

## КАРЭКЦЫЯ ПСІХІЧНЫХ СТАНАЎ АСОБЫ СРОДКАМІ ГУЛЬНЕТЭРАПІІ

Праблема гульні займае значнае месца ў педагагічнай навуцы. Лічыцца, што найбольшае выхаваўчае значэнне гульні мае для дзяцей і падлеткаў. Яна аказвае дабратворнае ўздзеянне на агульны псіхічны стан чалавека, выклікае сустрэчную актыўнасць, закранае яго інтарэсы, фантазію, уяўленне. Гульні як свабодная творчая дзейнасць заўсёды па сваёй прыродзе мае дэмакратычны характар узаемадачынення людзей.

Ва ўсе часы паняцці “гульні” і “свабода” былі непарыўна звязаны адно з адным. Сёння заўважальная павышаная цікавасць вучоных розных галін навукі да праблемы гульні. Яна вывучаецца гісторыкамі культуры, этнографамі, псіхолагамі, сацыяльнымі педагогамі, мастацтвазнаўцамі, даследчыкамі спорту, эканамістамі, матэматыкамі, менеджэрамі. Так, напрыклад, вядомыя выразы: “гульні дзіцяці”, “гульні акцёра”, “гульні сіл”, “гульні святла і ценю”, “гульні лёсу”, “гульні выпадку”, “гульні прыроды”, “дзелавае гульні” і г.д.

Хацелася б вылучыць у гульні тыя каштоўнасці, якія звязаны з адносінамі непасрэдных стасункаў паміж людзьмі; гэта значыць, што гульні з’яўляецца спасціжэннем каштоўнасці зносін і практычнага іх засваення.

Зносіны ў гульні — тыповая разнавіднасць чалавечых паводзін. Яны абумоўлены не знешняй неабходнасцю, а

ўнутранымі асобаснымі імпульсамі. Чалавек уключаецца ў зносіны па ўласным жаданні, дабравольна абавязваецца падпарадкоўвацца ўсталяваным у гульні правілам.

Разам з тым зносіны ў гульні — гэта не проста знешняе адлюстраванне альбо знешняя форма паводзін чалавека. Гэта асаблівае самаадчуванне яго, асобая схільнасць, можна сказаць, адкрытасць да ўзаемадзеяння з іншымі людзьмі. Вельмі часта калектыўная творчая гульня ператвараецца ў свосаабліваю камунікатыўную школу, дзе людзі вучацца ствараць спакойную і добразычлівую атмасферу, авалодваюць умениямі годна выходзіць з узніклых ненармальных сітуацый, выпрацоўваюць у сабе звычку да пастаянных узаемападтрымкі і ўзаемадапамогі.

Трэба сказаць, што прыватнай асаблівасцю гульняў з'яўляецца іх спаборніцкі характар, які пабуджае да пэўнай мабілізацыі здольнасцей чалавека.

√ Гульнявая дзейнасць носіць ярка выяўлены творчы характар, звязаны з выдумкай, вынаходлівасцю, фантазіяй, тым самым дае магчымасць выявіць у чалавека індывідуальныя схільнасці, здольнасць да ўласнай самарэалізацыі. Неабходна спыніцца яшчэ на адной важнейшай асаблівасці гульні, звязанай не толькі з самарэалізацыяй асобы ў ёй, але і з задавальненнем відовішчнай патрэбнасці.

Відовішчны элемент прысутнічае ў многіх відах гульняў. Відовішчнасць у гульні — гэта перш за ўсё яркасць і незвычайнасць гульнявога дзеяння, касцюмы, прадметы-сімвалы. Эмацыянальнае стаўленне да гульнявога працэсу з'яўляецца асновай любой гульні. Эмоцыі ў гульнявой сітуацыі становяцца

своеасаблівымі сродкамі зносін, выказвання і перадачы пачуццяў і думак, уласцівых тым, хто гуляе. Эмацыянальныя перажыванне і задавальненне ў дачыненні да гульнявых працэсаў спараджаюць у чалавека прыліў духоўных і фізічных сіл. Адбываецца ўзбагачэнне эмацыянальнай сферы асобы, нараджэнне ў ёй новых матываў.

