Содержание

Введение

. Понятие и сущность терапевтического эффекта

. Терапевтический эффект деловой игры

Заключение

Список использованной литературы

# Введение

Использование психотерапевтических методик и приемов как формы и способа воздействия на личность в целях коррекции неадекватного и неадаптированного поведения получило в последние годы широкое распространение. Наибольшее внимание специалистов привлекает коллективная (групповая) психотерапия.

Концепция отечественной коллективной (групповой) психотерапии, представленная в работах Н. В. Иванова, М. М. Кабанова, Б. Д. Карвасарского, А. Л. Гройсмана, С. С. Либиха, а также других психиатров и психотерапевтов, смыкается с положениями советских психологов о значении процессов общения для формирования личности и регуляции поведения человека и группы. Как отмечал Б. Ф. Ломов, психические процессы протекают в условиях общения иначе, чем в условиях изолированной индивидуальной деятельности.

Одним из направлений коллективной психотерапии являются деловые игры, так называемая ролевая психотерапия. Ролевая психотерапия является специфическим направлением психотерапевтического воздействия. В богатом арсенале средств последнего издавна использовалась психотерапия, опосредованная различными видами игр.

Зарубежные социально-психологические и психиатрические концепции различных видов ролевой психотерапии в основе своей эклектичны. Они впитали некоторые идеи психоанализа, экзистенциализма, структурного функционализма и т. д. Эти концепции, а также основанную на них практику следует проанализировать критически. Вместе с тем необходимо учесть, что в практике зарубежной ролевой психотерапии используется множество тщательно отработанных и приносящих определенные результаты конкретных приемов и методик воздействия на человека и корректировки его отношений с другими людьми, переживаний и поведения.

# 1. Понятие и сущность терапевтического эффекта

Терапевтический эффект - это означает положительная динамика заболевания после приема тех или иных препаратов. В нашем случае терапевтический эффект деловых игр будет заключаться в положительной динамике психики сотрудников после проведения деловой игры.

Терапевтические эффекты весьма разнообразны. Это эффекты процессуальные, результирующие, ядерные и экзистенциальные.

Процессуальные эффекты - в процессе самой терапии должны быть достигнуты определенные перемены.

Например, даются темы для домашнего сочинения. Темы подбираются специально. Человек должно захотеться выполнить эти психотехники. Например, ведение дневника - человек наблюдает свою жизнь и уже достигает какого-то понимания. Перемены, которые возникают в самом начале, и на них основываются все остальные перемены и эффекты. Нужно уметь создавать эти условия. Если их не создать, вся остальная психотерапия не принесет результата.

Результирующие эффекты - ответ на конкретный запрос клиента.

Например, есть экзема от каких-то проблем в семье. Нужно чтобы симптом был устранен. Конкретная жалоба должна быть устранена. Нет проблем в семье, нет экземы. Это результирующий эффект.

Ядерные эффекты - изменение во всех сферах внутренней жизни человека, его самоотношения, изменение самосознания, когнитивных процессов и прочее.

Это главное чего должна достичь психотерапия. Ядерные эффекты дают результирующие эффекты. Они также дают изменения на поведенческом уровне.

Экзистенциальные эффекты - это нахождение клиентом ответов а экзистенциальные вопросы, это новое переживание своей способности любить, смысла жизни, смерти, природы человеческого существа, новая идентичность. Эффективная психотерапия приводит к этим новым переживаниям.

Существенный сдвиг в совершенствовании и углублении методов психотерапии при помощи деловых игр наметился в связи с развитием ролевой теории личности: произошло смещение акцентов с опосредующих средств психотерапевтического воздействия на большую цельность и самостоятельность ролевой психотерапии.

Зарубежные психоаналитики рассматривают групповой катарсис как основной механизм групповой психотерапии. Не разделяя психоаналитических концепций о необходимости обязательного отреагирования и катартической расшифровки комплексов, мы считаем, что ведущим принципом в ролевой психотерапии должна быть не динамика психоаналитических комплексов, а апелляция к ролевым функциям личности. Роль же нами понимается как функциональное социально-психологическое образование данной личности с присущей ей символической репрезентацией.

