

Утверждено



Директор И.Ю.Проташук

ПРОГРАММА
практико-ориентированного курса профессиональной
переподготовки
«Игровая терапия в работе психолога, психотерапевта» (270 ч)

Вводная часть:

По справедливому замечанию К.О'Коннора, нельзя говорить об игровой терапии как о едином методе, игровая терапия - это работа в рамках какой-то определенной парадигмы с использованием терапевтического воздействия игры.

Классифицировать игровые подходы в психотерапии принято по разным основаниям. Например, по теоретическому наполнению (психоанализ, экзистенциально-гуманистическая психотерапия), по формату (групповая или индивидуальная), по структурированности терапевтического процесса (директивный или недирективный подходы) и др. Однако выделение критериев классификации различных подходов в игровой терапии часто оказывается проблематичным. Например, терапию отношений по философским и мировоззренческим основаниям, смыслам, позиции терапевта и техникам проведения принято относить к гуманистическому направлению, в то время как ее теоретические истоки находятся в психоанализе. Не менее сложно разделить подходы по позиции терапевта - на директивный или недирективный (по тому, в какой степени терапевт структурирует терапевтический процесс, определяет его направление).

Как известно, использование игры в психотерапии берет свое начало в психоанализе. Применение игры в психоаналитической работе с детьми традиционно связывают со случаем маленького Ганса, которого опосредованно, через консультации и беседы с его отцом, лечил З.Фрейд.

Начиная с 1950-х гг. теория и практика игровой терапии стали развиваться в рамках гуманистического направления (В.Экслайн, Г.Лэндрет). Возрастает интерес к использованию игры в поведенческом направлении. В 1990-е гг. получила развитие когнитивно-поведенческая игровая терапия, успешно реализовывалась тенденция к интеграции теоретических подходов и техник - например, экосистемная игровая терапия О'Коннора или терапия родительско-детского взаимодействия.

Каждый подход опирается на свое представление о сущности игры, механизмах формирования патологии и психотерапевтического воздействия, об исцеляющих факторах воздействия. В каждом подходе разработана и своя

система понятий.

Последнее десятилетие стало периодом интенсивного развития игровой терапии, появления новых методов и техник. В программе мы затронем наиболее значимые методы игровой терапии.

В работе «По ту сторону принципа удовольствия» З.Фрейд выразил свой взгляд на игру как на средство психического воздействия, осознания человеком себя и эмоционального реагирования.

Использовать игру в психоанализе активно начала Г. Хук-Хельмут, став пионером в этой области. В дальнейшем идеи применения игры в детском психоанализе получили свое развитие в работах М.Кляйн и А.Фрейд. Применяя игру в психоанализе, М.Кляйн исходила из предположения, что игровые свободные действия являются символическим выражением психики, бессознательных желаний и фантазий, аналогом свободных ассоциаций - основного метода психоанализа. По мнению М.Кляйн, в игре происходит экстернализация внутренних конфликтов, они таким образом смягчаются и становятся более переносимыми, то есть функцией игры является избавление от преследующих внутренних состояний.

Анна Фрейд использовала игру для развития терапевтического альянса, для диагностики отношения с реальным миром, и как условие катарсиса.

Особый взгляд на игру и ее роль в психоаналитическом процессе представлен в работах Д.Винникотта. Игровое пространство, согласно Винникотту, не относится ни к внутренней психической реальности, ни к внешней среде, оно находится вне индивида, являясь как бы мостиком между ними. Пространство игры есть реальная область, третья реальность. «Психотерапия - там, где перекрываются пространство игры пациента и пространство игры терапевта. Психотерапия - это когда два человека играют вместе» (Д.Винникотт).

Вмешательство в психоаналитически ориентированной игровой терапии состоит в предоставлении интерпретаций, которые выводят конфликт на сознательный уровень и делают возможным изменения в поведении. Интерпретации являются основным средством терапевтических изменений и идут от поверхности вглубь, то есть поверхностный материал интерпретируется прежде, чем глубинный. Диагностика личности, источников внутренних конфликтов является необходимой частью психоаналитически ориентированной психотерапии.

Традиционно показаниями психоаналитически ориентированной игровой терапии являются эмоциональные расстройства, фрустрации, невротические реакции, психосоматические заболевания, проблемы развития, последствия депривации.