Такім чынам, калі разгледзець некаторыя асаблівасці гульні, можна зрабіць выснову аб тым, што яе феномен заключаецца ў поліфункцыянальнасці. У змесе гульні закладзены пачатак іншых відаў дзейнасці чалавека (пазнавальнай, працоўнай, камунікатыўнай, творчай). Гульня як ніякая іншая чалавечая дзейнасць мае цэлы шэраг лагічных узаемапераходаў. Яна можа ператварыцца ў гульню-творчасць, гульню-навучанне, у арыентацыйна-дзейнасную гульню, звязаную з малэліраваннем, прафесійнай дзейнасцю чалавека, у гульню-тэрапію і г.д.

Усё вышэйсказанае сведчыць аб невычэрпных магчымасцях гульні ў выхаванні асобы.

Пераасэнсаванне феномена гульні ў сучасных умовах дазваляе сцвердзіць і тое, што сёння яе можна разглядаць у сацыяльнай рабоце, закліканай падтрымліваць фарміраванне дабратворнага чалавечага соцыуму, як важны сродак карэкцый асобы. Трэба адзначыць, што праблемы рэабілітацыі, карэкцый асобы сродкамі працоўнай тэрапіі ў сацыякультурнай сферы вывучаны недастаткова. Няма канкрэтных гульнявых тэхналогій для работы сацыяльнага педагога з рознымі групамі насельніцтва.

Дадзеную праблему разглядалі псіхологі Д.Б.Эльконін, А.С.Співакоўская, Д.Ю.Сакалоў і інш. У Беларусі абаронена кандыдацкая дысертация, у якой аўтар даследуе гульні як сродак карэкцыі негатыўнага псіхічнага стану дзіцяці.

У сваіх даследаваннях аўтары разглядаюць магчымасці гульні для рэабілітацыі, карэкцыі дзяцей.

Варта сказаць, што кола асоб, якія патрабуюць падобнай дапамогі і падтрымкі, сёння даволі шырокае. Сюды адносяцца людзі з абмежаванымі магчымасцямі, цяжкія падлеткі, людзі групы рызыкі, людзі, што патрабуюць прававой абароны, дзеці-сіроты, маці-адзіночкі, адзінокія людзі і г.д. Наш суровы час, на жаль, гэты спіс паслядоўна падаўжае.

Даследаванне, праведзенае кафедрай педагогікі сацыякультурнай дзейнасці Беларускага універсітэта культуры па некалькіх раёнах Гомельскай вобласці, якія пацярпелі ад аварыі на Чарнобыльскай АЭС, сведчыць пра тое, што ў пэўнай часткі насельніцтва гэтых раёнаў зафіксаваны павышаная трывожнасць, духоўная дэзарыентаванасць, узрастанне агрэсіі, канфліктнасці.

Адсюль бачныя і фактары, якія істотна ўплываюць на псіхічны стан людзей: бягучы час, асяроддзе жыцця, праца, адпачынак і г.д. Сёння ў псіхалагічнай і педагогічнай навуках ідзе пошук канкрэтных тэхналогій, што спрыяюць нармалізацыі псіхаэмацыянальнага здароўя людзей. Не прэтэндуючы на абсалютную ісціну ў вырашэнні гэтай праблемы, аўтар вылучае толькі цікавыя яе аспекты, а менавіта нармалізацыю псіхаэмацыянальнай раўнавагі чалавека шляхам гульні.

Важнае значэнне дзеля захавання здароўя чалавека мае псіхаэмацыянальная раўнавага, пазбаўленне ад празмерных адмоўных эмоцый. Таму мэтазгодна праводзіць актывізацыю псіхаэмацыянальнай сферы чалавека метадамі рацыянальнай псіхатэрапіі, асноўнае прызначэнне якой — у фарміраванні разумнага, аштымістычнага стаўлення да жыцця.