Основой групповой психотерапии и ее ролевого варианта является поэтапно-реконструктивная работа с личностью и системой ее отношений, характеризующих «основные роли, в исполнении которых проявляется ее индивидуальность».

Ряд советских и зарубежных социологов и социальных психологов выделяли различные аспекты при определении понятия роли.

Поведение человека, по Г. Миду, определяется его способностью соразмерять свои поступки с действиями других. Мертоп считает, что роль -- это самовоспитанная установка социального ожидания, которое оказывает давление на поведение личности в зависимости от ценностных ориентации последней. Для объяснения механизма исполнения роли привлекаются различные личностно-психологические категории. В. Коту дифференцирует термины «принятие роли» и ее «разыгрывание». Т. Ньюком различает роли, предписанные обществом (личность находится под давлением определенных общественных ожиданий), и роли воспитательно-поведенческие, определяющие поведение конкретных лиц в зависимости от популярности роли и предъявляемых к роли требований. Т. Парсонс, оперируя понятием роли, стремится показать, что она является основой по меньшей мере, трех уровней интеграции -- психологического, социального и культурного, представляя собой канал, по которому свойства и состояния отдельной личности влияют на функционирование различных общественных и культурных систем. С. Сарджент считает ролью «культурную, личную и ситуационную детерминанту», но замечает, что роль никогда не является только чем-то одним из трех указанных звеньев. Многогранность категории роли была отмечена, в частности, И. С. Коном: «Понятие роли, широко употребляемое обществоведами, весьма многозначно. В обыденном сознании ролью называется такой аспект поведения, деятельности лица, который является для него неорганичным, переживается как нечто внешнее, ненастоящее, отличное от его «подлинного я»... «быть в роли» -- значит притворяться, играть, осознавать искусственность своего поведения. Но такое разграничение является субъективным, оно описывает лишь соотношение различных образов самосознания, ничего не говоря об их происхождении». Несовершенство концепций роли чувствуют и многие их создатели[2, с. 59].

Развивая психологическую теорию роли применительно к задачам психотерапии, Дж. Морено понимал под ролью процесс создания структуры всего человеческого поведения, определяемого влиянием малых групп. Роль способствует раскрытию спонтанных свободных действий человека, обусловленных его индивидуально-психическими свойствами. Солидаризуясь с Морено, Т. Сарбин рассматривает роль в опосредованной взаимосвязи индивидуально-психологического «восприятия роли, вживания в нее и осознания» [6, с. 147].

Роль зачастую выражает нереализованные потенции личности, отражает определенную фактическую структуру отношений человека с другими людьми, его надежды и стремления. Компенсаторные механизмы роли становятся основой для «присвоения» роли как образца для подражания, способствующего росту самосознания и поведенческих форм деятельности. Польские психологи Г. и Ч. Чаповы определяют роль как фактическое личностное образование, привносящее регулирующий эффект в специальную ситуацию, в которую вовлечены другие лица. В этой связи понятны поиски интегральной связи ролевой игры со структурой личности и влиянием на нее взаимодействий в «малой группе».

По Морено, «отыгрывание» роли является условием «объединения с миром», выражением не только индивидуального и спонтанного, но также и коллективного, и традиционного в личности. Морено писал, что изменение в сфере поведенческих реакций и собственного реагирования на ситуацию -- результат способности к творчеству (креативности) человеческой личности, а психотическое поведение -- результат разрегулированного процесса спонтанности и креативности. Каждый человек обладает способностью к творчеству, но при неадекватной направленности эта способность становится негативным слепком психической «разрегулированности». Полное извращение способности к творчеству грозит душевным расстройством и дезинтеграцией личности. [5, с. 137]

Ролевая психотерапия, используя игровые моменты и символику роли, призвана отрегулировать процессы неадекватной реализации способности к развитию.

