


Алёна Михайлова



«ЛЕПЁШКА»: СОЦИАЛЬНАЯ ИГРА ГЮНТЕРА ХОРНА

Интервью с Елизаветой Хеллингер

Социальные игры Гюнтера Хорна – это уникальные психологические игры с элементами социального взаимодействия, придуманные детским психотерапевтом из Германии Г. Хорном, создателем направления символдрамы для детей и подростков. Самая известная из этих игр – «Лепёшка». Также широкое распространение получила «Психологическая игра Гюнтера Хорна для всей семьи». Обе эти игры ещё с 1996 года переводились и адаптировались их официальными соавторами – психологами Я.Л. Обуховым-Козаровицким и Е. Хеллингер. Читайте интервью с Елизаветой Хеллингер, аналитическим психологом, детским и подростковым психотерапевтом, автором и ведущей семинаров и вебинаров по играм Хорна.

«Лепёшка» начинается с того, что каждый из игроков лепит из пластилина свой символ – зверюшку или предмет. Стартуют фигурки «в хлеву». Задача – стать «человеком» и дойти до «неба людей». По ходу движения фигурки занимают свои и чужие поля и выясняют отношения. Результатом выяснения вполне может стать превращение в «лепёшку», которое, как мне показалось, зачастую даже провоцирует ведущим.

У многих наблюдавших игру взрослых такая жестокость вызвала непонимание, им то и дело хотелось одёрнуть детей, с восторгом принявших «звериные правила». Долгое время и я справлялась с впечатлениями – ведь у нас принято учить ребёнка быть добрым, уступчивым, принимать всех в свой «теремок» и не прослыть «тётёй Кошкой» – а тут предлагается отстаивать свои границы да ещё и чужие фигурки ломать?

Несмотря на шок, отзывы о детях, принимавших участие в игре (это были дети неблагополучной категории), от сопровождавшего их взрослого были позитивными: «Я их не узнала... Мальчик был инициативен, он обычно вообще молчит... И девочка проявилась с неожиданной стороны. Чувствовалось, что ей давно требовалось всё это выпустить в игровой форме...».

– Елизавета, расскажите немного о Гюнтере Хорне и его заслугах.

– Заслуга Гюнтера Хорна, на мой взгляд, в том, что он показывает нам: неважно чем вы занимаетесь вместе с ребёнком – играете с ним в футбол или в социальные игры, главное – чтобы вы умели считывать символический смысл того, что ребёнок доносит. Гюнтер Хорн любит говорить, что **игра – это хлеб**, тогда как психотерапия – таблетка. Самая главная задача игры – чтобы ребёнок мог выразить себя естественным образом и проективно показать свою картину мира.

Я не знаю другой игры, кроме «Лепёшки», где ребёнок своими руками делал бы свою фишку-ходилку. Какой цвет пластилина он выбирает, какую фигурку он лепит, какие фантазии он проецирует на других «животных» – это и есть его картина мира. Не выбрать из имеющихся образов, а именно **создать самому** – это дорогого стоит. Это что-то очень хрупкое, уязвимое, то, что ты можешь поддержать в ребёнке, – чем меня эта игра и покорила. Это настраивает на очень тонкий уровень взаимопонимания, который невозможен в других играх.

– Насколько важна консультация со специалистом? Какие могут возникнуть недоразумения, если купить игру в магазине и начать пользоваться по инструкции?

– В принципе, инструкции должно хватить. Но «Лепёшка» – это больше игра для группы сверстников. Конечно, братьям и сёстрам, детям и родителям в неё играть не возбраняется. Но если родители не смогут оставить позицию «взрослого», а будут играть, скажем так, директивно, – пользы игра не принесёт. Тут надо самому стать ребёнком. Когда мы играем семьёй, я предлагаю взрослым стать «Аней» или «Петей» и договориться со своими детьми, какой у них сейчас возраст.

– В «Лепёшке» загадочные правила. Фишку-животное для старта ты лепишь сам, а «человека» из тебя может сделать только кто-то другой. Почему так?



Фото автора

– «Лепёшка» – это игра про взаимодействие, установление контакта и ещё про границы. В «Лепёшке» важен сам этап трансформации. Вначале ребёнок лепит животное и ведёт себя спонтанно, реагирует непосредственно и ему позволено всё, что позволено животному. Разрешить «сделать из себя Человека» – это уже не про бытие ребёночком, а про контакт с другими, про ощущение себя как социального существа.

– А почему всё-таки так нужен и так важен этот «агрессивный» этап, от которого в шоке многие родители?

– Одна из внешних целей этой игры – как раз социально приемлемое выражение агрессии. Ребёнок учится нападать, извиняться и отстаивать свои границы. Агрессия – это нормальное чувство, регулятор дистанции в коллективе. У детей агрессивность в принципе равна активности. Задача ведущего – помогать детям выдерживать агрессию по отношению к себе, справляться с ней. Для этого, в первую очередь, надо самому уметь справляться с агрессией. Мы принимаем агрессию: «Ух ты, как ты залепёшил эту фигурку, наверное, здорово она тебе насолила, что ты так с ней разделался». Ребёнка, по отношению к которому агрессия была проявлена, поддерживаем тем, что буквально через несколько ходов у него будет возможность восстановить свою фигурку и сделать её лучше прежней.

