

Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия

Леванова Елена Александровна

Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ТРЕНИНГЕ

1.1. Феномен игры в научных теориях и культуре

В наше время мало кто из психологов, педагогов не понимает значения игры, но лишь немногие умеют эффективно ее организовать и сделать союзником своей профессиональной деятельности. Этот парадокс связан с тем, что в этой деятельности ведущему необходимо самому играть, тем самым, показывая необходимый пример, и при этом тонко и чутко вести остальных за собой, сохраняя логику и цель игры, а это не так-то легко.

В современной психолого-педагогической науке термины «игра», «игровое взаимодействие», «игровая деятельность» наконец-то стали достаточно распространенными научно-обоснованными понятиями. С игры постепенно снимается «клеймо» пустяка, забавы, развлечения, игра становится серьезным инструментом профессиональной деятельности.

Если рассматривать игру через призму культуры, то первым делом приходит осознание того, что она возникла гораздо раньше самой культуры, а затем сопровождала и пронизывала культуру на протяжении веков. В культуре игра присутствует как особый вид деятельности, качественно отличающийся от «обыденной жизни».

Игра как одно из удивительнейших явлений человеческой жизни привлекала к себе внимание философов и исследователей всех эпох. Уже Платон видел единственно правильный путь в игре, которая представлялась ему одним из практически полезнейших занятий. Так, игру в шашки он ставил рядом с искусством счета и геометрией. Фактически Платон приравнивал игру к искусству!

Аристотель видел в игре источник душевного равновесия, гармонии души и тела. В своей «Поэтике» философ говорит о пользе словесных игр и каламбуров для развития интеллекта. Таким образом, Аристотель одним из первых отмечает практическую значимость игры для психофизического развития человека.

Определенные этапы общественного развития обусловили негативное отношение к игре и сделали почти невозможным направленность теоретической мысли на исследование этой «бесполезной» и «расточительной» деятельности. Игра считалась праздным времяпрепровождением. Даже на отношение к детской игре официальная идеология оказывала негативное влияние. Так, в христианской средневековой Европе отрицательно относились к игре, видя в ней «сатанинский соблазн». По утверждениям схоластов, «девочка не должна никогда играть: она должна много плакать и размышлять о своих грехах».

В XVII веке пиеисты запрещали детские игры, и только со времен Ренессанса возрастает интерес к игре: Франсуа Рабле и Мишель де Монтень видят в игре существенный момент человеческой жизни. Иоганн Генрих Песталоцци, Жан Жак Руссо и многие другие выдающиеся личности начинают снова говорить о действительном практическом значении игры для человека.

С последней трети XIX века появляются первые научные теории игры. Игра становится предметом систематического научного изучения с различных позиций:

- физиологических (Г. Спенсер, М. Лацарус и др.);
- биогенетических (Г. С. Холл, Л. Э. Эпплтон и др.);
- социальных (К. Гросс и др.);
- биопсихологических (У. Макдауголл, Г. Мерфи и Ф. Я. Бентендейк);
- социологических (К. Рэйнуотер, Д. Рисмен, М. и Э. Неймер);
- психотерапевтических (З. Фрейд, Я. Морено, Г. Леманн);
- культурологических (И. Хейзинга);
- теорий, синтезировавших несколько подходов к игре как самовыражению (Жан Пиаже) и др.

Чем же отличались друг от друга названные теории игры?

Представители *физиологического подхода* считали, что высшие животные и человек,

ввиду лучшей приспособленности к существованию, имеют избыток энергии, не затрачиваемой на физическое существование. С другой стороны, все органы служат либо выживанию, либо продолжению рода, соответственно, они требуют постоянной тренировки. В свою очередь, игра обычно воспроизводит те действия, которые особенно важны для сохранения жизни индивидов. Игра, по мнению Герберта Спенсера, является родом тренировки, несущей не только пользу, но и «приносящей удовольствие». Природу игры он видел в том, что игры-соревнования и игры-соревнования позволяют реализовать инстинкты человека. Кроме этого, он объявляет игру тренировкой не «низших способностей» (инстинктов), но и гигиеной ума.

Концепция немецкого психолога и философа Морица Лацаруса заключается в рассмотрении игры как отдыха и разрядки. По его мнению, человек играет для того, чтобы занять деятельностью те мускулы и части тела, которые не были затронуты ею ранее. Согласно его точке зрения, человек, в зависимости от вида деятельности, устает лишь частично, накапливая в организме общий избыток энергии, ищущей выход и, соответственно, растрачиваемой в игре.

Игра понималась Г. Спенсером и М. Лацарусом только как чисто биопсихологическая адаптация человека к окружающей среде. По мере развития естественных наук подход к игре изменяется.

Человеческая *игра с биогенетических позиций*, согласно Гренвиллу Стэнли Холлу, является неким остаточным явлением, атавизмом, в котором проявляется далекая история человечества как вида. Игра есть рудимент человеческой деятельности, а детская игра есть инстинктивная деятельность, в которой ребенок повторяет жизненную деятельность своих далеких предков. Функция же игры по Холлу заключается в том, что в ней происходит изживание наличествующих в современном человеке наследственных инстинктов, являющихся полной противоположностью современной цивилизованной жизни. В игре эти древние привычки и инстинкты могут выражаться свободно, постепенно ослабевая, что помогает включению человека в современное культурное общество.

В исследованиях игры Л. Э. Эпплтона говорится о том, что ребенок физически мало отличается от предков и должен играть в те же игры. Дальнейшее развитие науки показало несостоятельность этих теорий.

Представители *социального подхода*, в первую очередь К. Гросс, стремились отойти только от биологической интерпретации игры, раскрывая ее социальное качество и значение. Гросс выдвинул ряд функциональных положений, во многом имевших прогрессивный характер и не потерявших научное значение и сегодня. Так, он указывал на устремленность игры вперед, считая, что игра есть приготовление к жизни — ему принадлежит *теория игры как непреднамеренного самовоспитания* ребенка. Детскую игру он рассматривал как важное средство формирования и тренировки навыков, необходимых для психофизического и личностного развития, а также дальнейшей деятельности.

Фактически Гросс был первым, кто показал социальное качество и значение игры, как детской, так и взрослой. Он рассматривал игру как первичную форму приобщения человека к социуму через добровольное подчинение общим правилам или лидеру. Также он видел в игре воспитание чувства ответственности за себя (свои поступки) и свою группу, развитие благородного стремления показать свои возможности в действии, совершаемом ради группы, формирование способности к обучению. По его мнению, в игре формируются первые навыки и развиваются способности к лидерству. Впервые в детстве, считает Гросс, игрою совершается «искусственное расширение нашего инстинкта симпатии».

Взрослую игру Гросс рассматривал с точки зрения функций, выполняемых ею в культуре:

- 1) функция дополнения бытия в физической, интеллектуальной и эмоциональной сферах личности;
- 2) функция освобождения и обретения свободы личности;
- 3) функция гармонизации мира и человека с миром.

Особая заслуга Гросса заключается в том, что он не ограничивался констатацией особого рода состояний и настроений людей в игре, но искал научно обоснованные для этого основания. Таким основанием стало особое психологическое состояние субъекта игры, обеспечивающее двухплановость его поведения (реальное и игровое поведение).

В самом начале XX века анализ вышеупомянутых теорий игры показал их научную относительность, узость и немногочисленность, что вызвало новый интерес к изучению феномена игры.