Магутным рэгулятарам эмоцый з'яўляюцца кантакты з сябрамі, зносіны з прыродай, мастацтвам, уключэнне асобы ў інтэлектуальную, рухальна-аздараўленчую дзейнасць, заняткі мастацкай і тэхнічнай творчасцю, відовішчна-гульнявыя дзеянні. Гульня садзейнічае выраўноўванню эмацыянальнага стану, аказвае дабратворнае ўздзеянне на асобу, фарміруе бадзёры настрой, раскрывае і ўдасканалвае індывідуальную адметнасць чалавека, вядзе да самавыражэння, лячэбнага самацвярджэння і прадухіляе развіццё нервова-псіхічных парушэнняў.

Змякчэнне і паслабленне адмоўных эмоцый дасягаецца з дапамогай эмацыянальнага пераклучэння, што ўзнікае ў выніку любімага занятку. Акрамя таго, дзякуючы ўязелу ў гульнявой дзейнасці адбываюцца назапашванне вопыту, ведаў, уменняў, удасканалванне творчых сіл, далучэнне чалавека да культурных каштоўнасцей і фарміраванне ў яго карыснай матывацыі, а таксама меркаванняў, поглядаў. Гульнявая тэрапія не толькі ўзмацняе і працягвае станоўчыя эмоцыі, але і дае чалавеку магчымасць у будучым самастойна папярэджваць узнікненне псіхалагічных зрываў.

Усё вышэйсказанае дазваляе вылучыць гульню як важны сродак карэкцыі асобы ў сацыякультурнай сферы.

Гульнетэрапія — спецыяльна скіраваная сістэма гульняў, якая дазваляе карэктываць развіццё асобы і перашкаджаць фарміраванню ў яе развіцці негатыўных псіхічных станаў.

У дадзеным артыкуле хочацца падзяліцца вопытам працы па арганізацыі і правядзенні гульнетэрапіі ў сацыуме. Прадмет “Гульнетэрапія” вывучаецца студэнтамі IV—V курсаў спецыялізацыі “сацыяльны педагог, арганізатар выхаваўчай работы ў сацыуме”. Курс практычны, у працэсе яго вывучэння студэнты распрацоўваюць канкрэтныя гульнявыя тэхналогіі для практычнай рэалізацыі іх у сацыуме.

Неабходна вылучыць некалькі этапаў у карэкцыйнай рабоце.

На першым этапе правядзення карэкцыйнай работы сродкамі гульнетэрапіі трэба вывучыць асаблівасці сацыуму, г.зн. правесці яго дыягностыку. Праграма даследавання распрацоўваецца ў залежнасці ад асаблівасцей сацыуму. Вялікая ўвага надаецца вывучэнню асабістых асаблівасцей, псіхічных станаў у сацыуме. Акрамя таго, вывучаюцца і ўлічваюцца культурныя інтарэсы і патрэбнасці асобы, дынаміка яе каштоўнасных арыентацый у сферы адначынку.

Вывучаюцца матэрыялы “ўключанага” назірання, а таксама дыскетны метад назірання, які дазваляе пры правядзенні гульнетэрапіі факусіраваць увагу на цікавых момантах. На дадзеным этапе работы неабходна кансультавацца з бацькамі, выхавачелямі, класнымі кіраўнікамі, медыкамі, псіхолагамі па вывятленні індывідуальных асаблівасцей асобы.

На другім этапе ідзе працэс вызначэння прыярытэтных

мэт і зместу дзейнасці ў кожным канкрэтным соцыуме, адбор гульняў, раздатачных матэрыялаў, магнітафонных запісаў, выраб неабходнага рэквізіту. Часта адасобленыя гульні збіраюцца ў спецыяльныя гульнявыя сцэнарыі, гульнявыя спектаклі, відовішчна-гульнявыя дзеянні.

