ОНЛАЙН-ФЕСТИВАЛЬ ИГР, КАК ИНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГА, ПСИХОТЕРАПЕВТА, СПЕЦИАЛИСТА ПОМОГАЮЩИХ ПРАКТИК

ONLINE FESTIVAL OF GAMES, AS A TOOL OF A PSYCHOLOGIST, PSYCHOTHERAPIST, SPECIALIST OF HELPING PRACTICES

УДК 159.92

Суворова Елена Валентиновна – доктор психологии, заведующая кафедрой когнитивных наук, проективных методик и игровых технологий в Международной Академии Духовного Развития и Инновационных Технологий (г. Москва). Бизнес-тренер, коуч, игропрактик, эксперт по мотивации и личной эффективности. Автор проекта «ТВОЯ ИГРА - ТВОЕ ВРЕМЯ» - проект номинирован на Национальную премию по психологии «Золотая Психея» в 2020 году. Автор более двадцати трансформационных игр и других проективных методик. Эксперт программ на ТВ. Организатор международного онлайн-фестиваля «Полезные игры». Россия, Москва, suv-elena@yandex.ru +7(985)923-63-04

Mrs. Elena Valentinovna Suvorova – doctor of psychology, Head Of the Department of Cognitive Sciences, projective techniques and game technologies at the International Academy of Spiritual Development and Innovative Technologies (Moscow). Business trainer, coach, game-practitioner, expert of motivation and personal performance. Author of the project “YOUR GAME - YOUR TIME” - nominee in the National Psychology Award “Golden Psyche” in 2020. Author of more than a twenty transformational games and other projective techniques. Expert of the programs on TV. Organizer of the International online festival "Useful games". Russia, Moscow, suv-elena@yandex.ru +7(985)923-63-04

Аннотация: Статья посвящена онлайн-фестивалям игр, как современному массовому инструменту работы для психологов, психотерапевтов, игропрактиков, специалистов помогающих профессий. В статье приводятся реальные примеры и отзывы участников онлайн-фестивалей.

Abstract: The article is devoted to online game festivals as a modern mass work tool for psychologists, psychotherapists, game practitioners, and specialists in helping professions. The article provides real-life examples and reviews of participants of online festivals.

Ключевые слова: онлайн-фестиваль, фестиваль игр, инструмент психологической поддержки, трансформационная психологическая игра, игропрактика, психология, полезные игры, фестиваль полезные игры.

Keywords: online festival, game festival, psychological support tool, transformational psychological game, igropractic, psychology, useful games, useful games festival.

2020 год стал необычным для всего человечества. Все человечество получило вызов, проверку на жизнестойкость, на умение адаптироваться и преодолевать собственный страх, меняться, выживать. Это существенно повлияло и на инструментарий психологов и специалистов помогающих профессий. Во времена «массового психоза» инструментом психолога становятся массовые мероприятия, такие как международный онлайн-фестиваль игр. Именно этот инструмент позволил быстро объединить людей несмотря на их физическую разрозненность и изоляцию. Воодушевить и вдохновить, несмотря на неопределенность будущего и поток негативной информации в СМИ. Онлайн-фестиваль стал самым эффективным инструментом быстрой и эффективной психологической помощи людям.

В этом году человечество испытало сильный стресс. Миллиарды людей испытали страх за своё здоровье, за здоровье своих детей и близких, за свою жизнь, за свою свободу, за своё будущее. В марте-апреле эмоциональное

напряжение было особенно высоко. Ситуация усугубилась тем, что люди были лишены возможности встречаться, общаться, соприкасаться друг с другом. Социальная дистанция и изоляция невидимыми барьерами стали отдалять людей друг от друга, разрушая связи и отношения. В целом ситуация выглядела как кризис планетарного масштаба, коснувшись абсолютно каждого жителя Земли.