Яркими представителями *био психологического подхода к игре* выступают У. Макдауголл, Г. Мерфи и Ф. Я. Бентендейк. По их мнению, человек как общественное существо находится целиком под влиянием инстинктов. Любой вид социального поведения, в частности игра, объясняется исходя из присущих ему способностей к целенаправленным действиям. Они считают, что игра — это некий «социальный инстинкт» человека. Таким образом, присутствие в человеческом организме «игрового инстинкта» объясняет существование игры в человеческом обществе. Роль игры заключается в том, что она входит в обширный комплекс видов поведения, имеющих приспособительный характер.

В свою очередь, Г. Мерфи рассматривал игровую деятельность как процесс уравнивания организма со средой. В объяснении мотивации «игрового поведения» личности он исходит из принципа внутренней константности («постоянности») человеческого организма извечно стремящегося к стабильности и устойчивости. В ситуациях, когда организм выходит из этого состояния баланса, возникает напряжение и параллельно с этим формируется мотив игровой деятельности с целью снятия этого напряжения. Соответственно, среди разнообразнейших типов поведения игра выступает одним из тех, посредством которых человеческий организм достигает необходимого ему равновесия с внешним миром.

Голландский зоопсихолог Ф. Я. Бентендейк рассматривает игру как особую форму деятельности, включающую в себя экспериментирование, манипулирование, подражание, что способствует формированию и развитию воображения, фантазии, интеллекта. Объект его рассмотрения — игра как деятельность с предметом, что предполагает узнавание знакомых черт и восприятие нового в предмете. От игры с предметом через игру с образом Ф. Я. Бентендейк ищет путь в духовную сферу, в область воображения и творчества. По его мнению, человек не просто способен подняться над действительностью, над будничными обстоятельствами и свойствами вещей, но человек — это игрок, в этом его натура!

Теория игры с социологических позиций попадает под более общие трактовки общественного поведения, общественных процессов и движений. Д. Рисмен, К. Рэйнуотер, М. Неймер и Э. Неймер как представители этого подхода считают, что игра — это особая деятельность, определяемая имеющимися в данный момент физическим состоянием и социальными установками человека, соответствующими жизни группы или групп, членом которых человек является. Изучение группового характера игры направило исследователей на изучение процессов в рекреативной группе («группе отдыха»):

- соревнования, конфликты, сотрудничество, аккомодация («приспособление к другим»);
- ассимиляция («уподобление другим»);
- социализация («процесс общественного становления личности»).

Среди этих процессов наиболее значимым, по их мнению, является сотрудничество (как по месту в игре, так и по влиянию на индивидуума). Интеграция группы сопровождается сознательным и бессознательным усвоением групповых идеалов и идей, приобретая которые, индивидуумы привыкают друг к другу, становятся органичной частью группы и одновременно социализируются, так как виды игры и идеалы предписываются обществом. Соответственно, по мнению представителей социологического подхода, роль игры заключается в возникновении группового единства и формировании личности, полезной обществу.

Большой популярностью до сих пор пользуется *теория игры как самовыражения*. Представителями этой теории игра объясняется как «факт индивидуальных поисков самовыражения». В результате отхода от биологического истолкования исследователями подчеркивается роль не природных инстинктов, а выработанных у индивида и закрепленных обществом игровых привычек и установок, влияющих на выбор вида игры. Смысл игры теперь видится в том, чтобы выразить себя в ней, добиться общественного одобрения, удовлетворения от своих возможностей, избавиться от внутреннего напряжения. Особенная роль в развитии теории игры как самовыражения принадлежит выдающемуся психологу с мировым именем — Жану Пиаже. Он утверждал, что игра составляет лишь одну из сторон человеческой деятельности и связана с ней точно так же, как воображение с мышлением. То, что игра является преобладающей деятельностью у детей, объясняется начальным этапом их психофизического развития. Согласно его точке зрения, игра есть форма творчества, но творчества с определенной целью. Это своего рода подготовка к возможным формам поведения на заданном уровне, не предполагающая их немедленного практического использования. В игре человек учится ориентироваться и преодолевать трудности, уготовленные ему в мире действительности.

По мнению Жана Пиаже, игра появляется в процессе развития человека на каждой последующей стадии, никогда не исчезая полностью, в следующих формах:

- а) игра-упражнение. Приводит к формированию наиболее сложных навыков;
- б) символическая игра. Способствует формированию семиотической функции и процессов замещения реальности знаками и символами, создавая тем самым основу художественной деятельности;
- в) игра с правилами. Допускает соревнование и сотрудничество.

В каждой из этих категорий игр интеллект отражает уровень умственного развития индивида.

Общий вывод Жана Пиаже заключается в том, что деятельность становится игровой в зависимости от внутренней фантазии личности.

С *психотерапевтических позиций* для теории игры большое значение имели психоаналитические и психотерапевтические подходы к игре. Игра, по Зигмунду Фрейду, замещает технику свободных ассоциаций, на которой базируется психоанализ. Основными функциями игр является снятие запретов, иллюзорное удовлетворение неудовлетворенных в действительности желаний.

Блестящие практические результаты показала концепция игры Джейкоба Леви Морено. Не соглашаясь с индивидуалистским подходом Зигмунда Фрейда, он предлагает лечение в группе при самом активном участии группы, обращая внимание на то, что причина возникновения неврозов — внутренний конфликт человека с малой группой (или группами), в которой протекает его жизнь. Используя игру как основу, Я. Морено создает новый метод групповой психотерапии — психодраму. Он углубил понимание «малой группы» и ее места в жизни человека, нашел способ повышения морального уровня ее членов, душевной стойкости личности. К детской игре Морено относился как к методу терапии и средству предупреждения конфликтов, символическому исполнению желаний, способу подготовки психики и сознания ребенка в целом к будущим формам взрослого поведения и отношений.

Особое место в теории игры принадлежит Йоханну Хейзинге, представителю *культурологического подхода к игровому взаимодействию*. Он пытался проследить ее роль во всех сферах человеческой жизнедеятельности. Для него игра — первичная жизненная категория, не связанная ни с какой степенью культуры, ни с какой формой мирозерцания. Здесь не требуется внешнего принуждения, оно уступает место этическим и эстетическим факторам, одновременно способствуя их развитию.

По мнению Йоханна Хейзинги, игра украшает жизнь, дополняет ее, вследствие чего является жизненно необходимой каждому человеку вне зависимости от возраста и социального положения. Она необходима индивидууму как биологическая функция, и

она же необходима обществу в силу заключенного в ней «человеческого смысла», в силу своего значения, своей выразительной ценности, в силу завязываемых ею духовных и социальных связей. Игра выполняет культурную функцию!

Йоханн Хейзинга, как и положено историку, заглядывает в истоки цивилизации и находит игру в мифе, культе, в празднике. Как в мифе, так и в культе посредством игры рождаются движущие силы культурной жизни: право и порядок, общение и предпринимательство, ремесло и искусство, поэзия, ученость и наука. Поэтому они уходят «корнями в почву» игрового действия и взаимодействия. Игра во все времена была способна целиком захватить играющего. Она находится на границе с серьезным: сама превращается в серьезное, а серьезное — в игру.

Многие века массовые общественные игры сохраняли свое незаменимое место в культуре, трансформируясь в то, что мы с вами сегодня называем праздником. Современный праздник — игра и не игра одновременно. Это событие, которое сохраняет взаимоотношение с игрой, имевшее место на заре культуры. Игра оформляет праздник и в то же время входит в него как составная часть.

Современная игра — это другая грань действительности, выход за границы обычного хода вещей, часть некой экологии души, это предоставление человеку возможности творить, уходить из глубины своих чувств, отвернуться от себя, забитого работой и заботами повседневности. Игра разряжает субъективное или социально-психологическое напряжение, позволяет приобщиться к культуре своего народа, становится способом связи поколений и мощным средством создания социально-психологического единства нации.

