

ІГРОВА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ З РОЗУМОВОЮ ВІДСТАЛІСТЮ

Прокопенко О. А.

У статті визначено особливості психокорекційної та психотерапевтичної роботи з розумово відсталими підлітками засобами ігрової терапії. Охарактеризовано вплив ігрової діяльності на стан емоційно-вольової сфери підлітків з розумовою відсталістю. Автором описано основні методи роботи із застосуванням ігрової терапії, розкрито її позитивний вплив на формування особистості підлітка із розумовою відсталістю.

Ключові слова: емоційно-вольова сфера, емоційно-вольова саморегуляція, підліток з розумовою відсталістю, ігрова психокорекція, ігрова психотерапія, корекційний вплив.

Игровая терапия как средство психокоррекции и психотерапии эмоционально-волевой саморегуляции подростков с умственной отсталостью

В статье определены особенности психокоррекционной и психотерапевтической работы с умственно отсталыми подростками средствами игровой терапии. Охарактеризовано влияние игровой деятельности на состояние эмоционально-волевой сферы подростков с умственной отсталостью. Автором описаны основные методы работы с применением игровой терапии, раскрыто ее положительное влияние на формирование личности подростка с умственной отсталостью.

Ключевые слова: эмоционально-волевая сфера, эмоционально-волевая саморегуляция, подросток с умственной отсталостью, игровая психокоррекция, игровая психотерапия, коррекционное влияние.

Play therapy as agent psychological correction and psychotherapy emotional and volitional self-regulation adolescents with mental retardation

The article defines the features and psycho-therapeutic work with cognitive disabilities adolescents by means of game therapy. The influence of play on the condition emotional and volitional adolescents with cognitive disabilities. The author describes the basic methods works with application of game therapy, disclosed its positive influence on the formation of adolescent personality with cognitive disabilities.

Keywords: emotional-volitional sphere, emotional-volitional self-regulation, adolescents with cognitive disabilities, game correction, game therapy, correctional impact.

Відповідно до Конвенції з прав дитини всі діти мають однакові права й однакову цінність, кожна дитина з фізичними та психічними недоліками має право на повноцінне й гідне життя, що забезпечує участь в житті суспільства. Це означає, що всебічне сприяння реалізації внутрішнього потенціалу кожної дитини, у тому числі, що мають відхилення в психофізичному розвитку – найважливіше завдання гуманного суспільства. Від так всі діти мають право не лише отримати доступну освіту, а й розвивати характерні їм здібності, щоб стати повноцінним та само реалізованим членом суспільства.

Особливої уваги у вирішенні питання забезпечення оптимальної інтеграції в сучасні умови життя суспільства потребують розумово відсталі підлітки. Оскільки актуальними та практично не вирішеними в теоретичному та прикладному аспектах сучасної спеціальної психології та педагогіки залишаються проблеми пов'язані з порушенням функціонування особистості підлітків з розумовою відсталістю в системі суспільних комунікацій і взаємодій, не сформованість у них здібностей до регуляції власної поведінки та саморегуляції власної діяльності. Відсутність досліджень проблеми саморегуляції емоцій та волі такими підлітками, і як наслідок поява в них психопатологічної та девіантної поведінки потребує ефективних засобів впливу на порушення емоційно-вольової саморегуляції. Одним із таких сучасних та дієвих методів у роботі з розумово відсталими підлітками щодо порушень емоційно-вольової сфери є артотерапія, зокрема такий її напрям як ігрова терапія.

Ігрова терапія – метод психотерапевтичного впливу на особистість засобами гри. Гра, на відміну від діяльності неігрового типу, активно впливає на процеси становлення саморегуляції підлітка, формування особистості вцілому, активно впливаючи на глибинні емоційні стани підлітка. Успішність ігрових психотехнік закладена в діалогічному спілкуванні дорослого і дитини через ухвалення, віддзеркалення і вербалізацію ним вільно виражених в грі почуттів. Спочатку в грі, а потім і в реальному житті, для підлітка стає доступним: визначення конкретних цілей своїх вчинків; вибір з множини варіантів адекватних засобів досягнення цілей; передбачення кінцевого результату своїх дій і вчинків; ухвалення на себе відповідальності за свою поведінку і вчинки; відгук адекватними емоціями на відчуття і емоційні стани інших людей, на події і явища навколишньої дійсності [4; с. 86].

