

Московский Институт Гештальта и Психодрамы

**Прикладные аспекты
психодрамы**

Учебно-методические материалы

Выпуск 8

Москва 2017

Прикладные аспекты психодрамы (Учебно-методические материалы) Выпуск 8. – М., 2017. – 84с.

Под редакцией Н.Б. Долгополова, Е.С. Палачевой

Переиздание, перепечатка, воспроизведение с помощью электронных носителей или любым другим способом, всей книги или её части только с письменного разрешения АНО ДПО «МИГИП».

© АНО ДПО «МИГИП»

Предисловие

Уважаемые коллеги!

Наряду с традиционными «большими» сборниками, которые регулярно выпускает Московский институт гештальта и психодрамы: «Российский гештальт» и «Психодрама на сцене и за кулисами», институт продолжает выпускать небольшие тематические сборники учебно-методических и методологических материалов, которые могут быть полезны как при изучении студентами определенных тем в образовательных программах института (программы, как известно, признаются Ассоциацией Русскоязычных Гештальт Институтов – АРГИ, и Федерацией Психодраматических Тренинговых Институтов России-ФПТИР, и согласованы с Европейской Ассоциацией Гештальт-терапии – EAGT, и Федерацией Европейских Психодраматических Тренинговых Институтов – FERTO), так и любым психологам, работающим по данной тематике.

Восьмой выпуск посвящен прикладным аспектам психодрамы. В сборник вошли интересные статьи Горчечниковой Татьяны «Понедельник начинается в субботу или опыт психодрамы в адаптации молодых педагогов». Само название статьи говорит о том, как необходима адаптация молодых педагогов и как психодрама может в этом помочь. Крюкова Екатерина написала интересную статью «О использовании народных обрядов в роли психодраматиста». Она делится своим опытом использования обрядов в групповой работе, что позволяет пополнить рабочий инструментарий психодраматиста. Малинина Ольга в своей статье: «Опыт проведения экспресс-группы «Жанры, которые мы выбираем», делится опытом проведения экспресс-групп на XIV Московской психодраматической конференции. Статья «Психодрама в работе с женским бесплодием» – Ободовской Юлии, раскрывает нам как психодрама успешно работает с психосоматическими нарушениями, в частности, с бесплодием. Автор данной статьи рекомендует психодраму как один из самых действенных психотерапевтических методов для решения данной задачи. Пархомцева Ирина в статье «Использование метода психодрамы в работе педагога-психолога с детьми с трудностями эмоциональной регуляции» показывает,

как с использованием психодрамы можно решать проблемы диагностики и коррекции эмоциональных нарушений детей раннего возраста. Статья «Тело – в дело. Телесно-ориентированная терапия в практике психодраматиста» Радинской Ванды написана по мотивам проведённого тренинга «Откуда ты родом, человек. В поисках ресурса» в рамках XV Московской Психодраматической конференции «Дорогами психодрамы: годовщины, связь поколений, мечты» (Москва, 2017 г.). В статье объясняются методы курса «Креативный танец и развивающее движение» как особого направления телесно-ориентированной терапии и обосновываются возможности их применения в психодраме на этапе разогрева и структурирующего упражнения.

Если у читателей выпуска есть информация о полезных психодраматических текстах по прикладной тематике (в том числе и на иностранных языках), мы будем благодарны за получение ссылок на эту литературу, или за передачу самих текстов.

Желаем полезного и приятного чтения!

Ректор МИГИП, Нифонт Долгополов

Использование детской психодрамы в работе педагога-психолога с трудностями детско-родительских отношений

Наш опыт работы в ГОБУ НОЦППМС показывает, что практические любые психологические проблемы детей, с которыми обращаются родители, нуждаются в изучении особенностей детско-родительских отношений и коррекции взаимоотношений, прежде всего, в структуре семейной системы.

В работе с детско-родительскими отношениями я использую метод детской психодрамы. Психодрама в основном известна как специфический психотерапевтический метод, созданный профессиональным врачом-психиатром Я.Л. Морено.

С точки зрения Морено, эмоциональные, поведенческие и другие трудности психологического характера, в первую очередь, являются следствием нарушения межчеловеческих отношений, неотделимых от контекста окружения, поэтому социальный атом (наименьшая единица измерения социальной структуры отношений индивида) является главным объектом диагностики и коррекции (1,10). Как известно, поведение ребенка является функционально значимым для всей семейной системы, поэтому в работе психолога нередко возникает задача понять каким образом семейное окружение поддерживает симптоматику ребенка. В таких случаях важно организовать работу так, чтобы в ней принимали участие и родители, и дети. В игре ребенок изображает действительность именно так, как видит, переживает и чувствует ее в настоящий момент. Родители, наблюдая за игрой ребенка, часто видят себя в тех или иных персонажах, замечают, каким образом их поведение влияет на ребенка и нередко удивляются тому, что у ребенка тоже есть свой внутренний мир со своим многообразием чувств и переживаний. Как правило, эти наблюдения стимулируют у родителей внутренние поисковые процессы и переоценку внутрисемейной ситуации.