У распрацоўцы такіх сцэнарыяў прымаюць удзел прадстаўнікі соцыуму, г.зн. маладыя людзі, дзеці, сям'я. Часам сцэнарыі адрасуюцца 2—3 чалавекам, г.зн. ствараюцца індыўідуальныя сцэнарыі, якія ўлічваюць канкрэтныя сітуацыі. Для гэтага арганізуецца “банк ідэй”, куды ўсе жадаючыя могуць прапанаваць свае гульні, конкурсы. Варта заўважыць, што вялікую ролю ў забеспячэнні сумеснага творчага працэсу ў соцыуме іграе пачатковы этап работы — усталяванне кантакту з людзьмі (увага, такт, вытрымка). Працаваць рэкамендуецца ў групе, якая налічвае 6—8 чалавек; гэта дае магчымасць сацыяльнаму педагогу больш дыферэнцыравана падыходзіць да кожнага з іх.

У карэкцыйнай рабоце можна выкарыстоўваць наступныя віды гульняў: рухавыя, інтэлектуальныя; асабліва належыць звярнуць увагу на гульні-драматызацыі або ролевыя гульні, якія даюць магчымасць іх удзельнікам апрабаваць сябе ў розных ролях.

У ролевых гульнях іх удзельнікі выяўляюць больш самастойнасці, фантазіі, творчасці ў выбары дзеянняў, пры размеркаванні роляў, пры выкарыстанні гульнявога рэквізіту, прадметаў-сімвалаў. У працэсе гульні адбываецца сутыкненне розных задум і поглядаў, а таксама выпрацоўваецца ўменне

спалучаць свае інтарэсы з інтарэсамі тых, хто гуляе. Выступаючы ў той або іншай ролі, удзельнік павінен мець даволі выразныя ўяўленні пра персанажа, якога ён прадстаўляе, пра яго дзеянні, учынкі, маральныя якасці. У адпаведнасці з гэтым у яго ўзнікаюць матывы пэўных паводзін. У працэсе гульні можна памяняцца ролямі і выклікаць эмацыянальнае стаўленне неадабрэння ўдзельнікамі гульні ў дачыненні да нахабнікаў, плаксаў, упартых і г.д.

У сям'і, напрыклад, можна разыграць з членамі сям'і розныя жыццёвыя сітуацыі, не навязваючы ім гатовых схем паводзін, а паспрабаваць разам з імі шукаць самае ўдалае выйсце з тых або іншых сітуацый. Гэта будзе садзейнічаць усталяванню здаровага псіхалагічнага клімату ў сям'і, падтрыманню якога спрыяе гульнявая дзейнасць.

Трэці этап — правядзенне гульнявых карэкцыйных тэхналогій.

На дадзеным этапе важным момантам з'яўляецца псіхалагічны настрой чалавека на ўчастку гульні. Таму асабліваю ўвагу трэба ўдзяліць афармленню гульнявой прасторы, музычнаму суправаджэнню, стылю працы сацыяльнага педагога, манеры паводзін, такту, выгляду яго. Неабходна падкрэсліваць пры гэтым, што алгарытм любой гульні ўключае наступныя моманты: пачатак гульні, уступленне ў гульні, ход гульні, падвядзенне вынікаў яе.

Сацыяльны педагог, які вядзе гульні на ўсіх чатырох стадыях гульні, стварае ўмовы для выяўлення самадзейнасці, актыўнасці, творчасці тых, хто гуляе. Творчасць у гульні —



гэта змяненне сюжэта яе, прыдуманне новых гульнявых камбінацый. Вельмі важнымі момантамі ў правядзенні сеансаў гульнявой тэрапіі з'яўляюцца гульнявая задача, гульнявое дзеянне. Гульнявая задача ў канкрэтных гульнях павінна быць пабудавана на ўменні назіраць, чуць, прыслухоўвацца да гукаў, запамінаць колер, адчуваць пахі, г. зн. даваць штуршок для развіцця ўдзельнікаў гульні. Належыць асабліва падкрэсліць момант узаемадзеяння і зносін тых, хто гуляе, які павінен быць падпарадкаваны логіцы разгортвання гульнявога дзеяння.

