, это может означать, что ребенок обрел способность в эмоциональном плане перейти к другой теме (О'Коннор К., 2002, Экслайн В., 2001).

Р. Уилдер утверждает, что дети повторяют в игре все, что произвело на них сильное впечатление в повседневной жизни. Символы являются формами, которые ценны благодаря тому, что они означают что-то, ведь дети часто идентифицируют кукол с людьми, которых они встречают в жизни. Таким образом, заставляя кукол что-либо делать, дети, возможно, в точности передают свои чувства по отношению к определенным людям, и чувства, которые, как им кажется, эти люди испытывают по отношению к ним и друг к другу (цит. по Г.Л. Лэндрет, 2007).

Игрушки и материалы игровой комнаты, способные облегчить самовыражение ребенка, можно объединить в три основные категории (Ред. Г.Л. Лэндрет, 2007, Оклендер В., 2003): 1. *Игрушки, моделирующие повседневную жизнь* (кукольный домик с мебелью и посудой, кукольная семья, перчаточные куклы, ма-

рионетки и пр.). 2. *Игрушки, избавляющие от агрессии* (солдатики, крокодил, хищные звери, динозавры, змеи, пистолеты, мечи, резиновый нож, детский дартс, деревянный молоток, глина и т.п.) 3. *Игрушки для творческого самовыражения и разрядки эмоций* (песок, вода, глина, краски, краски для рисования пальцами, карандаши, бумага и т.п.).

Символическая игра создает безопасный или контролируемый путь для выражения ребенком своих эмоций, поскольку сами эмоции или объекты, на которые они направлены, скрыты за символами. Согласно Б. Беттельхайму, выбор ребенком игры мотивируется внутренним процессом, даже когда ребенок занят игрой, чтобы просто заполнить свободное время. Сталкиваясь с непреодолимой проблемой, дети проигрывают ее символически, не осознавая этого, поскольку они реагируют на внутренние процессы, происхождение которых может корениться глубоко в подсознании (О'Коннор К. , 2002).

Разыгрывая в символической форме пугающие или травматические переживания или ситуации и возвращаясь к случившемуся снова и снова - возможно, меняя или преобразуя результаты игры, - ребенок продвигается к внутреннему разрешению конфликта и ему лучше удастся справиться с проблемой или приспособиться к ней в реальной жизни, т.е. за пределами игры. Как указывал Л. Фрэнк, ребенок учится смотреть в лицо ужасающим объектам с возрастающей верой в свои силы, проигрывая отношения со взрослым миром (цит. по Г.Л. Лэндрет, 2007).

Именно в игре дети занимаются организацией собственных переживаний, своего индивидуального мира. Такая попытка обрести контроль над ситуацией описывается Л. Фрэнком : «Подобно тому, как в игре ребенок стремится решить свои проблемы и конфликты, манипулируя игровыми, зачастую взрослыми материалами, так же он пытается проработать или проиграть свою растерянность и смятение» (цит. по Г.Л. Лэндрет, 2007, с. 24-25). Таким образом, игра дает возможность детям выразить себя, до известной степени снижает напряжение и тревогу и тем самым позволяет им обрести контроль над собственной жизнью. По мере того как дети возрождают собственный опыт в воображаемой игре, они мо-

гут решать проблемы или преодолевать специфические страхи и, в конечном счете, стремятся к облегчению собственной боли.

**Библиографический список:**

1. Новые направления в игровой терапии: Проблемы, процесс и особые популяции / Под ред. Г.Л. Лэндрета. Пер. с англ. – М., Когито-Центр, 2007. - 479 с.
2. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии. – М.: Независимая фирма «Класс», 2003. – 336 с.
3. О’Коннор К. Теория и практика игровой психотерапии. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2002. – 464 с.
4. Экслийн В. Игровая терапия / Пер. с англ. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 480 с.
5. Эльконин Д.Б. Психология игры. –2-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – 360 с.