Концепция Морено о конструктивном подходе к терапии нервнопсихических заболеваний и расстройств оказалась продуктивнее концепции психоаналитической. (В беседе с Фрейдом Морено сказал, что Фрейд подавляет мечту, а он обучает мечтать.) В последнее время появилось новое течение, именуемое «психосинтезом», В работах этого направления (к ним примкнул и А. Маслоу) подчеркивается, что психосинтез, как и экзистенциальная психология, идет от «я» индивидуума, от признания динамичности структуры личности, находящейся в постоянном развитии, от поисков человеком смысла жизни, мотивации, актуализирующей тот или иной выбор решений, от сочувственного отношения к ценностным представлениям (например, этическим, эстетическим, политическим) к переживаниям личности[3, с. 167].

Психосинтез -- явление сложное. Он возник как компенсация недостатков психоанализа и экзистенциальной психологии. Главное значение в психосинтетической работе придается волевым функциям личности; в методику воздействия на личность включаются различные компоненты, связанные с обдумыванием и анализом различных стадий ролевых процессов, мотивации, выбора решений, актуализации волевой направленности личности.

Однако было бы неверным не замечать существенных различий между психосинтезом и экзистенциальной психологией. В отличие от последней психосинтетическое направление придает большое значение творческим началам в человеке, явлениям самосознания и озарения. Ощущения одиночества и симптомы дереализации представители психосинтеза не рассматривают в качестве патологических и конечных, как это делают ортодоксальные психиатры, а скорее считают их функционально-компенсаторными.

Тренировка эмпатических потенциалов человека и способности «вчувствования в проблемы другого» оказывается важным процессом синтеза личности. Методика психосинтеза выполняет профилактические функции «гигиены общения».

В психосинтетической концепции привлекают активная позиция, к которой призывается личность в процессе работы над собой, а также ориентация в работе на сознательный уровень, на интеграцию участников взаимодействия. Эти установки в психотерапии были в свое время разработаны советскими психотерапевтами В. Н. Мясищевым, М. М. Кабановым, П. В. Ивановым, И. 3. Вельвовским, М. С. Лебединским и др[3, с. 159].

Ролевая психотерапия осуществляется с помощью нескольких технических приемов. Она может быть программированной или импровизированной, существует также множество вариантов в зависимости от числа участников (от монологического представления или диалога между двумя лицами до ансамблевой игры).

Ролевое взаимодействие проходит три фазы: 1) начальные приготовления к проигрыванию ситуаций; 2) кристаллизация группы и коллектива, «разминка» и определение «протагониста», импровизация или инсценизация конфликта; 3) дискуссия с рекомендациями по перестройке структуры роли и поведения в группе и обществе.

Темы, выбираемые для деловой игры, не должны быть чрезмерно приземлены. Хотя они создаются на основе опыта участников, нельзя директивно ограничивать мечтания и фантазирование. Темы должны отражать нерешенные личностные проблемы, а также учитывать общий эмоциональный климат группы и социометрический статус ее участников. На роль «протагониста» желательно назначать человека, пользующегося авторитетом и популярностью. Необходимо также, чтобы он обладал находчивостью, жизненным опытом, некоторыми специальными психическими свойствами и т. д.

Наиболее часто применяется техника «смены ролей», например, при создании более благоприятных условий для взаимопонимания «отцов и детей». Вначале следует представление «прямых ролей», а затем «смена ролей». Такое столкновение конфликтующих в последующем приводит к нейтрализации и разрешению драматических коллизий, к правильному адаптивно-интегративному исполнению жизненных ролей.