1.2. Признаки игры

Признак ограниченности (временной и пространственной). Как правило, игра разыгрывается в определенных рамках пространства и времени. Ее течение и смысл заключены в ней самой. Она имеет свое начало (завязку) и конец (развязку): начинается и заканчивается в определенный момент. С ее *временной*, казалось бы, *ограниченностью* непосредственно связано одно качество: будучи однажды сыгранной, игра останется в памяти участников и/или зрителей как некое духовное творение (ценность), которое может быть повторно сыграно в любое время — немедленно или по прошествии длительного времени.

Что касается *пространственного ограничения*, то оно очевидно — любая игра протекает внутри своего специфического пространства. Внутри этого пространства царит свой особый безусловный порядок, создаваемый с помощью правил. Малейшее отклонение от установленного порядка расстраивает игру, лишает ее собственного характера, вплоть до обесценивания ее процесса и результата. Благодаря правилам она возобновляется вновь и вновь, изначально игра есть порядок: ограниченный, но совершенный!

Признак эстетичности. В органичной связи с порядком игра располагается в большей степени на территории *эстетического*. Она имеет склонность быть красивой. Когда игра порождает красоту, то ее ценность для культуры становится очевидной, но не является необходимой или обязательной. С равным успехом в плоскость культуры игру могут возвести физические, интеллектуальные, моральные или духовные ценности. Чем более игра ценна для жизнедеятельности индивидуума или группы людей, тем полнее она растворяется в культуре.

Признак добровольности. Игра не долг, не закон. По приказу играть нельзя, игра *добровольна*, поскольку есть свобода. Вместе с тем этот процесс не только освобождает, но и связывает: он зачаровывает, приковывает и втягивает в себя участников. Игра исполнена тех двух благороднейших качеств, которые человек способен замечать в вещах окружающего мира и сам может выразить: ритма и гармонии!

Признак неординарности. Игра — это всегда необычно. Это возможность отойти от

реалий существующего мира, порой добиться невозможного, казалось бы, недостижимого:

- побыть некоторое время животным (например, ежиком);
- неодушевленным предметом (например, книгой);
- стать статусом выше (скажем, в роли короля) и т. д.

Игра интенсивно вовлекает в себя всего человека, предоставляя ему новые возможности и активизируя его способности. Кроме того, *неординарность игры* самым характерным образом проявляется в таинственности, которой игра любит себя окружать. «Инобытие» и тайна игры вместе наглядно выражаются в переодевании: реальном или «надевании маски». Человек, «играя» другое «существо», становится этим «другим существом», обретая неординарную свободу действий и мыслей.

Игра — это «инобытие», она лежит вне рамок добра и зла!

Признак включенности. Подчиняясь игровым правилам, человек свободен от обычных — принятых им самим и в обществе — условностей. Игра снимает то жестокое напряжение, в котором современный человек пребывает в повседневной жизни. Это достигается за счет *включенности в игру*. Только через включенность в игровое взаимодействие человек получает возможность разрядиться, мобилизоваться, расслабиться и т. п. Включившись в игру, участник может подвергнуться своеобразной проверке своей физической силы, выдержки и упорства, смекалки и находчивости, удали и отваги, умений и мастерства, а вместе с тем проверке подвергнутся и духовные силы и качества играющего: его порядочность и отзывчивость, ответственность и честность, практически все нравственно приемлемые нормы.

Объединяющее участников — партнеров по игре — чувство, что они пребывают в некоем исключительном положении, вместе делают что-то важное, вместе обособляются от прочих, выходят за рамки всеобщих норм жизни, — это чувство магическим образом сохраняет свою силу далеко за пределами игрового времени.

1.3. Игра и культура. Культура игры

Игра есть своего рода культурный акт творчества, сотворенный по своим законам. Еще Огюст Конт положил начало этой аналогии. В любом исследовании игры, в каждом научном подходе к игровому взаимодействию безоговорочно и повсеместно принималась (и принимается) за отправную точку мысль о том, что игра занимает важное место в жизни, выполняя целый ряд функций. Эти функции самые разнообразные: *коммуникативная, релаксационная, социализирующая, педагогическая, компенсаторная, гедонистическая* и т. д. Интерес к игре как особому виду деятельности абсолютно оправдан, так как она обеспечивает высокую эффективность в любой деятельности и вместе с тем способствует гармоничному развитию личности.

В отечественной психолого-педагогической науке для игры не строилось цельных всеобъемлющих теорий и концепций. Чаще она рассматривалась применительно к детскому возрасту или какому-нибудь процессу, например учебе, воспитанию, труду.

По мнению выдающегося педагога-новатора Антона Семеновича Макаренко, нужно, прежде всего, сказать, что между игрой и работой нет принципиальной разницы. «Хорошая игра» похожа на «хорошую работу», и наоборот. Сходство игры и труда заключается в том, что:

- во-первых, в каждой «хорошей игре», как и в «хорошей работе», есть, прежде всего, усилие: физическое, эмоциональное, интеллектуальное или духовное;
- во-вторых, «хорошая игра», точно так же как и «хорошая работа», доставляет радость. Это может быть и радость творчества, и радость победы, и радость эстетическая — радость качества;
- в-третьих, в «хорошей игре», как в «хорошей работе», есть такая же большая ответственность.

Одним из первых отечественных психологов попытался выяснить происхождение игры Даниил Борисович Эльконин. Он рассматривал через призму истории, как изменялось

положение ребенка в обществе, и на каком уровне развития человеческого сообщества возникла игра.

Так, считается, что на первом этапе эволюции, когда основным способом добычи пищи было собирательство, игры еще не было. Дети очень рано включались в жизнь взрослых, на практике усваивая способы добычи пищи с помощью примитивных орудий. Далее, с появлением возрастного и полового разделения труда, в силу потребности в специальной подготовке будущего охотника, скотовода, землевладельца, возникают игры-упражнения. И только гораздо позднее, по мере усложнения орудий труда и социальной структуры общества, появляется ролевая игра, представляющая собой реконструкцию социальных отношений с целью подготовки к будущей жизни взрослого субъекта общества.

Игровое поведение и игровое взаимодействие позволяет сформировать механизмы сотрудничества с партнером и соревнования с соперником, используется для снятия психологических стрессов, для отдыха и разрядки, для обучения и воспитания.

Игра присутствует на всех этапах развития личности. Младенец занят предметно-манипулятивной игрой: изучением различных предметов. Ее особенностью является повторение движений и действий, своего рода тренировка и развитие определенных поведенческих умений.

Пик игры приходится на дошкольное детство, когда формируются все человеческие способности: прямохождение, речь, воображение, самосознание и прочее. В своих исследованиях известный психолог Валерия Сергеевна Мухина пришла к выводу, что шестилетний возраст — период расцвета игровой деятельности ребенка. Именно в этом возрасте ребенок становится способным символически моделировать те социальные отношения между людьми, к которым он был, так или иначе, причастен. Собственно, благодаря игровым замещениям предметов и взятым на себя игровым ролям дошкольник осваивает произвольные формы поведения.

В течение дошкольного детства в игре развивается эмоциональная, волевая и интеллектуальная сферы личности ребенка. В результате такой деятельности формируются прообразы будущих видов культурной деятельности:

- подвижные и соревновательные игры найдут свое отражение в спорте;
- ролевая и режиссерская игра — в художественно-эстетической деятельности и т. д.