У гульнявых сцэнарых неабходна чаргаваць гульні разумовай актыўнасці з гульнямі рухомымі, г. зн. максімальна пашыраць разнастайныя формы гульні. У час правядзення гульнетэрапіі рэкамендуецца выкарыстоўваць сюрпрызныя моманты, г.зн. нечаканае з'яўленне любімых герояў, арыгінальны рэквізіт, прызы, узнагароджанні. Атмасфера гумару, жарту, весялосці ў гульні дапамагае тым, хто гуляе, палепшыць псіхічны стан, пазбегнуць адмоўных эмоцый.

Вытлумачэнне гульні павінна быць простым і выразным. У залежнасці ад аўдыторыі гульня мадэліруецца, г.зн. спрашчаюцца або ўскладняюцца яе змест, правілы, гульнявое дзеянне. Ступень складанасці выканання гульнявога дзеяння з'яўляецца важным момантам у правядзенні гульнетэрапіі.

Умовай пазбаўлення ад некаторых псіхічных станаў з'яўляецца ўнушэнне ўдзельніку гульні ўпэўненасці, веры ў свае сілы, у сваю здольнасць пераадолець перашкоды ў гульні. Сацыяльны педагог павінен пастаянна адзначаць любы, нават самы нязначны поспех удзельніка гульні. Усялякае новае

гульнявое дзеянне не павінна заставацца незаўважаным. Усё гэта абавязкова трэба заахвочваць, асабліва ў людзей няўпэўненых у сабе, сарамлівых, крыўдлівых і г.д.

І нарэшце, належыць звяртаць увагу на працягласць гульні. Нельга рэзка перапыняць, заканчваць гульню. Важна ўлічыць рэакцыю, захопленасць тых, хто гуляе, паступова выводзіць іх з гульнявога ўзаемадзеяння, са зносін.

Чацвёрты этап — аналіз вынікаў практычнага правядзення гульнетэрапіі.

Агляд праведзенай працы па гульнетэрапіі праводзіцца на кожным з пералічаных этапаў. Гэта дазваляе арганізатарам, сацыяльным педагогам уносіць змены ў арганізацыю тэрапеўтычных сеансаў, абнаўляць змест гульні, па-новаму канструяваць сцэнарыі, змяняць музычнае суправаджэнне, тэмы правядзення гульняў, спалучаць гульні з іншымі мастацкімі сродкамі, рэгуляваць узаемадзеянне паміж партнёрамі, пазбягаць канфліктных сітуацый у час непрадбачанага праходжання гульнявога працэсу.

Неабходна заўважыць, што аўтар дадзенага матэрыялу разам са студэнтамі распрацавалі і практычна рэалізавалі спецыяльныя сістэмы гульняў для дзяцей з праблемамі слыху, серыю “пальчыкавых гульняў” дзецям з парушэннем апорна-рухальнага апарату, цяжкім надлеткам, няпоўным сем’ям, пажылым людзям; гульні для працы ў адкрытым сацыюме з моладзю. Прапанаваныя сістэмы апрабаваны і ўведзены ў практыку сацыякультурных устаноў нашай рэспублікі. Акрамя таго, аўтарам апублікаваны артыкул пра мадэль цэнтра гульні.

Яна з'яўляецца працягам размовы пра карэкцыю, рэабілітацыю асобы сродкамі гульнетэрапіі. У гэтым матэрыяле закрануты толькі некаторыя падыходы да праблемы карэкцый асобы сродкамі гульнявой тэрапіі ў сацыякультурнай сферы. Варыянтаў арганізацыі і правядзення гульнетэрапіі можа быць бясконца колькасць.

Не перабольшваючы магчымасцей гульнетэрапіі ў карэкцый псіхічных станаў, уяўляецца, што яна дапаможа сацыяльным работнікам, педагогам, выхавацелям значна павысіць унутраную культуру асобы, дабіцца яе маральнага выздараўлення.