Вторая распространенная методика -- «дублирование ролей». Каждый из участников поочередно реализует одну и ту же конфликтную ситуацию, что способствует лучшему пониманию им символики собственной жизненной роли, нахождению недостатков и так называемому пробуждению рефлексивного «я». Каждый человек имеет не один, а множество образов собственного «я», себя, рассматриваемых им под разными углами зрения: каким он видит себя в данный момент, каким он стремится стать, каким должен быть (исходя из моральных принципов и требований общества или данной микросреды), каким он хотел бы выглядеть в глазах окружающих.

Третья методика - «зеркальная». Даются портрет кого-то из присутствующих на сеансе и его проблема. Сам человек не называется. В таком случае создается возможность быть не только актером и режиссером, но и зрителем собственной драмы и собственного поведения. Возникающие объективные проявления реакций - молчание или замкнутость, натянутость отношений с окружающими или, наоборот, сочувствие свидетельствуют о «попадании в цель» драматического представления конфликта. Неназойливо предлагаются рекомендации по дальнейшему поведению и снятию этого конфликта. Адекватное переживание изображаемым человеком своих реакции вызывает сочувствие окружающих. В целом и эта методика способствует возникновению эмпатии к чужим реакциям.

Четвертой может быть выделена «методика близнецов». Разыгрываются определенные сцены, отражающие хронологию событий в прошлом, настоящем и будущем в биографии героя.

Очередная, пятая, методика -- «солилоквиум». Участник делится с аудиторией своими переживаниями или свободными ассоциациями, осознавая при посредстве зрителей адекватность или неадекватность своих поступков. Шестая методика - «монологическая». Один из участников говорит, что приходит в голову, а остальные тут же комментируют высказанное, составляя психологический «портрет» исполнителя монолога. Возможен вариант монолога с комментариями кого-то одного, лучше всего «alter ego». Комментарии психотерапевта в это время излишни, он только наблюдает за импровизацией, делая выводы диагностического и прожективно-интегративного плана[4, с. 96].

Последней в этом ряду нужно отметить методику «конфликтной перебивки», когда в процессе диалога в разговор вклиниваются с замечаниями двое других лиц, они стремятся расширить сферу поисков путей к разрешению конфликта за счет способов иных, нежели способы, намеченные в сценарии или предложенные первыми участниками импровизированного тематического диалога. Иногда первых не предупреждают о том, что будут предлагаться иные решения, и они исполняют свои роли в неожиданных условиях «конфликтной перебивки». Возможен вариант сюжетной «перебивки», когда присутствующие поочередно предлагают новый конец сценария, инспирирующий поведение героя, адекватное поставленным задачам.

# 2. Терапевтический эффект деловой игры

Игра - это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

Мотивация игровой деятельности обеспечивается ее добровольностью, возможностями выбора и элементами соревновательности, удовлетворения потребностей, самоутверждения, самореализации.

В структуру игры как процесса входят[5, с. 88]:

· Роли, взятые на себя играющими;

· Игровые действия как средства реализации этих ролей;

· Игровые употребления предметов, т. е. замещение реальных вещей , условными;

· Реальные отношения, условными;

· Сюжет - область действительности, условно воспроизводимая в игре.

Деловая игра обладает существенным признаком - чётко поставленной целью обучения и соответствующим ей результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются познавательной направленностью.

Большинство деловых игр отличает следующие черты:

свободная развивающая деятельность, предпринимаемая лишь по желанию человека, ради удовольствия от самого процесса деятельности, а не только от результата

творческий, в значительной мере импровизационный, активный характер этой деятельности («поле творчества»);

эмоциональная приподнятость деятельности, соперничество, состязательность, конкуренция («эмоциональное напряжение»);

наличие прямых или косвенных правил, отражающих содержание игры, логическую и временную последовательность ее развития.

Деловые игры считаются одним из методов тренинга. Это действительно так, однако, этот метод имеет целый ряд характерных и только ему присущих признаков, что позволяет выделить его как отдельную, заслуживающую особого внимание форму обучения.