Игровая терапия отреагирования также возникла в 1930-х гг. Ее создателем является Д.Леви. Основной принцип организации психотерапевтического процесса в этом подходе состоит в том, что в игре воссоздается травмирующая ситуация. Для этого психотерапевт вводит специально отобранные игрушки или вносит изменения в сюжетную линию игры. В ходе игры пациент

ассимилирует мысли и чувства относительно стрессогенного события; перемещается, управляя игрой, из пассивной роли потерпевшего в активную позицию, что позволяет высвободить негативные чувства или ослабить их по типу абреакции. Инсайт возникает не вследствие интерпретаций, а из самой игры.

Новые подходы в игровой терапии связаны также с именами Д.Тафт и Ф.Аллена. Подход получил название «Игровая терапия отношений». Теоретическими истоками этого подхода послужили идеи О.Ранка о влиянии родовой травмы на развитие личности. В отличие от психоаналитической терапии, где акцент делается на анализе прошлого, терапия отношений сфокусирована на сегодняшних отношениях, прошлый опыт не анализируется. Иногда применяются интерпретации и объяснения, но ни правила, ни содержание игры терапевтом не интерпретируются. Терапевтическая ситуация воспринимается как непосредственно переживаемый опыт. Цель терапии отношений - самопринятие и самореализация пациента. Игровая терапия отношений по своей философии, целям и практике выражает экзистенциальный подход в психотерапии.

Также в конце 1940-х - начале 1950-х гг. появилась недирективная игровая терапия, центрированная на клиенте. Ее основателем является В. Экслейн, и идеи клиент-центрированной психотерапии К.Роджерса. Основная идея подхода заключается в том, что в каждом человеке имеется тенденция к самоактуализации, и оптимального развития личность достигает, если окружение человека принимает его и открыто с ним взаимодействует. Цель психотерапии, центрированной на клиенте - воссоединение личности и опыта, устранение самоотчуждения.

С 1960-х гг. растет популярность терапии детско-родительских отношений, метод был предложен Б.Гуэрни. Цель этого подхода - обучение родителей игровой терапии с целью коррекции детско-родительских отношений в рамках недирективной игровой терапии, центрированной на клиенте.

Суть поведенческого направления в психотерапии является применение игры для изменения поведения клиента. Поведенческие стратегии могут применяться и в других терапевтических подходах, они значительно расширяют методический инструментарий терапевта. Целью поведенческой игровой терапии, по определению О'Коннора, является применение игры для выявления и последующего изменения тех паттернов подкрепления и их последствий, которые формируют и поддерживают неэффективное поведение клиента. Игра сама по себе не наделяется целительными свойствами, а рассматривается лишь как способ вовлечения клиента в поведение, которое затем подкрепляется.

Относительно новым подходом является Когнитивно-поведенческая игровая терапия (КПИТ), разработанные в 90-е гг. американской исследовательницей С.Кнелл. В КПИТ используются такие методы, как обучение на моделях, систематическая десенситизация и методы самой КПТ. КПИТ эффективна при

работе с пациентами, подвергавшимися жестокому обращению и сексуальному насилию, в работе с тревогой, при лечении селективного мутизма, энкопреза, фобий, при ПТСР.

Значительный вклад в понимание сущности самой игры, ее роли в психическом развитии были сделаны не только зарубежными, но и российскими психологами, такими как: Л.С.Выготский, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев, А.И.Захаров, Э.Г.Эйдемиллер, И.В.Добряков.

Современной тенденцией развития игровой терапии является интеграция различных подходов: психоаналитического и гуманистического и др.

Программа Курса познакомит слушателей с теоретическими основами игровой терапии и обучит навыкам и умениям практического применения игровой терапии на примере Метода игровой терапии Игоря Валериевича Добрякова, Маскотерапии Ильи Михайловича Слободчикова, Юнгианской сэндплей-терапии Доры Калфф, Школы игровой терапии Кетти Спунер и др.

Юнгианская сэндплей-терапия- один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии.

Юнгианская сэндплей-терапия отличается от других методов игровой терапии, так как в ней, по мнению авторов, действует то, что известно как трансцендентная функция, то есть активная сила или способность к психическим изменениям на очень глубоком уровне. Для того чтобы в терапевтической работе вступить в отношения с бессознательным и дать место трансцендентной функции, психотерапевт должен уметь видеть через призму юнгианской теории, дающей место глубочайшему уровню трансформации и наиболее полному развитию человеческого потенциала.