В период школьной жизни игра отстает перед другими видами деятельности. Многие учителя, придерживающиеся традиционных методов обучения, игру попросту отвергают. В то же время, дети и подростки проявляют активность в большей степени именно в игровой деятельности, потому как усвоение многих нравственных норм, правил, ценностей происходит с помощью косвенного воспитательного воздействия, которое оказывает игра (правила игры, поведение других участников в игре, окружающие условия, мнение товарищей и друзей и т. п.), а не путем прямых назиданий взрослых.

Современное общество надолго выключает из сферы жизненной активности подрастающее поколение, тем самым, предоставляя детям возможность готовиться к взрослой жизни. В конечном счете оказывается, что игра в школьном возрасте остается ведущей формой жизнедеятельности, компенсирующей ограниченность и недостатки реальной и/или взрослой жизни. Только игра эта становится другой: при сохранности игрового типа поведения и сознания меняется содержание. Если ребенок воспроизводил формы поведения, то подросток уже принимает на себя отношения, чувства, переживания, риск и борьбу реальной жизни.

Грань между игровым и реальным миром становится условной, а иногда практически растворяется. Когда социальная активность затруднена, социализация в реальном мире значительно затрудняется — остается альтернативный вариант — создание нового мира в игре и через игру. Именно поэтому возникали команды тимуровцев, помогающих («играющих в помощь») нуждающимся; фанатские движения, «болеющие» за любимую команду в любимой игре; псевдосекты и секты разнообразных направленностей, серьезно «играющие» в какую-то деятельность, и т. д. Именно в этом новом мире подросток и юноша

практически впервые в жизни выступают как «деятели». В силу этого игровая деятельность представляет собой один из главных факторов социализации, в частности приобретение личного опыта совместной жизнедеятельности.

Взрослая жизнь также не лишена игры, об этом пишет Э. Берн в своем произведении «Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры». Конечно же, игра приобретает другой характер, но от этого не теряет своей сути. Во взрослой жизни это мощный защитный инструмент, позволяющий решить задачу самосохранности, эффективный способ профилактики стресса или постстрессового состояния.

Ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что игра социализирует, развивает и оздоравливает личность. Образно говоря, теория игры — это духовное дитя всей истории философской и психолого-педагогической мысли. В конечном счете, игра — активное начало, по сути своей направленное на то, чтобы не дать культуре, да и всему миру застыть в неподвижности. Она есть причина и фактор развития самой истории!

Глава 2. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИГРОВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ТРЕНИНГЕ

2.1. Психологический феномен игрового взаимодействия

Игра — это своеобразное отношение к действительности, которое характеризуется созданием мнимых ситуаций или переносом свойств одних предметов на другие.

Л. С. Выготский

Зачем нам игра?

Перед каждым психологом, педагогом рано или поздно встает главный профессиональный вопрос: *как сделать общение и взаимодействие с группой эффективным?*

Соответственно этому возникает много сопутствующих вопросов:

- как создать мотивацию на групповое взаимодействие?
- что нужно сделать, чтобы в группе воцарилось доверие?
- как преподнести информацию, чтобы она успешно усвоилась?
- как решать возникающие в группе проблемные ситуации?

Спектр проблем, которые встают перед специалистом, особенно начинающим, очень широк. И однозначно дать ответы на все вопросы просто невозможно. Основным руководителем деятельности в этой ситуации должно быть внутреннее «Я» педагога и психолога. Но как мы знаем, кроме искренности, доброты и справедливости, важно овладеть методикой игрового взаимодействия, так как игра является универсальным видом деятельности. Именно с помощью игры можно решать многие психолого-педагогические проблемы группы, помочь ее участникам преодолеть трудности и барьеры, понять себя, выработать адекватные способы поведения. Естественно, перед каждым будущим или настоящим специалистом стоит задача научиться играть самому. Секреты успешности игрового взаимодействия мы и попробуем узнать с помощью нашего пособия. И, конечно же, попробуем «присвой себе игротехнику — технику игрового взаимодействия».

Весьма важно, чтобы, играя, специалист видел не только внешние составляющие игрового взаимодействия, но и глубинные психологические механизмы игры, а также просчитывал, предвидел её целесообразность. В этой связи можно, переделав известную фразу, сказать: «Плохих игр не бывает, бывают плохие игротехники». Когда играющий не задумывается над смыслом и значением выбранной им игры, он не может рассчитывать на ее результативность. Прежде чем начать игру, нам необходимо проанализировать цель такого взаимодействия, его смысл и значение, соотнести все это с конкретными людьми, особенностями внешних условий, в которых мы будем это делать. Таким образом, необходимо выстроить технологию игрового взаимодействия, дающую нам не только осмысленность, целенаправленность, последовательность и операциональность наших действий, но и предвидение ее результатов.

«Айсберг» игрового взаимодействия

Чтобы представить себе, что же такое игра с точки зрения ее внутренних психолого-педагогических механизмов, давайте немного пофантазируем. Представьте себе игру в виде некоего айсберга. Мы все знаем, что айсберг — это ледовое образование, дрейфующее в воде, только 10% которого находится на поверхности, а остальные 90% скрыты под водой. Так и в игре. Видимый слой - это ее функциональное назначение, в какой-то степени именно «верхушка», которая будет видоизменяться («таить» или «леденеть») в зависимости от других составляющих игры, которые не видны глазу.

Рассмотрим существующие пласты «айсберга» игрового взаимодействия.

I. Функциональный - самый верхний пласт игрового взаимодействия, то, что «лежит на поверхности», та самая верхушка айсберга игры», видная всем, в том числе участникам. Это видимый пласт: кто и как играет, насколько увлечены ведущей и участники игрой и т.д. Данный пласт находится в прямой зависимости от задач, которые ставит игротехник или организатор игр.

II. Физиологический пласт игрового взаимодействия оказывает влияние на регуляцию физиологических процессов организацию потребности в двигательной активности, формирование тормозящей функции головного мозга, развитие координации движений, насыщение организма кислородом и т. п.

III. Психологический пласт игры. На этом уровне важно видеть (целевая диагностика) влияние игры на психику человека: развитие памяти, внимания, мышления, воображения, регуляция эмоционального состояния, приобретение коммуникативных навыков и т. д.

IV. Педагогический пласт игрового взаимодействия — это создающий, формирующий уровень, корректирующий вырабатывание чувства «мы», сопричастность коллективу, соперничество, толерантность, флексибельность.

V. Личностный (латентный) пласт игры. Самый невидимый слой игрового взаимодействия. Он направлен на отсроченный результат, приводящий к личностному развитию участника игры, проявляется значительно позже окончания игрового взаимодействия.

При подготовке проведения игры, если мы хотим не просто хорошо провести время, но добиться какого-то конкретного качественного результата, необходимо учитывать цель, с которой проводится игра, и задачи, которые она решает. После игры целесообразно провести обсуждение или анализ игрового взаимодействия, причем, затрагивая только те задачи и цели, которые ребята могли увидеть и понять.

2.2. Логика организации игрового взаимодействия

Существует несколько правил организации эффективного игрового взаимодействия, которые нам необходимо учитывать.

Во-первых, каждый педагог, играя со своими ребятами, должен всегда продумывать заранее *логику построения игр*, которые он будет использовать. Обычно игры выстраиваются по принципу «от простого к сложному», например, от менее контактных к более активным, подвижным. Вместе с тем необходимо помнить о важности смены деятельности: медленные игры должны сменяться более динамичными, игры, требующие большого внутреннего напряжения, — менее напряженными.

