

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

## Роль Трансформационных Психологических игр в практической психологии

Научный руководитель – Фаерман Михаил Исаакович

*Кудрявцева Анна Александровна*

*Студент (бакалавр)*

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия

*E-mail: pineapple.strange@mail.ru*

Несмотря на то, что на данный момент существует достаточно большое количество разнообразных Трансформационных Психологических игр, статей на данную тему мало, а книг нет. Именно поэтому очень важно получить и систематизировать информацию о данном психологическом практическом методе.

В нашем исследовании была предпринята попытка упорядочивания полученных данных, выведения собственного определения понятия “Трансформационная психологическая игра”, перечня основных черт таких игр. Также были рассмотрены механизмы ТП-игр на примере игры “Холотерриум: Интегративная сеть”, автором которой является Михаил Фаерман.

В жизни человека есть 3 вида деятельности: труд, учение и игра. Игровая деятельность является доминирующей для человека в возрасте до 7 лет, однако в последующие годы его жизни она не утрачивает своего значения[1,2]. В связи с актуальностью игр и для взрослых существуют ТП-игры, в основе которых лежит игровая мотивация.

Вся информация о ТП-играх расположена на сайтах для потенциальных игроков, поэтому данное исследование было одновременно сложным и интересным. Чтобы вывести определение понятия нами был проведен опрос авторов и ведущих ТП-и. Например, по мнению психолога-консультанта и сертифицированного ведущего ТП-игр Полины Борисенковой, игра трансформационная, значит в ходе нее происходит изменение: задачи участника, его восприятия ситуации, уровня его осознанности, его чувств и эмоций по отношению к задаче. Игра психологическая, значит в ее основе лежат психологические механизмы: образное мышление и метафоры, поиск ответов в собственном жизненном опыте, опора на свои знания, навыки, групповая динамика, особенности игровой деятельности, работа с эмоциями. Полина Малышкова (сертифицированный инструктор ТПИ) трактовала данное понятие так: “это совокупность различных психологических методик, собранных в одном продукте, позволяющих провести работу с человеком в облегченном игровом формате”. А Сергей Мамистов (автор игры “Путь к мечте”) определяет ТП-и как игру, в процессе которой происходит трансформация из одной роли в другую. Из «хочу» цель в «двигаюсь» в сторону цели. Из «почему у меня нет...» в «я знаю что делать чтобы было...». Кандидат психологических наук Михаил Фаерман данному понятию дает следующее определение: “это уникальная психотехнология (сложный психологический инструмент), созданный на основе и с использованием принципов настольных или “салонных” развлекательных игр, и при этом имеющий в основе цель, задачи, направленные на трансформацию, развитие, актуализацию личностных сфер, качеств и способностей (конкретных или универсальных); и заложенные в содержание (инструкция, структура поля, и др.) какая-либо одна или несколько психологических концепций, парадигм или прикладных разработок”.

Обобщая все вышперечисленное, ТП-и - это базирующийся на определенной психологической концепции инструмент психотерапии, с помощью которого человек переориентирует свою психическую деятельность с целью улучшения различных аспектов своей жизни.

Также нами были выделены основные черты, характерные для ТП-и: в основе лежит психологическая концепция, игровой формат облегчает раскрытие участника, метафоричность, наличие начальной точки и точки желаемого результата, игра отражает действительность. С помощью этого можно обратить внимание на то, что тормозит человека на пути к самореализации и проработать более продуктивные стратегии, в игре есть препятствия, требующие преодоления участником, нет победителей и проигравших.

Также стоит отметить и то, что ТП-игры являются универсальными (могут быть проведены в групповом, в индивидуальном и в тренинговом форматах), и лишь немногие из них являются чисто женскими или чисто мужскими. Все ТП-и являются коучинговыми, так как благоприятствуют достижению личной или профессиональной цели[3].

Спустя несколько месяцев после проведения ТП-игры «Холотерриум: Интегративная сеть» нами был осуществлен опрос участников. Данная игра основана на интегративном подходе, подразумевающим изучение человека как некой целостности. Петцольд, говоря об этом, пытался объединить в данном направлении теорию и практику психоанализа, психодрамы, гештальттерапии, телесно-ориентированной психотерапии и когнитивно-поведенческой терапии. При этом это не простая сумма подходов, а скорее система[4]. То есть данная ТП-игра базируется на авторской био-психо-социо-культурально-духовно-средовой-интегративной модели в русле интегративного подхода концепции жизненного пространства личности.

В результате опроса были получены такие результаты: 50 % участников отметили изменения в жизни после игры; было отмечено облегчение в установлении межличностного контакта; более позитивное отношение к событиям; у некоторых участников состояние целостности, умиротворения; желание попробовать что-то новое.

В ходе исследовательской работы выяснилось, что, несмотря на внушительное число ТП-игр, информации о них относительно немного. ТП-игры являются новым витком в практической психологии. С их помощью психолог может уменьшить время раскрытия игрока, а также в более легком игровом формате проработать с ним ограничения и тревоги.

### Источники и литература

- 1 - Берн, Э. Игры, в которые играют люди // Э. Берн. СПб.-М.: «Университетская книга» АСТ, 1998. – 352 с.
- 2 - Системогенез деятельности. Игра. Учение. Труд : монография : в 4 т. С40 М. : Изд. дом РАО; Ярославль : ЯрГУ, 2017 Т.II: Системогенез игровой деятельности: методологические и теоретические основы исследования / А. В. Карпов, В. Д. Шадриков, Е. В. Карпова, Л. Ю. Субботина. — 492 с.
- 3 - Фаерман М.И., Кудрявцева А.А Трансформационные игры как метод практической психологии // РОССИЙСКАЯ НАУКА: АКТУАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ. - Самара: Издательство Самарского государственного экономического университета , 2019.
- 4 - Фаерман М. И. Интегративная концепция в групповом и индивидуальном консультировании / М. И. Фаерман // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. - 2011. - №3. - С. 104-108.