Вперше методи ігрової терапії були застосовані у психологічній практиці М. Кляйн. Гра, на думку вченого, представляє символічну діяльність, в якій знаходять вільне вираження «подавлені» і обмежені соціальним контролем несвідомі імпульси і бажання. Як зазначала М. Кляйн «... в ролях, які приймає на себе дитина, в ігрових діях з іграшками приховується певний символічний зміст. В грі дитина є вільним від тиску з боку оточення, і, таким чином, розкриваються можливості вираження несвідомих бажань» [5]. Дослідниця вважала, що символічний зміст ігрової діяльності повинен бути проінтерпретований психологом і доведений до свідомості дитини у такій же ігровій формі, в якій і був отриманий. Можливості такого використання гри пов'язані з двома її характеристиками. По-перше, ролі, яку приміряє на себе дитина, в її ігрових діях з іграшками чи іншими предметами знаходиться певний символічний зміст. По-друге, гра є єдиним видом діяльності, в якому дитина вільна від примушення і тиску з боку ворожого до неї середовища. Перед дитиною розкриваються широкі можливості виразу несвідомих потягів, почуттів і переживань, які не можуть бути прийняті і зрозумілими в реальних відносинах дитини зі світом дорослих [5]. М. Кляйн вважала, що практично будь-яка ігрова дія дитини має певний символічний сенс, виражає конфлікти і пригнічені потяги дитини.

Ігрову терапію як метод психодіагностики, психокорекції та психотерапії одна з перших застосовувала психолог А. Фрейд в роботі з дітьми, які пережили бомбардування Лондону під час Другої світової війни. Вона зазначала, що якщо дитина має можливість виразити в грі свої переживання, то вона звільняється від страху, і пережитий стрес, негативна подія чи ситуація не «розвивається» в психологічну травму [3; с. 47].

А. Фрейд виявила, що гра є важливим чинником становлення емоційного контакту з дитиною і служить тим засобом, який «робить самовираження дитини вільним». Дослідниця виокремлювала декілька основних позитивних наслідків від корекційного впливу засобами гри:

встановлення аналітичного зв'язку, емоційно позитивного контакту між дитиною і дорослим, що дозволяє психологу здійснювати інтерпретацію і трансляцію дитині символічного значення гри; брати участь в грі і організовувати в ній актуалізацію і програвання значущих для дитини конфліктів;

катарсис (форма емоційного реагування, що приводить до подолання негативних емоційних переживань і звільнення від них); вільний вираз відчуттів, емоцій дитини і вербалізація значущих переживань, почуттів;

інсайт (який виступає, водночас, і як результат, і як механізм ігротерапії): як результат – це досягнення дитиною розуміння себе, своїх відносин із значущими дорослими та однолітками; інсайт не вимагає інтерпретації, роз'яснення з боку психолога, а досягається дитиною раптово[3], [5];

особлива атмосфера безпеки і довіри, що встановлюється між психологом/ педагогом та дитиною, яка знімає страхи, тривожність в ситуаціях можливих невдач, перед покараннями, осудом, санкціями та ін.

Представники гуманістичного напрямку К. Роджерс та В. Екслейн, досліджуючи терапію грою, зазначали, що її основна мета полягає не в зміні особистості підлітка, не в навчанні певним спеціальним поведінковим навичкам, а в наданні можливості бути самим

собою. Психолог створює оптимальні умови для зростання і розвитку особистості. Він повністю залучений в гру підлітка, йому цікаво бути з ним, що б той не робив. Він концентрує всю свою увагу і професійну майстерність, чує, відчуває і розуміє будь-які емоційні стани підлітка і відображає їх, тобто розкриває підлітку зрозуміло і коротко ці емоційні стани. У основі ігрової терапії, що центрується на особистості, лежить уявлення про спонтанність психічного розвитку. Разом з тим процес особистої реалізації, саморозвитку може бути порушений або обмежений унаслідок: несприятливих умов, порушень взаємодії і спілкування із значущими іншими, і в першу чергу з батьками і близькими дорослими [4; с. 90-91].

Основне завдання корекції за допомогою гри полягає в створенні або відновленні значущих відносин між підлітком і дорослим з метою оптимізації особистого зростання і формуванню саморегуляції. Гра, як діяльність, вільна від примушення, підпорядкування, страху і залежності від світу дорослих, є, на думку прихильників недирективної терапії, єдине місце та засіб, коли підліток отримує можливість вільного безперешкодного самовираження, дослідження і вивчення власних відчуттів, емоцій, переживань. Гра дозволяє звільнитися від емоційної напруженості і фрустрації [1; с. 7-8].

За умов дотримання основних процедур ігрової терапії можна досягти зміни «Я-концепції» підлітка з розумовою відсталістю, знизити тривожність, рівень агресивності, ворожість по відношенню до соціального оточення, підвищити емоційну лабільність, емпатію, формувати та розвивати механізми саморегуляції та самоконтролю.

У своїх працях відомий педагог Я. Коменський також зазначав, що у грі відображаються ті сторони навколишньої дійсності підлітка, які він спостерігає у повсякденному житті [4; с. 89].

