

3. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. – СПб. : Питер, 2001. – 560 с.

4. Змановская, Е. В. Психологические механизмы отклоняющегося поведения / Е. В. Змановская // Девиантология (психология отклоняющегося поведения) : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. – М. : Академия, 2004. – С. 51–81.

5. Брайт, Д. Преодоление стресса / Д. Брайт, Ф. Джонс // Стресс. Теории, исследования, мифы. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2003. – С. 179–209.

6. Тышкова, М. Исследование устойчивости детей и подростков в трудных ситуациях / М. Тышкова // Вопр. психологии. – 1987. – № 1. – С. 27–34.

### **Н. Н. ГОНЧАРУК**

Украина, Каменец-Подольский, КПНУ имени Ивана Огиенко

### **ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ МЕЖЛИЧНОСТНОЙ КОММУНИКАЦИИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ**

В психологической работе с детьми и подростками игра имеет ряд значительных преимуществ. Во-первых, она является ведущим видом деятельности в детском возрасте и выступает важной частью проведения досуга в подростковом. Игра позволяет имитировать формы поведения, которые невозможно обеспечить в реальной жизни ребенка (профессиональные, управленческие и др.). Игра является переходным этапом от практических действий к вербальным, поскольку, с одной стороны, предполагает практическое взаимодействие с предметами (игрушками), а с другой – общение со сверстниками, являющимися партнерами в общей игре. Она является естественной для ребенка формой преодоления психологических проблем, поскольку дает возможность отреагирования имеющихся трудностей. Это обуславливает необходимость широкого использования игры для формирования навыков межличностной коммуникации детей и подростков.

В работе с детьми используются разные направления игровой терапии. Наиболее распространенными являются детский психоанализ (А. Фрейд), игровая терапия отреагирования (Д. Леви), недирективная игровая терапия (В. Экслейн) [1].

Детский психоанализ (основатель А. Фрейд) направлен на изучение бессознательных паттернов поведения средствами игры. В этом контексте игра выступает не целью терапии, а методом исследования поведения и средством коррекции нарушений в личностном развитии. Важными

процедурами психологической терапии и коррекции межличностной коммуникации является анализ сопротивления и трансфера (переноса). Наиболее эффективным детский психоанализ оказывается в практике преодоления социальной тревожности и сопутствующей депрессивной патологии [2].

Игра выступает существенным способом самовыражения детей и подростков [3]. Детский психоанализ, используя игровую деятельность, помогает детям понять свои собственные чувства, способствует поиску эффективных коммуникативных стратегий и адаптации собственного потенциала к требованиям окружающей среды. По мере того, как дети взрослеют и двигаются к подростковому возрасту, терапия предполагает меньше игр и больше коммуникаций.

Исходным психологическим принципом является наблюдательная, рефлексивная позиция, которая в сочетании с пониманием бессознательных форм поведения позволяет наиболее полно изучить поведенческие паттерны детей.

Не менее важен психологический анализ специфики коммуникативного взаимодействия родителей и детей. Работа с родителями является необходимой частью анализа детей и подростков, поскольку позволяет выяснить стиль воспитательного воздействия в семье, ведущие стратегии детско-родительской коммуникации, психологическую атмосферу взаимных отношений, наличие скрытых конфликтов между родителями и детьми, пути разрешения соответствующих проблемных ситуаций. В этом контексте специалисты предпочитают работать с семьей в целом. Это ключевая позиция, поскольку позволяет проанализировать противоречия в семейной коммуникации. Они, с одной стороны, появляются из-за того, что ребенок в силу разных причин не овладевает навыками правильной коммуникации в своей семье, а с другой – приводят к тому, что он прибегает к девиантным формам коммуникации, в которых выражает протест против существующей семейной коммуникативной стратегии поведения.

Анализ семейной коммуникации в пределах психоаналитического подхода позволяет осознать болезненные точки семейного общения и сформировать взаимно эффективную тактику коммуникативных отношений в семье. В дальнейшем такая тактика позволит переносить эффективные коммуникации в культурную и социальную среду вне семьи.

Итак, использование *детского психоанализа* в формировании коммуникативных навыков позволяет:

- осуществить анализ бессознательных паттернов коммуникативного поведения средствами игры;
- проанализировать деструктивные психологические защитные механизмы, блокирующие коммуникативное взаимодействие;
- осознать детям собственные чувства;

- определить свои эффективные коммуникативные стратегии;
- найти критические факторы семейного общения и изучить причины скрытых конфликтов между детьми и родителями;
- выяснить ведущие стратегии детско-родительской коммуникации;
- сформировать взаимно эффективную тактику коммуникативных отношений в семье.