– Я не увидела чёткой границы перехода от «животных» к «человеческим» отношениям в игре? А кто-то вообще не хочет становиться «человеком»... Это о чём-то говорит?

– Да, о том, что ему надо побыть подольше со своими инстинктами. Мы в принципе никогда не запрещаем ребёнку проявлять агрессию. Вот когда он сам захочет договариваться, вступать в коалиции, – значит, пришло его время. И ещё это про уровень развития самой группы. Люди встречаются, пробуют границы друг друга, начинают проявлять агрессию, приступают к выяснению позиций, узнавая это и о других «животных». Они должны хорошенько «провариться» в этом «животном соку», прежде чем говорить о том, чтобы выигрывать и превращаться в человека.

– Можете привести конкретный пример того, как игра привела к изменению стратегии поведения в реальной жизни?

– У меня в группе был мальчик, который оказался самым хрупким, несмотря на то, что был самый высокий и сильный. Но когда он играл, он был наиболее эмоционально уязвим. И каждый раз, когда другой участник пусть даже только хотел превратить его в «лепёшку», он начинал плакать и защищать свою фигурку. Это было признаком отсутствия веры в себя, в то, что он сможет себя пересилить. После нескольких игр он мало что перестал плакать – он стал лепить самые красивые фигурки без страха, что их превратят в плюхи! И это он перенёс на свою жизнь. Если он с кем-то ссорился, он верил, что у него хватит сил с этим человеком помириться. Если раньше, когда он делал домашнее задание и у него что-то



не получалось, – рассказывает его мама, – он вырывал листы и бросал тетрадь, то после курса «игротерапии» он стал более собранным и целеустремлённым, эмоционально устойчивым.

– Какими могут быть рекомендации для ведущего?

– Я думаю, это рекомендации относительно того, в какие ещё игры было бы неплохо поиграть дома. Вообще для ведущего желательно владеть «пулом» игр, в которые он сам обожает играть, и менять их время от времени в рамках цикла, задачу которого он определяет сам со своей группой.

– Расскажите о циклах игр «по запросу»?

– Игра сама по себе полимодальна. Для кого-то она будет являться показателем уровня отношений в коллективе, для кого-то станет вызовом к объединению или сепарации, для кого-то – к установлению иных границ. В любом случае каждый найдёт свои смыслы. Тем не менее, я бы рекомендовала всё-таки цикл от полугода до года раз в неделю составом 7 +/- 2. В перерыве между играми польза продолжается, приятно со знакомыми лицами вспомнить предыдущую игру. В течение недели ребёнок осмысливает какие-то моменты и может поделиться ими. На следующую игру он может прийти с новыми силами и попробовать себя в новой роли.

В результате серии игр ребёнок понимает, что быть агрессивным – классно, от тебя все отстают, и легко преодолеть соперников, но если я не научусь быть альтруистичным, никто не будет помогать мне. То есть на первом этапе я вырвусь вперёд, но потом отстану. Так что нужно уметь применять обе стратегии – и отстаивание своих границ, и умение объединяться и договариваться.

– Почему так необходим этап «восстановления себя» (я заметила, что взрослым он даётся тяжелее)?

– Очень важно себя восстановить, после того как вас «разлепшили». Это некая идея самопорождения. Когда человеку нравятся перемены, внесённые другим (например, мама «приукрасила» ребёнка и он не хочет менять этот облик), мы оставляем его на своём поле, он пропускает ход. Это означает, что с трансформацией надо побыть один на один, подумать, действительно ли тебе «к лицу» и «по размеру» эта корона. Скорее всего, ребёнок хоть чуть-чуть да изменит, подточит под себя фигурку.

Маме мы таким образом даём понять, что любое вторжение, посягательство на самостоятельность ребёнка – это замедление его развития. Лучше ему самому, хоть бы и кривенько, вылепить себя. В случае со взрослыми это признак того, что мы идентифицируемся с изменениями, которые в нас вносят другие, и боимся проявить самостоятельность. Как снять корону, которую слепил вам шеф? Действительно.

– Сколько времени занимает игра?

– Академический час. 45 минут – игра и 15 минут – обсуждение.

– Где можно при желании поучиться играть в социальные игры Гюнтера Хорна?

– На обучающих семинарах для психологов и специалистов, работающих с детьми. В Москве такие семинары проводятся в среднем раз в месяц, также я провожу семинары по всей России и бывшему СНГ. На нашем сайте и страничках в соцсетях регулярно публикуются анонсы, например:

<http://kinderpsyche.com/seminar-socialnye-igrig-xorna/>. Добро пожаловать!



Сетевые исследовательские лаборатории «Школа для всех»

www.setilab.ru

- www.setilab.ru/ms/bemms сайт книжной серии «Большая энциклопедия маленького мира»
- www.setilab.ru/ms/detsad сайт газеты «Детский сад со всех сторон»