Карл Густав Юнг в своих трудах отмечал, что существует два типа мышления - направленное и ненаправленное (1956/1976). В своих наблюдениях за людьми он видел, что направленное мышление пытается навести порядок. Оно вербально, линейно, последовательно и рационально. Однако Юнг обнаружил, что эта направленная форма мышления вытекает, кажется, из другого вида мышления. Он отметил, что такой более глубокий ментальный процесс очень сильно отличается от того, что мы знаем как рациональное мышление. То, что он открыл, было ненаправленным типом мышления, для которого характерны не слова, а образы. Юнг понял, что ненаправленное мышление не является совершенно случайным, оно оказалось осмысленной продукцией основополагающих ментальных процессов. Из своих наблюдений Юнг вывел концепцию бессознательной и сознательной психики. Бессознательная психика, по Юнгу, состоит как из личного бессознательного, так и из коллективного бессознательного (инстинкты и архетипы).

«Коллективное бессознательное содержит в себе все духовное наследие человечества, возрождаемое заново в структуре мозга каждого индивида» (К.Г.Юнг).

То, что создается в сэндплей, включает в себя пограничные компоненты между тем, что осознано, и тем, что бессознательно. То, что появляется в песочной картине, — это форма осознанного восприятия, которое не достигает полного осознания. Можно сказать: то, что появляется в сэндплей, находится на гребне волны бессознательного, и оно достаточно осознано, чтобы быть материальным и трехмерным.

Отличительной характеристикой сэндплей-терапии, как было замечено выше, является одна из наиболее значительных концепций Юнга - трансцендентная функция. Она относится к глубочайшему уровню человеческой трансформации, это способность преодолевать, то есть трансцендировать разрыв между противоположными позициями сознания и бессознательного в адаптационном и психологическом кризисах.

Трансцендентная функция - это динамика, с помощью которой новая психическая энергия высвобождается из символа. Трансцендентная функция вступает в действие, когда судьба или обстоятельства заставляют людей удерживать в поле сознания оба психических содержания. В результате возникает уверенность в каком-то убеждении и одновременно - в его антитезисе. Когда происходит такое колебание идентификаций между противоположными полюсами, психическая энергия возникает и погружается в бессознательное, чтобы активировать символ, появляющийся для разрешения конфликта противоположностей.

Трансцендентная функция - это повторяющийся процесс, требующий участия сознания, и в то же время - это функция бессознательной психики, которую мы, люди, не контролируем.

К теоретическим основам сэндплей-терапии можно отнести и дзен-буддизм, который призывает видеть природу, окружающий мир открытым сознанием, воспринимать себя и окружающее пространство как часть великого целого организма. Медитативные практики дзен-буддизма включают в себя медитации с концентрацией на каком-либо объекте или мысли «О чем ты думаешь - тем ты и становишься». Концентрация на совершенном объекте - визуализации или мысли, ведет к успокоению ума, спокойствию и контролю над собой.

Метод сэндплей-терапии рекомендован в работе со взрослыми и детьми в возрасте от трех лет. Основная цель сэндплей-терапии - перенести личный опыт и эмоции на песок, а затем исследовать арт-объект и интерпретировать результаты работы.

Применять метод можно в индивидуальной и групповой терапии с разными возрастными категориями. Метод помогает определить какие у клиента/пациента есть психологические проблемы и ресурсы для их решения.

В групповой работе средства песочной терапии эффективны для определения

психологического климата в группе, выявления лидера, исследования особенностей поведения участников и раскрытия их потенциала.

Метод сэндплей эффективен для терапии детей без ярко выраженных психологических проблем и как часть общей коррекционной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), задержкой психического и/или речевого развития.

Метод дает возможность прикоснуться к глубинному подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

«Сэндплей» в работе психолога - это вид арт-терапии. От других форм арт-терапии этот метод отличается возможностью изобретения новых форм, кратковременностью существования создаваемых образов. Возможность разрушения песочной композиции, ее реконструкция, а также многократное создание новых сюжетов придает работе определенный вид ритуала. Создание последовательных композиций отражает цикличность психической жизни, динамику психических изменений и помогает установить доступ к довербальным уровням психики.

