Методы практической коррекции

Игровая терапия

- метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры

- в основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности

В современной психокоррекции взрослых игра используется в групповой психотерапии и социально-психологическом тренинге в виде:

- специальных упражнений
- заданий на невербальные коммуникации
- разыгрывании различных ситуаций
- и др.

Игра способствует:

- созданию близких отношений между участниками группы
- снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими
- повышает самооценку
- позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий

Двуплановость игры:

- Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление которой требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач

- Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами

Отличительные признаки развертывания игры:

- быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с ним, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации

Структуру детской игры составляют:

- роли, взятые на себя играющими
- игровые действия как средство реализации этих ролей
- игровое употребление предметов — замещение реальных предметов игровыми (условными)
- реальные отношения между играющими

Роль

- это единица игры и в то же время центральный момент, объединяющий все ее аспекты

- **Сюжетом игры:**
  предстает воспроизводимая в ней область действительности

- **Содержанием игры** выступает то, что воспроизводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни

- в игре происходят формирование произвольного поведения ребенка и его социализация

- игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми

Имеется опыт проведения

- краткосрочной и долгосрочной игровой терапии
- организации игротерапии в малой группе детей в условиях воспитательно-учебных учреждений

Общие показания к проведению игротерапии:

- социальный инфантилизм
- замкнутость
- необщительность
- фобические реакции
- сверхконформность и сверхпослушание
- нарушения поведения
- вредные привычки
- неадекватная полоролевая идентификация у мальчиков

Игровая терапия является эффективной при работе с детьми разной диагностической категории:

- кроме полного аутизма и неконтактной шизофрении
- как помощь при выдергивании волос
- коррекции селективного мутизма
- агрессивности в поведении
- как средство улучшении эмоционального состояния детей после развода родителей: подвергающихся насилию и заброшенных детей
- снижения страхов, стресса и тревожности у госпитализированных детей
- при коррекции затруднений в чтении
- успеваемости детей с затруднениями в обучении
- отставания в речевом развитии
- интеллектуальнго и эмоционального развития умственно отсталых детей
- лечении заикания
- облегчении состояния при психосоматических заболеваниях (бронхиальная астма, нейродермит, язвенный колит, дискинезии желчевыводящих путей и др.)
- улучшении «Я-концепции»
- снижении тревоги при расставании с близкими

Основные психологические механизмы коррекционного воздействия игры:

- Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им ребенком и ориентировка в этих отношениях
- Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последовательной децентрации, благодаря чему происходит осознание собственного «Я» в игре и возрастает мера социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций
- Формирование (наряду с игровыми) реальных отношений как равноправных партнерских отношений сотрудничества и кооперации между ребенком и сверстником, обеспечивающих возможность позитивного личностного развития
- Организация поэтапной отработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение
- Организация ориентировки ребенка на выделение переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации и соответственно осознанию смысла проблемной ситуации, формирование ее новых значений
- Формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли и правил, а также поведение в игровой комнате

Принципы осуществления игротерапии

- *Коммуникация ребенку его безусловного принятия* (дружеские равноправные отношения с ребенком, принятие ребенка таким, какой он есть, ребенок — хозяин положения, он определяет сюжет, тему игровых занятий, на его стороне инициатива выбора и принятия решения)

Прринципы осуществления игротерапии

недирективность в управлении коррекционным процессом:

- отказ игротерапевта от попыток ускорить или замедлить игровой процесс
- минимальность числа ограничений и лимита вводимых игротерапевтом в игру (вводятся лишь те ограничения, которые связывают игру с реальной жизнью)

Принципы осуществления игротерапии

Д обиться открытого вербального выражения ребенком своих чувств

попытаться в кратчайшее время понять чувства ребенка и повернуть его исследование на самого себя

стать для ребенка своеобразным зеркалом, в котором он может увидеть себя

Основные виды и формы игротерапии:

- игротерапия в психоанализе
- игротерапия, центрированная на клиенте
- игротерапия отреагирования
- игротерапия построения отношений
- примитивная игротерапия
- игротерапия в отечественной психологической практике

По функциям взрослого в игре различают игротерапию:

- недирективную
- директивную

По форме организации различают:

- индивидуальную игротерапию
- групповую игротерапию

Основные функции психолога, ведущего игровые занятия:

- Создание атмосферы принятия ребенка
- Эмоциональное сопереживание ребенку
- Отражение и вербализация его чувств и переживаний в максимально точной и понятной ребенку форме
- Обеспечение в процессе игровых занятий условий, активизирующих переживания ребенком чувства достижения собственного достоинства и самоуважения

Структура используемого в игротерапии материала:

- игротерапия с неструктурированным материалом
- игротерапия со структурированным материалом

- **игровой специалист** - это уникальный взрослый в жизни ребенка

- обращаясь к личности ребенка, он не вмешивается, не учит, а вместо этого реагирует таким образом, чтобы освободить естественное стремление ребенка к управлению собственной деятельностью

Требования к личности игрового терапевта:

- быть достаточно объективным, чтобы позволить ребенку быть самостоятельной личностью
- быть достаточно гибким, чтобы принять любые неожиданности и адаптироваться к ним
- ориентироваться на то, чтобы охотно воспринимать все новое
- признавать лицо ребенка, его опыт безусловной ценностью
- не оценивать ребенка, быть открытым, а не замкнутым
- уметь отключаться от мира собственной реальности и вчувствоваться в реальность ребенка
- никогда не упоминать о прошлых сеансах, поскольку ребенок находится уже в другой временной точке

Арттерапия:

- это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительном и творческой деятельности

Цель арттерапии:

*Ль*гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания

Важной техникой арттерапевтического воздействия является:

ехника

активногооехника

акт

- техника активного воображения, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством активного взаимодействия

Цели арттерапии

- Дать социально-приемлемый выход агрессивности и другим чувствам
- Облегчить процесс лечения
- Получить продукты для интерпретации и диагностических заключений
- Проработать мысли и чувства, которые клиент привык подавлять
- Наладить отношения между психологом и клиентом
- Развить чувство внутреннего контроля
- Сконцентрировать внимания на ощущениях и чувствах
- Развить художественные способности и повысить самооценку

Поведенческая коррекция

- систематическая десенсибилизация и сенсибилизация
- иммерсионные методы
- методы, основанные на принципе биологической обратной связи
- жетонный метод
- метод Морита
- Холдинг
- Имаго-метод

Психодрама

- это метод групповой работы, представляющий ролевую игру, в ходе которой используется драматическая импровизация как способ изучения внутреннего мира участников группы и создаются условия для спонтанного выражения чувств, связанных с наиболее важными для клиента проблемами

Цель психодрамы:

- диагностика и коррекция неадекватных состояний и эмоциональных реакций, их устранение, отработка социальной перцепции, углубление самопознания

Задачи психодрамы:

- творческое переосмысление собственных проблем и конфликтов
- выработка более глубокого и адекватного самопонимания клиентом
- преодоление неконструктивных поведенческих стереотипов и способов эмоционального реагирования
- формирование нового адекватного поведения и новых способов эмоционального реагирования