Она довольно сложна в реализации, требует большой подготовки - разработки игрового кейса (проблемной ситуации, задачи для решения), продумывания многоальтернативности решения, подготовки рабочих материалов и реквизита, которые обычно используются в деловой игре, написания ролей (если используются приёмы ролевой игры). Однако, деловые игры при их грамотной подготовке и проведении обычно «на ура» воспринимаются обучаемыми, дают практически 100%-ную включенность членов группы в игровой процесс, и порой порождают неожиданные, очень ценные результаты работы группы[1, с. 66].

Видимо, в каждом из нас до сих пор живет ребёнок, поэтому формат игровой деятельности изначально заряжает позитивом и желанием поучаствовать. Кроме того, у участников появляется игровой азарт - желание решить сложную задачу или выиграть мини-группой или лично. В основе деловой игры обычно лежит т.н. «игровой кейс» - проблемная ситуация, или детальное описание условий, в которых участники должны выполнить те или иные действия для достижения цели. Иногда в основу игры закладывается не игровой, а реальный кейс, и тогда работа проводится над ним. Однако, мы склонны считать «работу над реальным бизнес-кейсом» отдельной методикой, причем не столько обучения, сколько модерации, об этом можно прочитать в соответствующем разделе сайта.

Деловые игры относятся к групповой форме психотерапии.

Групповые формы психотерапии - это такие формы работы с клиентами, при которых группы людей регулярно встречаются под руководством специально подготовленного специалиста (психолога / психотерапевта) для разрешения эмоциональных конфликтов, преодоления напряженности, коррекции отклонений в поведении и снятия иных симптомов эмоциональных расстройств. Применяя вербальный и невербальный способы коммуникации, Ведущий помогает членам группы, состоящей обычно из 5-12 человек, глубже познать самих себя и добиться таких психологических изменений, которые обеспечивают улучшение эмоционального и физического состояния, а также способствуют их личностному росту. В зависимости от своей подготовки и взглядов психотерапевт может использовать аналитическую терапию либо иные психотерапевтические подходы и методы.

Как правило, понятие «групповая психотерапия» применяют в двух смыслах:

В более узком - как использование группового метода в лечебных целях, обычно для лечения различных психических расстройств в рамках медицинских учреждений.

В более широком - как психотерапевтический метод, использующий факторы групповой динамики для решения эмоциональных, личностных, поведенческих проблем людей, а также для совершенствования личности.

Деловая игра выполняет следующие важные функции[4, с. 112]:

Функция социализации.

Игра - есть сильнейшее средство включения работника в систему общественных отношений, усвоения им богатств культуры.

Функция самореализации в игре как «полигоне человеческой практики».

Игра позволяет, с одной стороны, построить и проверить проект снятия конкретных жизненных затруднений в практике сотрудника, с другой - выявить недостатки опыта.

Коммуникативная функция игры ярко иллюстрирует тот факт, что игра -- деятельность коммуникативная, позволяющая сотруднику войти в реальный контекст сложнейших человеческих коммуникаций.

Диагностическая функция игры предоставляет возможность руководителю организации диагностировать различные проявления сотрудника (интеллектуальные, творческие, эмоциональные и др.). В то же время игра - «поле самовыражения», в котором сотрудник проверяет свои силы, возможности в свободных действиях, самовыражает и самоутверждает себя.

Терапевтическая функция игры заключается в использовании игры как средства преодоления различных трудностей, возникающих у сотрудника в поведении, общении, учении.

Эффект игровой терапии определяется практикой новых социальных отношений, которые сотрудники получают в деловой игре. Именно практика новых реальных отношений, в которые деловая игра ставит человека с коллегами, отношений свободы и сотрудничества, взамен отношений принуждения и агрессии, приводит в конце концов к терапевтическому эффекту

Функция коррекции - есть внесение позитивных изменений, дополнений в структуру личностных показателей сотрудника. В игре этот процесс происходит естественно, мягко.