Во-вторых, очень важно создать соответствующее *настроение на игру*, провести так называемую настройку (разминку). Каждую группу людей, особенно если речь идет о детях, подростках, юношах, можно условно назвать сложным ансамблем или сложным оркестром. Как и оркестр, группа требует своей настройки (разминки). Чрезвычайно сложно сразу взять и начать играть. Вряд ли ребята охотно пойдут на контакт, сразу начнут играть! В зависимости от целей игрового взаимодействия настройка (разминка) может быть разной, например: эмоциональной, физической, интеллектуальной и т. д. Настройка (разминка) есть очень важная составляющая любой игры. Кроме того, грамотно подобранная и качественно

проведенная, она позволяет обеспечить физическую и психическую безопасность участников любого игрового взаимодействия.

В-третьих, педагог должен иметь достаточно *большой запас-багаж игр*, которые могут ему пригодиться в самых различных ситуациях, «нарушающих» логику игрового занятия, но актуальных для группы на данный момент.

Отдельно стоит сказать о том, что, приступая к любой игре, педагог должен очень четко представлять **технологии игрового взаимодействия**.

Итак, **первым этапом любой игры** является **настройка** на нее (разминка). Очень хорошо настраивают на игру различные игровые приемы, связанные, скажем, с ритмом.

Например, *настройка «Дождь»*. Это когда мы берем левую ладонь, раскрываем ее, затем по очереди, сначала одним пальцем хлопаем по ладони, потом еще одним (капельки увеличиваются, начинается «дождь»), потом тремя, четырьмя и всей ладонью (пошел «ливень»). После чего, если это необходимо, «дождик» может прекратиться (действия осуществляются наоборот, по убывающей). Таким образом, создается в группе тот своеобразный ритм, который позволяет участникам почувствовать свою сопричастность с коллективом и настроиться на единый лад.

Подобных настроек существует очень много. Другой вариант — это так называемые настройки-«кричалки», когда участники игры громко проговаривают какие-то стихи или какие-то слова, возможно, тоже отбивая ритм. Тем самым мы настраиваем-концентрируем внимание и переносим акцент на ведущего игры.

К настройке (разминке) относится такая игра, как

Летит, летит по небу шар

Эта игра также позволит сосредоточить публику и создать тишину. Перед проведением этой игры предлагаем ведущему хорошенько потренироваться, поскольку группа неизбежно будет ошибаться, а задача ведущего — помочь публике все сделать правильно.

Ведущий разучивает с залом стихотворение:

Летит, летит по небу шар,

По небу шар летит,

Но знаем мы, до неба шар

Никак не долетит.

Когда участники выучили слова, далее они, постепенно, слово за словом, заменяют слова движениями:

Летит — выполняются взмахи руками, изображая полет птицы. По небу — указательный палец правой руки поднимается вверх.

Шар — руками обводится круг перед собой.

Но знаем — руки прислоняются к груди.

Мы — руки разводятся перед собой.

Никак не — руки перекрещиваются (как кости под черепом).

Когда все слова заменены, скорость воспроизведения увеличивается.

Не слишком усердствуйте с точностью выполнения действий, главное, чтобы участникам было. В противном случае зрителям надоест тренировать свое внимание, и они потеряют интерес к тому, что происходит на сцене.

Такие настройки достаточно просты, не требуют никакого оформления, в то же время позволяют педагогу без подручных средств очень быстро завладеть вниманием участников группы.

Вторым этапом любого игрового взаимодействия обязательно должна быть четко проговоренная, точная и логичная **инструкция**.

Что сказать, чтобы участники поняли, какая игра сейчас начнется?

Как сделать так, чтобы условия игры четко соблюдались?

Эти и другие вопросы возникают у начинающих игротехников практически постоянно. Ответы на них появляются, как правило, достаточно спонтанно, в свое время. Очень часто случается так, что, потратив вечер до предстоящего занятия на дословное прописывание инструкции, в процессе организации игрового взаимодействия чувствуешь, что вчера были найдены не те слова, которые хотят или готовы услышать участники сейчас. И тогда рискуешь — удерживая в голове суть игры, «рождаешь» для нее инструкцию «здесь-и-сейчас-для-этой-груп-пы-в-этом-настроении». И, о чудо — добиваешься действительно лучшего результата! Тем не менее, это было бы невозможно без проделанной «вчера» работы над инструкцией. Ведь инструкция — это своеобразный «портрет игры». Чем больше «портретов игры» мы нарисуем, т. е. придумаем несколько разных вариантов инструкций, тем богаче будет наша личная «портретная галерея», тем богаче станет наш арсенал «инструкций-на-все-случаи-жизни».

Не бывает универсальных инструкций, как не бывает универсальных игр!

Не бывает двух одинаковых инструкций, как не бывает двух одинаковых игр! ...И двух одинаковых игротехников...

Тем не менее, существует несколько универсальных **правил составления и подачи инструкции игры.**

1. Готовя инструкцию, необходимо соблюдать *адресность*. Что значит адресность? Это кому игра адресована, и то, как можно предусмотреть в разных ситуациях разные варианты проведения игры. Каждый из нас должен обязательно соотнести данную игру с конкретными участниками. Для одной и той же игры, проводимой с разновозрастными («возрастной адрес») и разностатусными («статусный адрес») группами людей (например, дошкольники, старшие подростки, студенты, учителя, пенсионеры и т. п.), необходим свой вариант инструкции, более близкий и лучше понятный именно данной группе.

В адресности нужно учитывать также, сколько у вас мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) будет в группе, потому что есть игры, в которых количество разнополюх участников имеет принципиальное значение. Неэффективно и некорректно, если девчонки (девушки, женщины) будут изображать лиц мужского пола и наоборот.

Все эти нюансы можно легко предугадать, выстраивая технологическую карту игрового взаимодействия, в которой мы продумали логику от настройки игры, ее инструкции, адресности до предполагаемого результата. Учли мы и реализацию принципа вариативности, так как каждая игра имеет множество вариантов, продумали инструментарий или оборудование, которое нам может потребоваться (например, игрушка, листы бумаги, маркеры и т. п.).

2. Продумывая и транслируя инструкцию, мы должны суметь настроить участников на игровую деятельность, следовательно, здесь очень важно, чтобы уровень эмоционального состояния был адекватным. Соответственно, *вся инструкция должна быть эмоционально окрашена*, поскольку без этого просто невозможно добиться желаемого результата. Эмоциональный настрой игротехника, интонации, с которыми он говорит, сильно влияют на участников, на их игровую настрой и активность.

Инструкцию следует проговаривать играющим четко, динамично, делая акценты на особенно важных моментах игры.

3. Проговаривая инструкцию, необходимо грамотно *расставить акценты на содержании игры*, чтобы участникам было понятно, что и как делать, какие существуют правила, как этих правил придерживаться, как действовать в сложных (спорных) вариантах.

Не бойтесь спросить, все ли поняли правила. Если нет, объясните правила еще раз более простыми словами, ведь успех игры во многом зависит от правильного выполнения участниками правил.

4. Когда игротехник предлагает игру (любую, в том числе разминку), желательно избегать шаблонных фраз (Например, «а давайте поиграем в такую интересную игру, которая называется...»). Такая фраза может вызвать ехидные замечания («а давайте без давайте», «что мы дети, чтобы в игры играть» - от старших ребят). Эти фразы легко можно заменить другими:

- нам необходимо
- нам предстоит
- сейчас мы с вами (далее идет объяснение правил) и др.

5. Чтобы сразу заинтересовать публику, лучше придумать небольшую, оригинальную ПРЕДЫСТОРИЮ (ЛЕГЕНДУ). Эта легенда придумывается в соответствии с возрастом, интересами ваших ребят.

Для ребят младших отрядов легенды могут напоминать сказки. Можно обращаться к сюжетам знакомых ребятам мультфильмов, фильмов. Взрослым ребятам можно рассказывать «истории» из жизни звезд шоу-бизнеса, из жизни героев фильмов или телесериалов. Можно рассказать ребятам что-то, что будет для них просто познавательным и интересным.