У сучасних вітчизняних дослідженнях технології використання ігротерапії представлені в роботах Л. Абрамяна, М. Вайнер, А. Варга, А. Захарова, Л. Костіной, А. Співаковської, М. Чистякової, Р. Широкової та ін. А. Співаковська, зауважувала, що для того, щоб активізувати та задіяти механізм перебудови поведінки підлітків з розумовою відсталістю, необхідно змінити умови, тобто вивести з того середовища, в якому з'явилися небажані форми поведінки, засобами ігрових технік [1; с. 7]. На думку А. Захарова, метою психокорекції засобами гри є перенесення негативних емоцій підлітка на ігровий образ [4; с. 30]. Підлітки наділяючи персонажів власними негативними емоціями, переживаннями, рисами характеру, частково здатні звільнитися від травматичних переживань, негативних почуттів тощо [7; с. 280].

У сучасній психокорекційній та психотерапевтичній практиці з розумово відсталими підлітками гра використовується у груповій та індивідуальній формі психотерапії і психокорекції у вигляді спеціальних вправ, завдань на невербальні комунікації, які розігруються в різних ситуаціях та умовах. Гра сприяє створенню близьких, довірчих та емпатійних стосунків між учасниками, знімає напруженість, тривогу, страх перед оточуючими та по відношенню до певної ситуації, підвищує самооцінку, сприяє розвитку самоусвідомлення, самоконтролю та саморегуляції. Також ігротерапія є ефективним методом для зниження страхів; стресу і тривожності у підлітків, часткової зміни «Я-концепції» [1]; [4]; [7].

Ігрову терапію доречно використовувати, якщо підліток з розумовою відсталістю має певні емоційні порушення, проблеми вольової сфери, відсутність та порушення самоконтролю, саморегуляції, соціальний інфантилізм, замкнутість, нетовариськість, фобічні реакції, порушення поведінки, зокрема агресивність та ін.

Основними психологічними механізмами корекційного впливу гри є:

модельовання системи соціальних стосунків в наочно-дійовій формі в особливих ігрових умовах, проходження їх підлітком і отримання досвіду орієнтування в подібних відносинах, ситуаціях;

формування (поряд з ігровими) реальних відносин як рівноправних партнерських відносин співпраці та кооперації між підлітком і однолітком, що забезпечують можливість позитивного особистісного розвитку та адекватної поведінкової реакції;

організація поетапного відпрацювання в грі нових, більш адекватних способів емоційного реагування підлітка в проблемних ситуаціях, їх інтеріоризація і засвоєння;

формування здібності підлітка до довільної саморегуляції діяльності, поведінки на основі підпорядкування поведінки системі правил, що регулюють виконання ролі і правил[1]; [2; с. 112]; [6].

Для отримання позитивних результатів від використання методик ігрової терапії, психологу необхідно дотримуватися низки вимог: по-перше, забезпечення атмосфери прийняття підлітка; по-друге, емоційне співпереживання з підлітком у процесі гри; по-третє, відображення і вербалізація у процесі гри почуттів і переживань в максимально точній і зрозумілій підлітку з розумовою відсталістю формі [4].

Від так, основними принципами проведення ігрової терапії з розумово відсталими підлітками є:

1. Комунікація у формі безумовного прийняття (дружні рівноправні відносини з підлітком, прийняття його таким, яким він є, підліток – господар становища, він визначає сюжет, тему ігрових занять, на його боці ініціатива вибору і прийняття рішення).

2. Недирективність в управлінні корекційним процесом (відмова психолога від спроб прискорити або уповільнити ігровий процес; мінімальність числа обмежень і лімітів, що вводяться психологом у гру; (вводяться лише ті обмеження, які пов'язують гру з реальним життям).

3. Встановлення фокусу корекційного процесу на почуттях і переживаннях підлітка з метою досягнення відкритого вербального вираження ним своїх почуттів. Психолог в умовах гри виступає своєрідним дзеркалом, в якому підліток може побачити себе. Діалогічне спілкування підлітка з психологом через прийняття, відображення і вербалізацію почуттів в грі стає основним механізмом корекційного впливу в ігротерапії [3]; [4].

У психокорекційній та психотерапевтичній роботі з розумово відсталими підлітками розрізняють різні види ігротерапії:

за функцією дорослого в грі: недирективну, директивну та змішану;

за формою організації діяльності: індивідуальну та групову;

за структурою використання матеріалу: з неструктурованим та структурованим матеріалом [4; с. 140].

Недирективна ігрова психотерапія – це цілеспрямована психотерапевтична система, центром якої є підліток як самостійна особистість, яка здатна до саморозвитку. Цілі недирективної ігротерапії узгоджуються з внутрішнім прагненням підлітка до самоактуалізації. Даний вид ігрової терапії концентрується на особистості, а не на його проблемі. Основна увага приділяється навчання підлітка адекватно вирішувати поточні і майбутні проблеми. На думку Г. Лендрет, завдання недирективної ігрової терапії полягають в тому, щоб допомогти «підлітку з розумовою відсталістю стати відповідальним за свої дії і вчинки; розвивати здатність до самосприйняття та самоконтролю» [2]; [4; с. 147].