Не менее значимой для формирования навыков межличностной коммуникации является игровая терапия отреагирования (основатель Д. Леви), заключающаяся в структурированной психологической работе с детьми, пережившими психологическую травму. В психологии описываются основные способы отреагирования, которые помогают освободиться от фрустрирующего воздействия: а) прямые (например, высвобождение агрессии из-за бросания предметов, избивания боксерской груши); б) инфантильные (сосание детской бутылочки); в) освобождение чувств в стандартизированной ситуации; г) воспроизводство в игровых действиях стрессового опыта [4].

Игровая терапия отреагирования начинается с противостояния предметам и ситуациям, вызывающим беспокойство. Сначала работают с более легкими тревожными симптомами и обыгрывают их в игровых ситуациях. Для этого подбирают игрушки, похожие на предмет страха, которые позволяют ребенку символично рассчитаться в игре со своим страхом. После первых попыток удается снизить ситуативную тревожность: ребенок замечает, что его тревога уже не вызывает такого напряжения и не длится так долго. Затем осуществляется постепенный переход к более сложному воздействию.

Следовательно, использование *игровой терапии отреагирования* в формировании навыков коммуникативного взаимодействия позволяет:

- снизить психологическую тревогу в ситуациях коммуникативного взаимодействия;
- отыскать действенные способы высвобождения негативных чувств;
- отреагировать негативные эмоции, препятствующие общению;
- найти и очертить пути преодоления фрустрирующей ситуации;
- взять коммуникативную ситуацию под личный контроль;
- сформировать положительное мировосприятие.

Широкое отражение в формировании и коррекции коммуникативного поведения нашла игровая недирективная психотерапия, отображенная во взглядах В. Экслейн [5]. В своих трудах она использовала принципы недирективной терапии К. Роджерса и расширила его первоначальные концепции, применив принципы игровой терапии (стремление ребенка к росту и самоактуализации, способность к управлению собственным развитием) в игровой работе. Автор сосредоточилась на построении отношений с ребенком как средства для создания безопасной среды, в которой изменения можно было бы исследовать в его собственном темпе.

Цель ее игровой терапии – самопознание и самоуправление. Ребенок получает возможность играть так, как ему вздумается или ничего не делать. В. Экслайн предоставила детям право свободно играть со всеми предметами и игрушками в игровой комнате и сосредоточилась на отражении их чувств, мыслей и поведения. Благодаря этому ребенок сможет распознать эти чувства и справиться с ними. В рамках недирективной игровой терапии возникло несколько направлений: индивидуальная, родительская, семейная терапия и групповая игровая терапия [5].

Наиболее важными принципами, применяемыми для работы по формированию коммуникативного поведения в рамках *недирективной игровой терапии*, определены:

- апелляция к самопознанию, самоактуализации и самоуправлению коммуникативным поведением;
- гуманное отношение к другим в процессе игровой терапии;
- социальная ответственность за последствия собственных поступков и вербальных форм реагирования;
- сопротивление отражению чувств и мыслей в коммуникативном взаимодействии.

Следовательно, игровая психотерапия является значимым средством формирования навыков межличностной коммуникации у детей и подростков. Ее использование позволяет проанализировать бессознательные паттерны коммуникативного поведения (детский психоанализ), снизить психологическую тревогу в ситуациях коммуникативного взаимодействия (игровая терапия отреагирования), повысить социальную ответственность (недирективная игровая психотерапия). Это позволяет сформировать взаимно эффективную стратегию коммуникативных отношений, которая может широко применяться в кругу сверстников, семье, в общении с окружающими.

### **Список использованной литературы**

1. Лэндрет, Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений / Г. Л. Лэндрет. – М. : Междунар. пед. акад., 1994. – 368 с.
2. Short-term psychoanalytic pediatric therapy for anxious children: a pilot study / T. Göttken [et al.] // *Psychotherapy (Chic)*. – 2014. – Vol. 51. – P. 148–158.
3. Midgley, N. Psychodynamic Psychotherapy for Children and Adolescents: A Critical Review of the Evidence Base / N. Midgley, E. Kennedy // *Journal of Child Psychotherapy*. – 2011. – Vol. 37, № 3. – P. 1–29.
4. Кэдьусон, Х. Практикум по игровой психотерапии / Х. Кэдьусон, Ч. Шеффер. – СПб. : Питер, 2001. – 416 с.
5. Экслайн, В. Игровая терапия / В. Экслайн. – М. : Апрель-Пресс, 2007. – 472 с.