Пример: игра «Поменяйтесь местами...»

«Вы когда-нибудь были в американских прериях? Нет?!?! А слышали что-нибудь о смерчах, которые там бывают? О! Это огромные смерчи, напоминающие воронку, поднимаются на равнинах и сдувают все на своем пути. И вот такой смерч завёлся у нас в отряде. (выбирается ведущий) ...» Далее идет объяснение правил игры.

Конечно же, мы понимаем, что в игре есть несколько этапов: начало игры, ее основной период и финал. И вот здесь нам необходимо предусмотреть, чтобы в самом начале основного периода игры у нас была возможность еще раз обратиться к инструкции. Ведь участники могут забыть какие-то детали. Мы специально делаем еще раз акцент на правилах игры, чтобы добиться, с одной стороны, еще большей ее эффективности, а с другой стороны, отрегулировать темп игрового взаимодействия, сконцентрировать внимание на происходящем.

Ближе к третьему этапу — собственно окончанию игры — мы обязательно даем финальную инструкцию, которая позволяет нам поставить «эмоциональную точку», зафиксировать результат.

В каждой игре обязательно должна присутствовать эмоциональная точка.

Эта «точка» должна быть осязаема и понятна участникам игрового взаимодействия. Она отвечает каждому участнику на вопрос: «а зачем мы играли?» своей законченностью, четкостью и конкретностью.

Вот здесь для нашей фантазии возникает очень большой выбор вариантов: мы можем всех поблагодарить за участие и поаплодировать друг другу, придумать шуточную концовку, раздать всем (или победителям, если это игра-соревнование) призы и т. п. В любом случае тем самым мы ставим «точку» как в логике, так и в эмоциональном настрое игры.

6. Следующим правилом организации игрового взаимодействия, на которое необходимо обратить наше особое внимание, мы назовем *продуманность и предвидение того, как развивается мотивация участников* на игру в течение каждого этапа игрового взаимодействия.

Что привлекает участников игры на ее первом этапе, как можно создать мотивацию на игру?

Как эта мотивация поддерживается в процессе игры и сохраняется до ее финала?

Может ли она стать стартовой мотивацией для следующей игры?

Ответы на подобные вопросы дают нам следующие возможности:

- осмысленно организовывать игровую деятельность;
- выстраивать логику игрового взаимодействия;

- закладывать необходимую динамику развития группы;
- корректировать командное и индивидуальное развитие;
- оказывать помощь участникам на пути самопознания, снятия психологических барьеров;

- выказывать содействие во всем том, что способствует личностному росту.

Мотивация закладывается нами в настройке и собственно в инструкции к игровому взаимодействию, поддерживается в процессе с помощью уточнений и коррекции происходящего вплоть до финала, до постановки «эмоциональной точки».

УЧАСТВУЙТЕ В ИГРЕ НАРАВНЕ С РЕБЯТАМИ. ИГРАЙТЕ ВМЕСТЕ С НИМИ. БУДЬТЕ ИХ ВОЖАТЫМ, А НЕ НАДСМОТРИКОМ.

2.3. Принципы успешного игрового взаимодействия

Результативность игрового взаимодействия, как, впрочем, и любого взаимодействия вообще, обеспечивается совокупностью *четырёх основных принципов*. Эти принципы универсальны, их понимание позволяет нам очень быстро, гибко и мобильно искать и находить различные решения сложившихся ситуаций взаимодействия.

Первый принцип — это принцип *ситуативности игрового взаимодействия*.

Очень часто бывает, что ситуация не совпадает с тем, к чему мы готовились. Тогда, конечно же, нам необходимо постараться взять контроль над этой ситуацией, управлять ею.

Что значит ситуация? Это все то, что реально существует на настоящий момент. Так, в зависимости от времени суток мы будем выбирать разные игры, скажем, в игры, связанные со снятием психологических барьеров, лучше играть ближе к вечеру, в сумеречное время, подвижные игры, игры на координацию движений лучше идут с утра и т. д.

Мы заранее просчитываем возможные ситуации игрового взаимодействия: количество участников, соотношение мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин), их возраст, возможные реакции на игру, уровень взаимодействия друг с другом, их настрой в данный момент и многое, многое другое.

Учет принципа ситуативности на практике — это умение в реальной ситуации очень быстро отреагировать на происходящее, откорректировать свои действия. Конечно же, это приходит с опытом, но готовиться к этому необходимо с самых первых своих шагов по пути игрового взаимодействия.

Второй принцип — это принцип *вариативности игрового взаимодействия*.

Соблюдение этого принципа — это умение использовать практически любую игру в самых разных вариантах. Одну и ту же игру мы можем использовать в разных вариантах с разными целями. Вариативность предусматривает, что мы имеем в запасе массу игр.

Третий принцип — это принцип *личностной адаптивности игрового взаимодействия*.

В любом взаимодействии очень важно, чтобы человек был самим собой, достаточно искренним и открытым. Если игра нам самим не понятна, не нравится, мы не готовы ее организовать и провести — всегда можно найти альтернативу, согласно принципу вариативности. Ведь игр великое множество, среди которого есть те, которые нам близки, нравятся и легко даются, которые мы лично присвоили согласно принципу личностной адаптивности. У каждого человека есть свои слабые и сильные стороны. В игре мы вправе (и даже в известной степени обязаны) использовать все те «изюминки», положительные моменты, которые есть у каждого из нас, которые позволяют нам завоевывать авторитет группы, так необходимый для эффективности игрового взаимодействия.

Четвертый принцип — это принцип *целесообразности игрового взаимодействия*. В опытных руках игротехника игра становится средством не только веселого досуга, но и конструктивного общения, формирования команды, личностного развития и т. д. Любая игра несет в себе абсолютно конкретный смысл, который каждый из нас в состоянии использовать, исходя из поставленных целей. Мы играем с детьми, подростками, взрослыми

не просто так, а с конкретными целями. Когда каждый наш поступок в рамках игрового взаимодействия продуман и взвешен, то можно быть уверенным в результате. Например, если группа находится в состоянии эмоционального возбуждения, вряд ли следует устраивать соревнования, так как эмоции могут выйти из-под контроля и преобразоваться в агрессию.

Вот эти четыре принципа мы рекомендуем всегда держать в голове, помнить и стараться им следовать, ведь тогда игровое взаимодействие будет обязательно успешным.

Чего мы можем достичь с помощью игры?

Конечно, игры бывают разными, и одну и ту же игру мы можем использовать с разными целями.

С какой целью мы организуем игровое взаимодействие?

Какой результат мы можем достичь с помощью игры?

Ответов может быть очень много, как велико множество существующих игр. И эти ответы будут разными и неповторимыми, как различен и неповторим мир игры. Давайте попробуем вместе найти хотя бы часть ответов на этот вопрос.

1. Мы можем помочь участникам *ощутить единение с другими, дать понять, что человек не одинок в этом мире*. Особенно это стремление свойственно подростковому возрасту, в котором ребята начинают на себе испытывать потребность в единении со сверстниками — реакция группирования со сверстниками. С помощью игр мы можем помочь подросткам ощутить свое единение с другими, ощутить сопричастность к делам других. Встречаются подростки с достаточно низкой самооценкой, застенчивые, не уверенные в себе и своих силах, которые очень страшатся того, что кто-то может заметить их слабые стороны и посмеяться над ними или начать их передразнивать. И поэтому они стараются держаться в стороне от других. Бывает так, что у этих подростков уже есть негативный опыт и им приходится очень долго и кропотливо заново учиться доверять людям. Игровое пространство позволяет ускорить и обезопасить этот процесс.