Для того, чтобы наглядно показать родителям, что происходит с ребенком в их семье и каким образом формируется проблемное

поведение у ребенка, можно использовать различные техники и приемы. В нашей работе мы используем фигурки животных и выстраиваем из них различные композиции, отражающие особенности каждого члена семьи и их взаимоотношения.

Родителей или детей мы просим создать скульптуру: выбрать фигурки игрушек и, выстроив их в определенную композицию, представить значение каждого члена семьи. Интересно, что родители быстро осознают причину проблемного поведения ребенка уже на этом этапе и выражают готовность меняться самому, чтобы начать по-другому выстраивать взаимоотношения с ребенком.

Глеб, 5 лет. Мама обратилась с тем, что ребенок отказывается ходить в туалет на горшок, никакие уговоры не помогают. На роль мамы выбрал игрушку – черепаху, т.к. мама часто лежит на кровати, смотрит телевизор и просит, чтобы ее не беспокоили, не любит шумных игр. На роль папы выбрал ежа, который бегают и шумит, как он – маленький ежонок. Для мамы он сделал кровать и положил туда черепаху, папу и себя спрятал, чтобы не мешать маме.

В дальнейшем, из данной статичной скульптуры, мы создаем психодраматическую сцену, отражающую динамику семейных отношений.

Глеб включает маму в совместную игру и с помощью психолога проигрывает действия, когда с мамой он играет в спокойные игры, превращаясь в черепаху, а с папой опять становится ежонком и весело кричит, быстро бегают. Мама уходит от этого шума на кровать, а ребенок из роли ежонка проговаривает, что мама не любит ежат. Впоследствии мать осознала, что их семья ничего не делает вместе за исключением тех случаев, когда ребенок отказывается от горшка, потому что тогда родители объединяются и начинают все вместе решать эту проблему. После нескольких приемов в семье появились общие для всей семьи дела, а с ребенком стало возможно договариваться по поводу туалета.

В нашей работе мы так же выстраиваем семейную скульптуру с участием членов семьи, где игрушкой заменяем отсутствующего на приеме родителя, брата или сестру. Детям очень нравится изображать родителей, а родители, обмениваясь ролями со своими детьми нередко впервые начинают понимать чувства своих детей

просто по-человечески, а не из позиции воспитателя «как должно быть».

Лена, 5 лет. Мама обратилась с тем, что ее ребенок в ситуациях повышенного эмоционального напряжения часто трясется всем телом. В своей скульптуре она показала, как она взаимодействует со своим ребенком, что впоследствии прокомментировала следующим образом: «Я ее так люблю, что прямо трясу ее». Из роли ребенка она почувствовала, как страшно быть во взаимодействии с постоянно тревожной матерью.

Другая мама жаловалась на то, что ее всегда послушный ребенок, вдруг стал ей грубить, замахиваться на нее, злиться. После изображения их взаимоотношений в скульптуре она сказала: «Я ничего ему не разрешаю, что ему еще остается делать?!».

Именно наглядность психодраматического действия дает возможность увидеть проблему более объемно и отчетливо, чем это можно сделать только при помощи опроса и разговора (8.6).

После завершения психодраматического действия важно сказать каждому члену семьи, что он хорошо играл и успешно взаимодействовал с другими участниками. Затем можно спросить каждого, что ему понравилось. Дети младше 10 лет могут участвовать в беседе после игровой фазы лишь недолго. Переработка конфликта происходит у них всецело на символическом уровне. Мы только спрашиваем, что им понравилось в игре, и отмечаем положительные взаимодействия. Родителям часто необходимо выговориться по поводу прожитого ими во время игры и перенести события, произошедшие на символическом уровне, на реальность семейной ситуации (1).

В нашей статье мы показали каким образом можно использовать детскую психодраму для диагностики и коррекции детско-родительских отношений. Психодраматическая игра позволяет родителям и детям лучше понять себя, принять особенности друг друга, найти более конструктивные способы взаимодействия друг с другом, что, в целом, способствует личностному росту каждого члена семьи.

Литература.

1. Айхингер А., Холя В. Психодрама в детской игровой терапии. – М.: Генезис, 2003 г.
2. Барц Э. Игра в глубокое: Введение в юнгианскую психодраму. – М.: Изд-во «Класс», 1997 г.
3. Блатнер Г.А. Психодрама, ролевая игра, методы действия. – Части 1 и 2, Пермь, 1993 г.
4. Василюк Ф.Е. Пережить горе. – В книге «О человеческом в человеке», М.: 1991 г.
5. Играть по-русски. Психодрама в России: истории, смыслы, символы. – Независимая фирма «Класс», 2003 г.
6. Келлерман Феликс. Психодрама крупным планом. – М., 1998 г.
7. Киппер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. – М., 1986 г.
8. Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. – М.: Прогресс, 1994 г.
9. Морено З. Обзор психодраматических техник. – МПЖ, 1993 г, № 1.
10. Морено З. Т. Психодрама: ролевая теория и концепция социального атома // Эволюция психотерапии. – М.: Класс. Т. 3, 1998г., с. 256-279.