Говоря о степени эффективности деловой игры, можно отметить, что в результате ее проведения у участников наблюдается:

снижение эгоцентрических тенденций в поведении и мышлении;

обостряется социальная чувствительность;

актуализируется творческий потенциал;

уменьшается самоконтроль;

формируется установка на восприятие новой информации;

расширяются стереотипы;

снижается порог принятия точки зрения другого;

повышается адекватность самооценок и взаимооценок.

Деловые игры, заставляя участников использовать свой прошлый опыт, предоставляют им автономное пространство для развития собственных представлений и действий. Обязательное условие каждой игры заключается в том, что каждый участник принимает решения самостоятельно, а это не всегда происходит в реальности, в результате игра становится тренингом креативности. Одним из главных плюсов деловых игр является то, что они, моделируя реальность, позволяют радикально сократить время накопления опыта, позволяют повернуть ход возможных событий, попробовать разные стратегии.

деловой игра терапевтический психотерапия

# Заключение

Терапевтическая функция деловой игры заключается в использовании игры как средства преодоления различных трудностей, возникающих у человека в поведении, общении, учении.

Эффект игровой терапии определяется практикой новых социальных отношений, которые сотрудники получают в деловой игре. Именно практика новых реальных отношений, в которые деловая игра ставит человека с коллегами, отношений свободы и сотрудничества, взамен отношений принуждения и агрессии, приводит в конце концов к терапевтическому эффекту.

В противовес унылой и назойливой дидактике, отнюдь не лучшему способу воспитательного воздействия на личность, ролевая психотерапия является вспомогательным методом, эмоционально склоняющим человека к исполнению положительной жизненной роли. Дальнейшее накопление опыта ролевой психотерапии позволит разработать более четкие показания к ее применению, оцепить ее психодиагностические возможности, уточнить формы и приемы, связанные с проведением психотерапии методами «перевоплощения» и «отчуждения» от роли.

Успешная интеграция личности приводит к гармонизации ее отношений с собой и с другими людьми за счет адекватного ролевого поведения. В социальной психологии, как известно, в термин «ролевое поведение» вкладывается понятие устойчивого шаблона поведения и зависимости от тех пли иных ожиданий членов группы. Благодаря использованию человеком ролевых функций игровое общение позволяет ему адаптироваться к сложному миру людей и вещей, создает положительный «психологический баланс» между личностью и общностью. Ролевая игра также дает возможность правильно ориентироваться в экстремальных ситуациях, способствует выработке навыков культуры общения и устранению дезадаптивных форм реагирования.

На основе методов групповой психотерапии создаются и психогигиенические приемы, оказывающие оздоравливающее влияние на работу целых коллективов и оптимизирующие их деятельность. Обучение приемам общения имеет в основном психопрофилактическое значение. Использование деловых игр в работе с лицами, страдающими от неблагоприятных условий общения, позволяет осуществить ряд профилактических мероприятий. Так, например, с помощью методики «смены ролей» можно помочь общающимся осознать, что психическая напряженность обычно возникает у них в условиях «альтруистической нравственной недостаточности», ведущей к гиперболизации жизненных трудностей и к переоценке недоброжелательности окружающих.

# Список использованной литературы

. Абчук В.А. Директорский «хлеб»: Занимательно об управлении. - СПБ.: 2008. - 208с.

2. Быченко Ю.Г. , Красильников О.Ю. Деловые игры в школе бизнеса. - Саратов: СГУ, 2010. -135с.

. Вудкок М., Фрэнсис Д. Раскрепощенный менеджер. Для руководителя-практика: Пер. с англ. -М.: «Дело», 2009. -320с.

. Геронимус Ю.В. Игра, модель, экономика. -М.: «Знание», 2009. -218с.

. Дарвиш О. Б. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под. ред. В. Е. Клочко. - М., 2008. - 565с.

. Кузин Ф.А. Делайте бизнес красиво. Этические и социально-психологические основы бизнеса.-М.: ИНФРА -М. 2009. -288 с.