Именно в это время был организован и проведен Первый Международный онлайн-фестиваль «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ». Уже по первому фестивалю стало понятно, что это не просто мероприятие, и даже не просто событие, это инструмент, с помощью которого специалисты помогающих профессий – психологи, коучи, игропрактики, МАК-консультанты и т. д. могут открыто и активно взаимодействовать сразу с большим количеством участников фестиваля – своими потенциальным клиентами. Могут в рамках фестиваля вести просветительскую и психотерапевтическую работу. И эта работа полезна для каждого участника.

Если сами трансформационные игры – это инструмент специалиста помогающих практик для работы с клиентскими запросами и состояниями индивидуально или в малых группах, то фестиваль игр в этом 2020 году превратился в полноценный инструмент массовых психотерапевтических интервенций. Инструмент оказания психологической поддержки, помощи, способ проведения просветительской работы в области психологического образования, инструмент массового воздействия на эмоциональное состояние участников игр.

Именно это показали проведенные в 2020 году онлайн-фестивали «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ». Именно поэтому фестивальное движение в онлайн стало активно набирать обороты именно в этом году, когда огромному количеству людей понадобилась психологическая помощь, а возможности ее получить резко сократились, именно об этому каждый отзыв всех участников фестивалей, как игроков, так и ведущих.

Как ученый и исследователь в области психологии, я продолжаю свою научную работу, а как человек и гражданин с уверенностью могу сказать, что пришло новое время массовых изменений, требующее инструментов массовой терапии и психотерапии. Именно такими инструментами становятся все формы групповой работы онлайн: семинары; вебинары; конференции в скайп и в zoom, и, конечно же, онлайн-фестиваль.

С 2020 года онлайн-фестиваль это не просто событие, это инструмент работы психолога и психотерапевта. Инструмент массового взаимодействия и массового воздействия. Инструмент, за которым большое будущее.

Это наглядно показывают и подтверждают сотни и тысячи отзывов участников. Приведу лишь некоторые из них.

Отзывы

««Да что я здесь делаю?»

Подумала я после знакомства со всеми участниками игры.

Меня окружали опытные игроки, психологи, тета-практики и коучи. Все они были хорошо знакомы с темой трансформационных игр. А у меня опыта как у выпускницы. Однако несмотря на отсутствие игровой практики, я была полна энергии и энтузиазма погрузиться в новый для себя мир.

В каждой игре я с готовностью следовала за ведущим и всё дальше погружалась в себя. Так, тут рисуем мандалы. А вот для следующего хода тебе необходимо глубоко подышать. Слушаешь ритм в своей голове и танцуешь! Задания в каждой игре были непредсказуемые. Тем интереснее и увлекательнее был процесс погружения в работу над собой.

Удивляюсь, с какой лёгкостью меня направляли в нужное именно мне русло. Задавая вопрос своему внутреннему, «Я», пыталась найти подходящие ответы. Но они не были однозначными. Я получила необходимые мне подсказки и направление, в какую сторону смотреть, на что в своей жизни обратить пристальное внимание. По итогу мне предстояла продолжительная работа над собой.

Я наблюдала за компанией, собравшейся вокруг виртуального игрового стола. Насколько же разными и порой противоположными могут быть взгляды на одну и ту же ситуацию?! Как наше личное отношение окрашивает в тот или иной цвет происходящее. И как же здорово, что мой первый опыт был в кругу знающих людей. За счёт этого игра проходила открыто и динамично. Обстановка в эфире стояла расслабленная. Игроки вели себя раскованно и откровенно рассказывали о своих ощущениях.

Два дня я провела в совершенно иной реальности. И эти дни перевернули мой мир. Появилось более глубокое понимание своей жизни. Пришло осознание, чего я хочу на самом деле, и как мне этого достичь.

