



# 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»

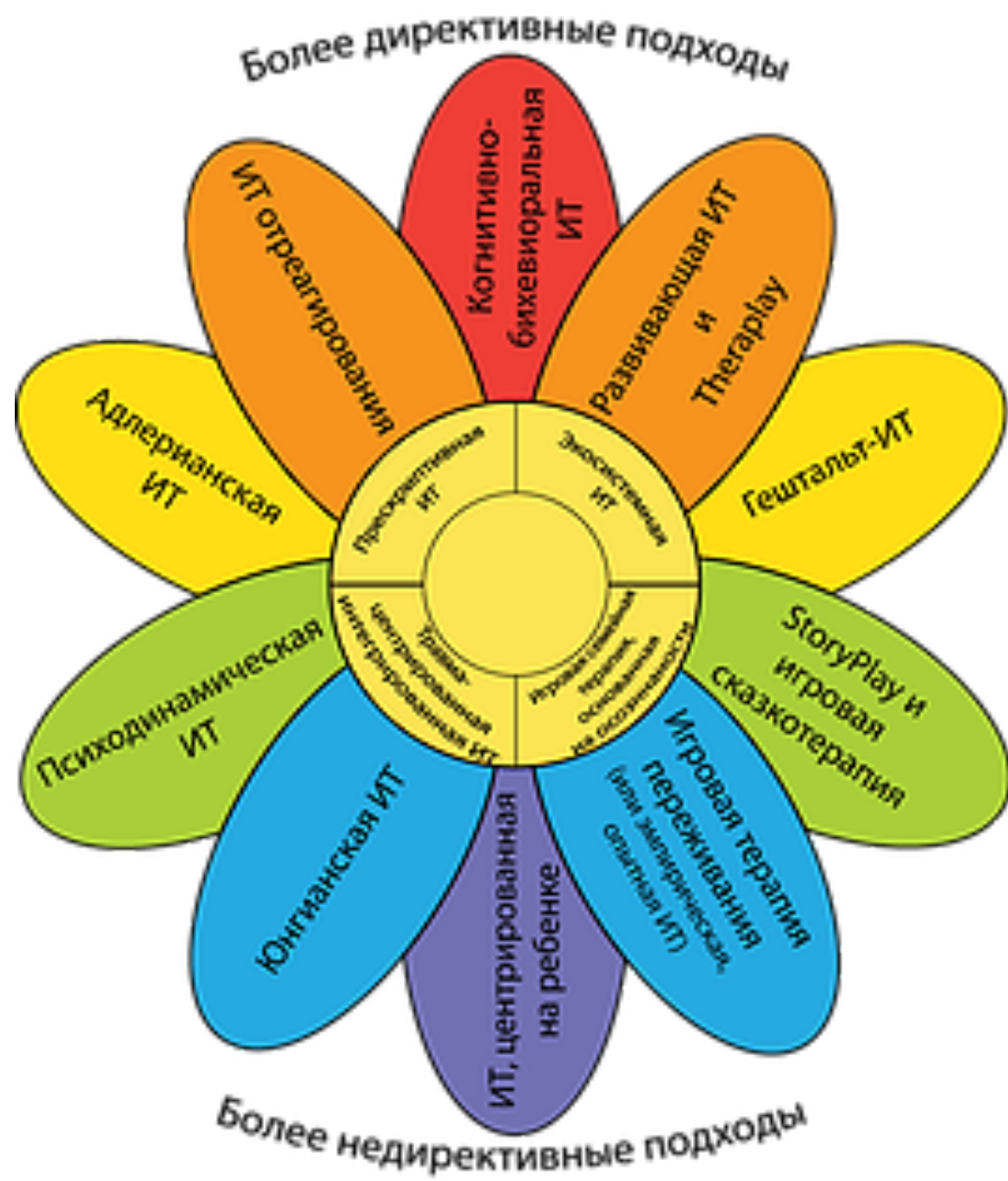
**ЧТО ТАКОЕ**

**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 структурировал  
работу с детьми, усилил работу  
с родителями

# Исследования эффективности

<b>Meta-Analyses</b>	<b># of Studies</b>	<b>Study Collection Years</b>	<b>Child Mean Age (years)</b>	<b># of Participants</b>	<b>Effect Size</b>
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