У директивній ігровій психотерапії психолог виступає в ролі організатора, керівника психотерапевтичного процесу з прийняттям на себе відповідальності за досягнення результату і поставлених цілей. Такий вид ігротерапії заснований на теорії соціального навчання, основним завданням якого є навчити підлітка адекватній соціальній поведінці шляхом наслідування (еталону, інших дітей, педагогів, психологів та ін.). При цьому афективній стороні гри не приділяється великої уваги. За умов директивної ігротерапії психолог структурує хід гри, контролює і спрямовує поведінку підлітка. Так, за допомогою механізмів ідентифікації підліток засвоює необхідні конструктивні позиції і способи поведінки в різних життєвих ситуаціях [4; с. 149].

Змішана ігрова терапія заснована на інтеграції директивної і недирективної ігротерапії. Синтез найбільш вдалих прийомів з попередніх видів дає змогу за достатньо короткий проміжок часу застосовувати різні варіанти ігрових дій з урахуванням індивідуальних можливостей та потреб підлітка. Використання змішаної ігрової терапії для корекції емоційно-вольової саморегуляції підлітків з розумовою відсталістю є найбільш необхідною та

доречною, оскільки дає можливість психологу відстежувати зміни у поведінці, емоційних станах тощо, своєчасно реагувати на них і гнучко підлаштовуватись, змінюючи ігрові техніки, що в свою чергу підвищує ефективність психотерапевтичного впливу на особистість розумово відсталого підлітка [4; с. 152].

Варто також згадати, що залежно від складових, які використовуються у грі, зв'язків між ними виокремлюють сюжети трьох ступенів складності у психокорекційній роботі з розумово відсталими підлітками [4]; [6]; [7]:

– сюжети з єдиним персонажем та чітко окресленими предметами в одній або декількох ситуаціях;

– сюжети з декількома персонажами та набором відповідних дій, в яких зв'язок між персонажами задається засобом включення дітей в загальну ситуацію або через послідовність здійснюваних дій;

– сюжети в яких окрім набору дій і зв'язків між персонажами задаються і відносини між ними.

Підсумовуючи, варто підкреслити, що психологічна цінність гри значною мірою залежить від ефективності вирішення у ній психолого-ігрових завдань. У роботі з розумово відсталими підлітками ігрова психокорекція та психотерапія дає змогу встановлювати ефективний контакт з підлітком, допомагає йому проявити себе у колективі, зрозуміти свої почуття, потреби та ін. Підсумовуючи, варто відмітити, що засоби ігрової терапії сприяють загальному розвитку особистості підлітка з розумовою відсталістю, формують навички диференціації почуттів, активізують механізми самоконтролю та адекватної реакції на ті чи інші емоційні стани, події, формують та корегують функціонування емоційно-вольової сфери.

Література:

1. Адруховець Л. Ігрова педагогіка / Л. Адруховець // Завуч. – 2004. – № 1 (187). – С. 6-16
2. Іванніков В.А. Психологічні механізми вольової регуляції / В. А. Іванніков. – К. : УРАО, 1998 – 228 с.
3. Копытин А.И. Основы арт-терапии / А.И. Копытин. – СПб. : Гиппократ, 1999. – 360 с.
4. Медведева Е.А., Левченко И.Ю. Арт-педагогика, арт-терапия в специальном образовании / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.М. Комисарова, Т.А. Добровольская. – М. : Наука, 2001. – 386 с.
5. Кляйн М. Детский психоанализ / Мелани Кляйн. – М. : «Институт общегуманитарных исследований», 2010. – 160 с.
6. Морозова Н.Г. Формирование познавательных интересов у аномальных детей / Н.Г. Морозова. – М. : Просвящение, 1969. – 280 с.
7. Эльконин Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. – М. : «Педагогика», 1978. – 304 с.

УДК 376-056.34:616

Рецензент:

Скрипник Т.В.,

доктор психологічних наук,

старший науковий співробітник

ІМІТАЦІЯ ЯК КЛЮЧОВИЙ АСПЕКТ ПОРУШЕНЬ ТА КОРЕКЦІЇ АУТИЗМУ

Риндер І. Д.

В статті наводяться аргументи в підтримку доцільності досліджень імітації у дітей з розладами аутичного спектра, а також – перспективності її використання в процесі психолого-педагогічної роботи.

Ключові слова: аутизм, імітація.

Имитация как ключевой аспект нарушений и коррекции аутизма

В статье приводятся аргументы в поддержку целесообразности исследований имитации у детей с расстройствами аутистического спектра, а также – перспективности ее использования в процессе психолого-педагогической работы.