В целом сэндплей-терапия помогает при работе со следующими психологическими проблемами:

Трудности в общении

Профилактика депрессии

Повышение самооценки, обретение уверенности в себе

Психологические травмы (коррекция)

Высокий уровень агрессии

Низкая самооценка

Применение метода помогает:

Стабилизировать состояние

Уменьшить эмоциональное возбуждение

Убрать симптомы невротического расстройства

Снизить уровень тревожности

Также в рамках комплексной работы технология позволяет снизить или устранить:

Синдром СДВГ

Сложности в адаптации

Общее недоразвитие речи

Задержка психического развития

Различные нарушения поведения

Нарушения сна и ночные кошмары

Применяется в работе с детьми для общего развития:

Быстрее освоить навыки письма, чтения и счета

Познакомиться с окружающим миром

Развить тактильную чувствительность, фантазию и творческие способности

Улучшить интеллектуальные способности

Метод игровой психотерапии Школа Кетти Спунер менее известен в России, чем практика сэндплей-терапии от ученицы Доры Калфф -Барбары Тернер, но он содержит техники разработки автором четкой концептуализации случаев, основополагающие для проведения эффективной игровой терапии. По мнению Кетти Спунер, концептуализация кейса в игровой терапии подобна использованию детективных способностей дедукции, чтобы выяснить, что происходит с вашими клиентами и как им помочь. Курс Кетти Спунер поможет Вам развить необходимые клинические и этические навыки, чтобы вы могли точно спрогнозировать методы коррекции, способствующие выздоровлению ваших клиентов. Кетти Спунер в свой метод ввела такое понятие, как «детективная линза». Метод Спунер поможет использовать наиболее эффективные стратегии в игровой терапии. Метод Спунер учит профессионально составлять планы лечения и принятия грамотных решений на всех этапах работы с клиентом. Практическая значимость курса Кетти Спунер чрезвычайно высока, а сам метод очень эффективен.

Аудитория: к участию в авторском курсе приглашается психолог, педагог-психолог, клинический психолог, нейропсихолог, психотерапевт.

Даты проведения: 5 августа 2024 – 5 февраля 2025 года

Цель курса: обучение наиболее эффективным и современным практикам игровой психотерапии

Задачами курса являются:

1. Знакомство с теорией, лежащей в основе игровой психотерапии
2. Навыки и умения, позволяющие интерпретировать результаты арт-работ(творений) клиента и его ассоциации
3. Обучение авторскому методу И.В.Добрякова
4. Обучение авторскому методу И.М.Слободчикова
5. Обучение практике сэндплей-терапии («песочная терапия»)
6. Обучение практике игровой терапии от Кетти Спунер (Школа Кетти Спунер)
7. Знакомство с авторскими практиками Международной Ассоциации игровых терапевтов (обзор)

Объем курса: 270 часов

Форма проведения: дистанционная (МТС линк, Zoom). Мероприятия прямого эфира проводятся в Zoom, обучение идет по программе на площадке We study цифровой платформы МТС линк с круглосуточным доступом и технической поддержкой.

В рамках курса работает куратор группы.

Календарно-тематический план

Вводная часть

Демонстрационный урок

Модули:

1. Психотерапия (читает Галина Львовна Исурина, СПбГУ).
2. Авторские техники игровой психотерапии Игоря Валериевича Добрякова.
3. Авторские техники игровой психотерапии Ильи Михайловича Слободчикова (психодрама, сказкотерапия, маскотерапия).
4. «Основные методики и технологии арт-терапии в преодолении подростковой деструкции», А.А.Ильина (Москва).
5. «Игровой метод в гештальт-терапии», Марина Юрьевна Городнова (СЗГМУ).
6. Анна Фрейд. Основательница метода применения психоанализа в детской психотерапии.
7. Мелани Кляйн. Вклад в развитие детской психотерапии.
8. Восточное философское наследие (религии Древней Индии, буддизм, китайское традиционное учение, даосизм, классический

фэн-шуй, чайная церемония дзэн).

9. Христианские символы. Исихазм.

10. Карл Густав Юнг. Путь к целостности.

11. «Юнгианский символизм», Слободчиков И.М.

12. Сэндплей-терапия Доры Калфф вместе с Барбарой Тернер (США) (символизм и метод свободных ассоциаций; разбор кейсов; роль психотерапевта в методе сэндплей).

13. Метод игровой психотерапии Кетти Спунер (теория, разбор кейсов, работа с родителями).

14. Творческое использование куклы «Матрешка» в психологическом консультировании (кейсы).

15. Обзор практик Международной Ассоциации игровой терапии.

Модули курса сопровождаются тестированием и творческими заданиями. Завершает курс Итоговое тестирование.

Документ: Слушатели курса получают по окончании диплом профессиональной переподготовки с присвоением квалификации «игровой психотерапевт» (запись об образовательном документе заносится в ФИС ФРДО).

Заявка на курс заполняется на сайте

Стоимость курса: 15 тысяч рублей, возможна оплата тремя траншами 5+5+5 (шаг между платежами - месяц)