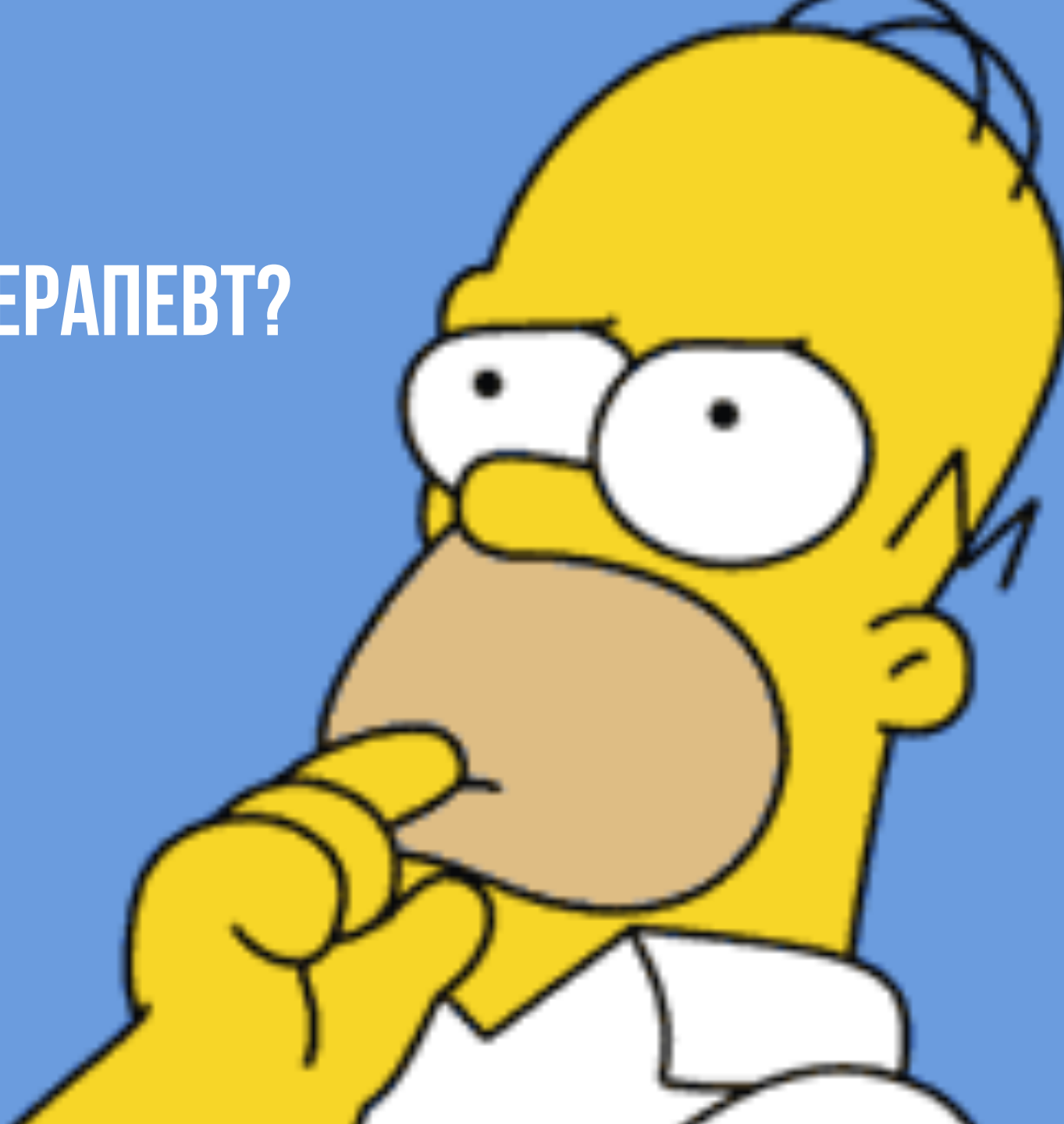
- Люди
- Животные
- Волшебные существа
- Дома
- Природные объекты
- Транспорт
- Война
- Игрушки для отыгрывания агрессии
- Строительные материалы
- Набор доктора
- Большая мягкая игрушка
- Маски, костюмы
- Пальчиковые куклы
- Посуда
- мебель
- Деньги
- Дартс
- Резиновый ножик

# 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 заинтересованно

## 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**