2. Мы можем с помощью игр и упражнений *помочь человеку понять, что он сам может управлять своей жизнью, быть успешным*. Моделируя жизненные ситуации, игра дает нередко бесценный опыт и может научить гордиться собой, своей жизнью, любить свое прошлое и настоящее, без страха смотреть в будущее. Она позволяет пережить те трудности, с которыми можно встретиться в реальной жизни, поможет почувствовать внутреннюю силу и сформировать целеустремленность. Конечно же, все игры, связанные с путешествиями, с фантазиями, дают такой опыт, который позволяет смотреть на жизнь с разных точек зрения и находить свою линию поведения, развивать личное стремление к реализации своих личностных планов.

3. В процессе игры мы можем *обучить участников неким правилам хорошего тона, культивировать культуру общения, дать понять, что такое уважение к себе как к личности, и дать понять им, что право на уважение имеет всякий человек, даже если он не соответствует нашим личным представлениям*.

4. Игры *учат заботиться* о других, при этом в игре забота не проявляется непосредственно. С каждой новой игрой и каждым новым упражнением мы можем (и будем) закладывать по маленькому кирпичику вот этой заботы о других, которые потом позволят построить целый дом уважительного отношения к себе, другим людям и миру.

5. Игра *учит брать ответственность* за себя, за свое поведение, свои поступки и позволяет принять долю ответственности за поведение окружающих.

6. Следующее, что мы можем сделать с помощью игры, — это *научить человека исследовать, анализировать реальность*, научить различать мышление и эмоции, ложь и правду, добро и зло и т. д.

Игра *учит жить в реальном мире* — это одно из ее достоинств.

Каждый из нас в отдельности вряд ли сможет переделать весь мир, переключить по своему желанию отношения между странами, изменить социальную среду и т. п., но с помощью игры мы можем научиться жить в этом мире, принимать себя такими, какие мы

есть, научиться развиваться, вырабатывать свое отношение к среде проживания и миру. А тогда и наш мир начнет постепенно меняться.

Игра, с одной стороны, вполне может создать условия, когда человек начнет жить в воображаемом, а не реальном мире, уйдет вслед за своими фантазиями. С другой стороны, психолого-педагогический феномен игры заключается в том, что игровое пространство, создаваемое игротехником, может помочь выработать человеку собственную социальную позицию, социальный стержень, который позволит ему не отчаиваться, не надевать розовые очки не прятать, как страус, свою голову в песок в сложных жизненных ситуациях, а смело смотреть вперед, идя по жизненному пути.

7. Игра способствует выявлению творческих способностей и развитию личностно-творческого потенциала, формированию адекватной самооценки, развитию умения принимать самостоятельные решения, толерантности личности, формированию навыков саморегуляции и коррекции эмоциональной сферы. Игра учит уважать и любить, сочувствовать и сопереживать, развивает рефлексивность, формирует эмпатию, чувство собственного достоинства и многое, многое другое.

Никто не сомневается в том, что игра — это достаточно сложный психологический феномен, который позволяет развивать, корректировать и формировать очень много личностных качеств. С его помощью можно развивать память, внимание, восприятие, познакомиться и взаимодействовать, сотрудничать, двигаться и осваивать окружающее пространство, регулировать психофизическое состояние, снимать агрессию и психоэмоциональное напряжение, настроиться на работу, освоить новые умения, развить навыки и просто отдохнуть и повеселиться.

Известно, что с помощью игры становится возможным не просто сформировать и/или откорректировать навыки сотрудничества, навыки партнерских отношений, которые крайне важны для жизнедеятельности каждому человеку, но и овладеть навыками саморегуляции, дать опыт личностного преодоления, преодоления страха в общении, преодоления множества психологических барьеров и комплексов. Ситуация коллективного взаимодействия создает понимание, что нельзя подвести команду, тем самым позволяя избежать множество негативных явлений, о которых мы упомянули выше. На фоне успешности в игре формируется доверие, чувство локтя, взаимоподдержки и т. п.

Все это — ключевые задачи игры, которые, конечно же, необходимо заранее обдумать, сопоставить, организуя игровое взаимодействие. Здесь важно знать и понимать, что любые игры должны сочетаться и сменять друг друга: *активные — спокойные, мобилизирующие — релаксирующие* и т. п.

Нам необходимо понимать, **на что направлена каждая конкретная игра**, почему мы в нее будем играть именно сегодня или почему только завтра — это все составляющие технологии игрового взаимодействия.

2.4. Критерии эффективного игрового взаимодействия

Организуя игру, мы хотим, чтобы она прошла успешно. Как это сделать? Как этого достичь? В этом нам могут помочь критерии игрового взаимодействия, по которым можно определить его эффективность.

1. Высокая эмоциональность. От состояния организаторов игры зависит степень включенности и эмоциональности участников игры. Соответственно, задача ведущего – постараться быть не просто активным, но и достаточно эмоциональным в этом процессе. Постоянно поддерживая свои эмоции на высоком уровне, мы тем самым «эмоционально заражаем» группу и способствуем эффективному игровому взаимодействию. Это не так просто, как кажется. Вместе с тем эмоциональность, как правило, заложена в самой игре. Необходимо просто ее почувствовать, настроиться, самому увлечься игрой.

2. Игровая ситуация «МЫ» (чувство сопричастности). Игра учит быть неэгоистами. Игра объединяет. Каждый участник игры способен ощутить чувство сопричастности к происходящему. События игрового взаимодействия становятся общими

для группы и для нас — организаторов, ведущих игры. Именно поэтому, произнося слова инструкции, мы говорим «*мы*», вместе с тем, добиваясь не только на словах эффекта объединения участников группы в процессе игрового взаимодействия. Кроме того, этот критерий позволяет создать безопасную атмосферу в тренинге, которая необходима для того, чтобы каждый участник не боялся проявлять себя, пробовать новое.

3. Контакт глаз. Для того чтобы этот критерий игрового взаимодействия стал эффективным, необходимо соблюдать следующее: участники и ведущий игры находятся на одном уровне (лежат, сидят, стоят), взгляд ведущего в процессе игры встречается с глазами участников, фиксируясь на 1-2 секунды в среднем. С одной стороны, это позволяет увидеть степень включенности участников в происходящее, с другой стороны, способствует установлению более тесного контакта с участниками игры.

4. Интрига игры. В каждой игре есть интрига. Организуя игровое взаимодействие, мы сознательно можем ввести элементы таинственности в происходящее, т. е. заинтриговать участников. Даже самой простой игре можно придать элементы тайны. Например, так: «То, что нам сейчас предстоит, сделать требует от всех нас полной концентрации внимания, только в этом случае мы сможем сделать всё правильно. У этого действия (ритуала, игры) большая история. Это делали еще первобытные люди, когда собирались на охоту...» Интересно? Интригует? Наверное, да. И уже неважно, что за игру мы хотим представить. Говоря подобные слова, мы придаем особый шарм всему тому, что последует, и попутно увеличиваем мотивацию участников на происходящее. Ведь всем становится интересно, что это за игра, которая дошла до нас еще с первобытных времен.

5. Скорость речи соответствует скорости чтения. Известно, что от темпа речи будет зависеть, сможет ли понять нас собеседник (или все ли сможет понять наш собеседник). Если наша речь будет слишком быстрой, участники игры не успеют понять того, что от них требуют условия игры. Если же речь будет слишком медленной, группа может начать раздражаться происходящему. Самый оптимальный вариант — соответствие скорости речи скорости чтения, когда нас легко понимают, в том случае, если темп речи привычен для большинства участников: не очень быстро и не очень медленно.

6. Открытая поза. Открытая поза подразумевает отсутствие так называемых верхнего и нижнего «замков» (верхний — скрещенные руки на груди; нижний — скрещенные ноги), которые стереотипно часто воспринимаются как «закрытость» человека. Кроме того, это еще и живая мимика, нескованные жесты, подкрепляющие слова. Тогда сразу становится понятно, что нечего бояться, ничего страшного происходить не будет, и участники сами примут открытую позу для игры, что будет способствовать ее эффективности.

7. Высокая степень мобилизации. Если для определения степени мобилизации для игрового взаимодействия произвольно представить некую шкалу, состоящую из десяти делений от 0 до 9, то 0-й степени мобилизации будет соответствовать состояние сна, из которого, как известно, необходимо еще выйти, а 9-й степени — состояние аффекта, сопровождающееся бурным и неконтролируемым поведением. Исходя из этого, высокая мобилизация, необходимая для эффективного игрового взаимодействия, будет соответствовать где-то 5-6-й степени, т. е. адекватной готовности к действиям. Как понять, в какой степени мобилизации вы находитесь? Самый оптимальный вариант — сначала почувствовать эту 5-6-ю степень мобилизации. Для этого сядьте на стул, па краешек стула. Подайте слегка корпус вперед. Согнув руки в локтях, положите их на свои колени так, чтобы ваши кисти могли свободно висеть и жестикулировать. Выпрямите спину. Поднимите голову так, чтобы ваш взгляд был параллелен уровню пола. Свободно поворачивайте головой вправо-влево. Улыбнитесь. То чувство, которое возникло, те ощущения этой позы, которые вы испытываете, — это и есть характеристика 5-6-й степени мобилизации. Мобилизация — это своеобразный индикатор общения (показатель готовности партнеров к взаимодействию).

8. «Легкий вес». Что значит работать в «легком весе»? Вспомните не надолго свои ощущения, когда вы очень устали. Ничего не хочется делать. Нет ярких эмоций. Это

«тяжелый вес». Организовывать игровое взаимодействие в «тяжелом весе», сами понимаете, не эффективно. Теперь представьте ваше нормальное рабочее состояние: не очень эмоциональное, не очень инициативное. Спокойное рабочее состояние. Это «средний вес». Придайте этому состоянию немного подвижности, совсем чуть-чуть азарта. Чувствуете, что вы готовы к действиям? Это и есть «легкий вес». Самый оптимальный и эффективный для игрового взаимодействия, когда становится легко играть, без усилий. «Легкий вес», как правило, как раз соответствует 5-6-й степени мобилизации. Существует еще и «наилегчайший вес», но он слишком, если позволите, «воздушный», плохо контролируемый и немного пугающий для окружающих. «Вес» — это индикатор эмоционального состояния, как вашего, так и тех, с кем вы взаимодействуете.

9. Пристройка «на равных». Это особый показатель — индикатор отношения к другому человеку или группе людей. Всего их можно выделить три: пристройка «под», «на равных» и «над».

Пристройка «под» («снизу») — это позиция подчинения. Она бывает порой унижительна. Ее характеризует взгляд снизу, немая мольба, жесты подчинения. Очень часто эта пристройка свидетельствует о неуверенности в своих силах: «Ну, я же по-человечески вас прошу играть, а вы...»

Пристройка «над» («сверху») свидетельствует о неуважении, иногда пренебрежении, демонстрирует самоуверенность и превосходство. Ее характеризуют повелительные позы и жесты, поджатые губы, резкие слова и резкость слов: «Так, сейчас я с вами буду играть...»

Оба варианта, как понятно, не способствуют эффективности игрового взаимодействия.

Мы выбираем «золотую середину» — пристройку «на равных». Она свидетельствует собственно о разности отношений, готовности и желании сотрудничать, уважении друг к другу и происходящему. Ее характеризуют хорошее настроение, улыбка, открытая поза, «легкий вес» и адекватная мобилизация. Только в случае выбора пристройки «на равных» мы можем рассчитывать на совместную деятельность, имеющую конструктивный и продуктивный характер.

10. Четкость инструкции. Инструкция будет понятна участникам игры в том случае, если она не просто логична, но четко построена, а также четко, понятно и интересно (легенда) объяснена. Для того чтобы дать четкую инструкцию, сначала нам самим необходимо понять условия игры. Затем своими словами объяснить себе эти условия. И только после этого можно составить собственно инструкцию, что называется «присвоенную», лично адаптированную под нас.

11. Высокая динамика. Процесс любого игрового взаимодействия, однажды запустив, необходимо контролировать, поддерживая должную динамику игры. Как правило, для большинства игр эта динамика высока. Игра требует от всех участников постоянной включенности, действий. Игра — это живой организм, постоянно находящийся в движении. Об этом необходимо помнить всем — и начинающим, и опытным игротехникам.

12. Соответствие игры пространству. Когда мы идем по улице, то стараемся наши действия привести в соответствие тому, что происходит вокруг. Так, мы обгоняем впереди идущих пешеходов, стараясь не задеть их случайно. Если же мы попадаем в «людской поток», то движемся вместе с ним, в том пространстве, которое осталось нам доступно. То же самое можно сказать и про игровое взаимодействие, про целесообразность проведения тех или иных игр в том или ином пространстве. Например, не имеет смысла играть в прятки в одной комнате — негде спрятаться; неудобно играть в футбол в коридоре. Мы не сможем эффективно провести игру в неадекватном для нее пространстве. Соблюдение этого критерия позволяет сделать игровое взаимодействие действительно эффективным.

13. Соответствие текста мимике и жестам. Организуя игровое взаимодействие, нужно помнить, что игра — это территория искренности. Все, что мы говорим, подкрепляя слова жестами, не должно вызывать подозрения у группы. Это не значит, что нужно обязательно улыбаться, быть открытым и т. п. Нет, конечно. Главное — быть искренним.

Наша мимика и жесты — наши помощники в этом, а не враги.

14. Доведение игры до логического конца. Взявшись за такое не простое и серьезное дело, как игра, мы начинаем играть по ее правилам. Одно из правил игры — постараться не обрывать игровое взаимодействие, но довести до конца: чтобы всем участникам стало понятно, что игра закончилась. Тем самым мы сохраняем не только целостность игры, но и целостность впечатлений от нее. И, конечно же, не забываем в финале игры поставить жирную эмоциональную точку.

15. Установка на действие. Установка на действие повышает мотивацию на игровое взаимодействие. Давая инструкцию к игре, почаще используем слова: «сейчас мы», «а теперь», «встаем» и т. п. вместо «а давайте сейчас мы...», «есть предложение встать...» В первом случае установка на действие ярко выражена, во втором есть выбор — делать или нет.

16. Оформление, инструментарий. Не все, но многие игры требуют заранее продуманного и подготовленного инструментария, например: мяч, мягкая игрушка, фломастеры, буквы алфавита. Согласитесь, играть в некоторые игры без мяча (или имитации его) невозможно.

17. Адекватность возрасту, месту, времени, ситуации. Этот критерий подразумевает то, что необходимо учитывать как время суток (утром адекватны одни игры, вечером — другие), так и продолжительность игры, причем в зависимости от возраста участников. Одна и та же игра в зависимости от вышеперечисленных условий и ситуации пройдет по-разному. Учет подобных критериев позволяет сделать игровое взаимодействие более эффективным.

Итак, мы рассмотрели основные критерии эффективного игрового взаимодействия, учитывать которые не просто возможно, но необходимо в групповой работе с любой категорией участников: с детьми, подростками, юношами и девушками, мужчинами и женщинами и т. п.