Это было мое первое знакомство с ПОЛЕЗНЫМИ ИГРАМИ. Это было моё первое глубокое знакомство с собой». Это прислала Трофимова Анна, одна из участниц первого фестиваля «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ», который проходил 25-26 апреля 2020 года. Впоследствии Анна сама приняла решение стать ведущей т-игр и начала обучение на курсе по психологии. Сейчас она завершила обучение и успешно защитила дипломную работу по профессии «Психолог-игропрактик».

Такие и аналогичные отзывы после нашего первого фестиваля «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ» стали поступать со всех сторон. (Рис.1,2,3).

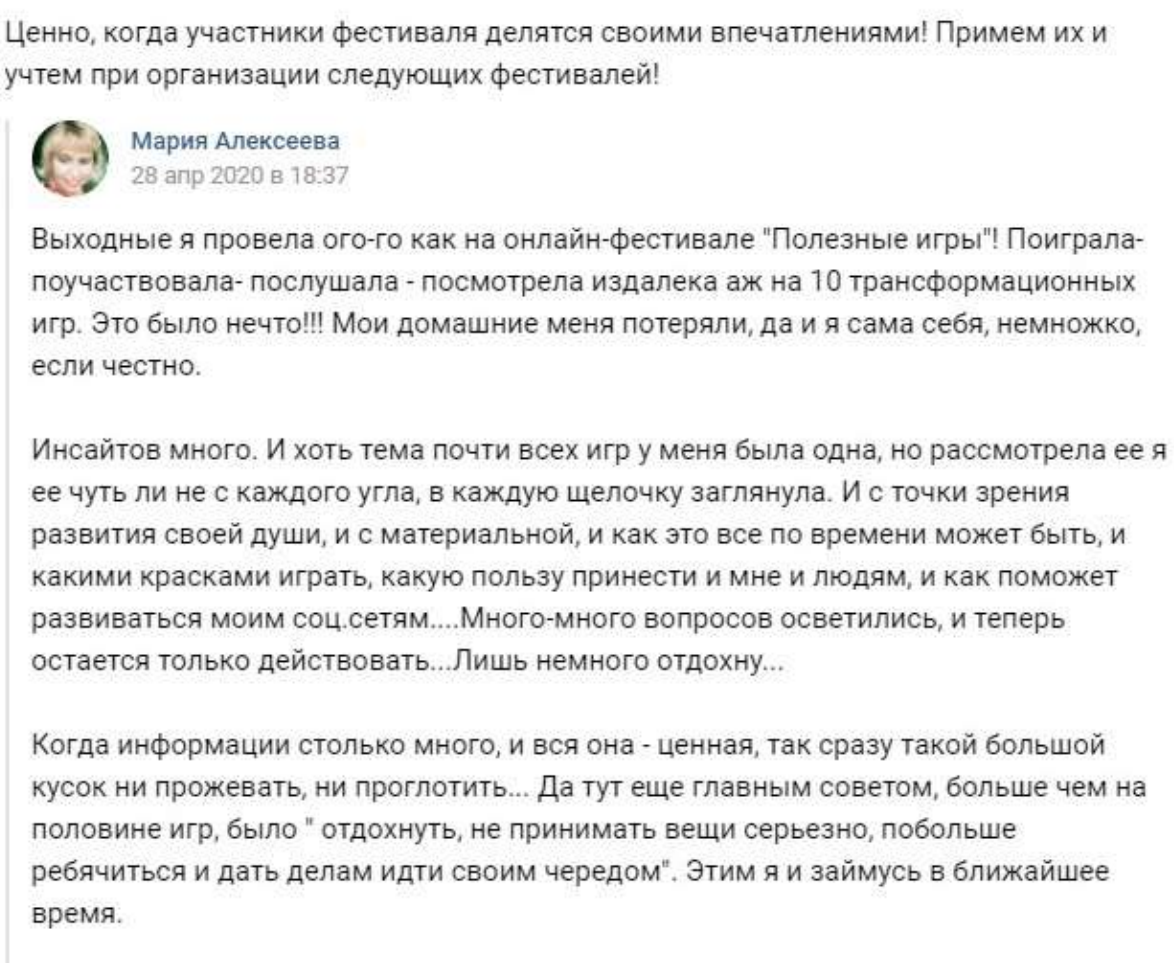

Рис. 1. Отзыв о фестивале ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

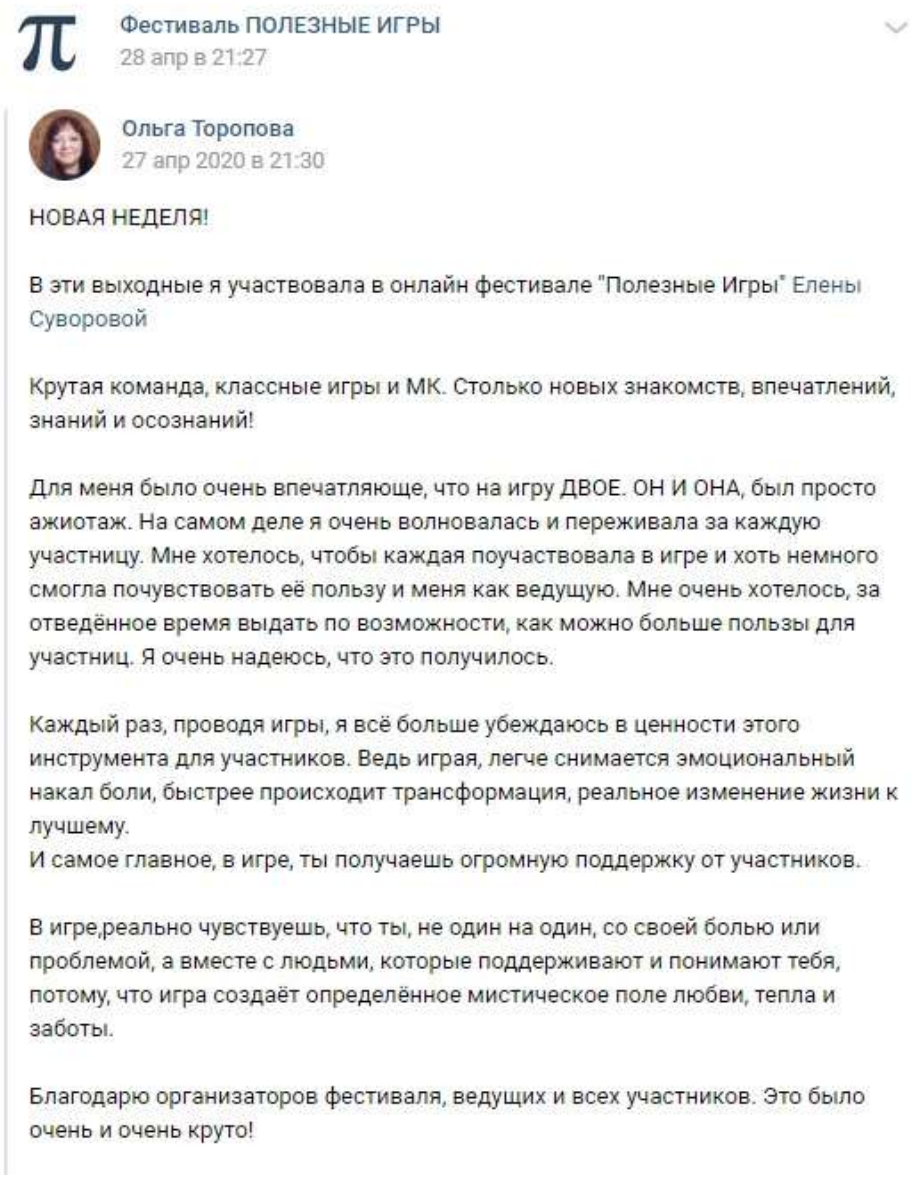

Рис. 2. Отзыв о фестивале ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

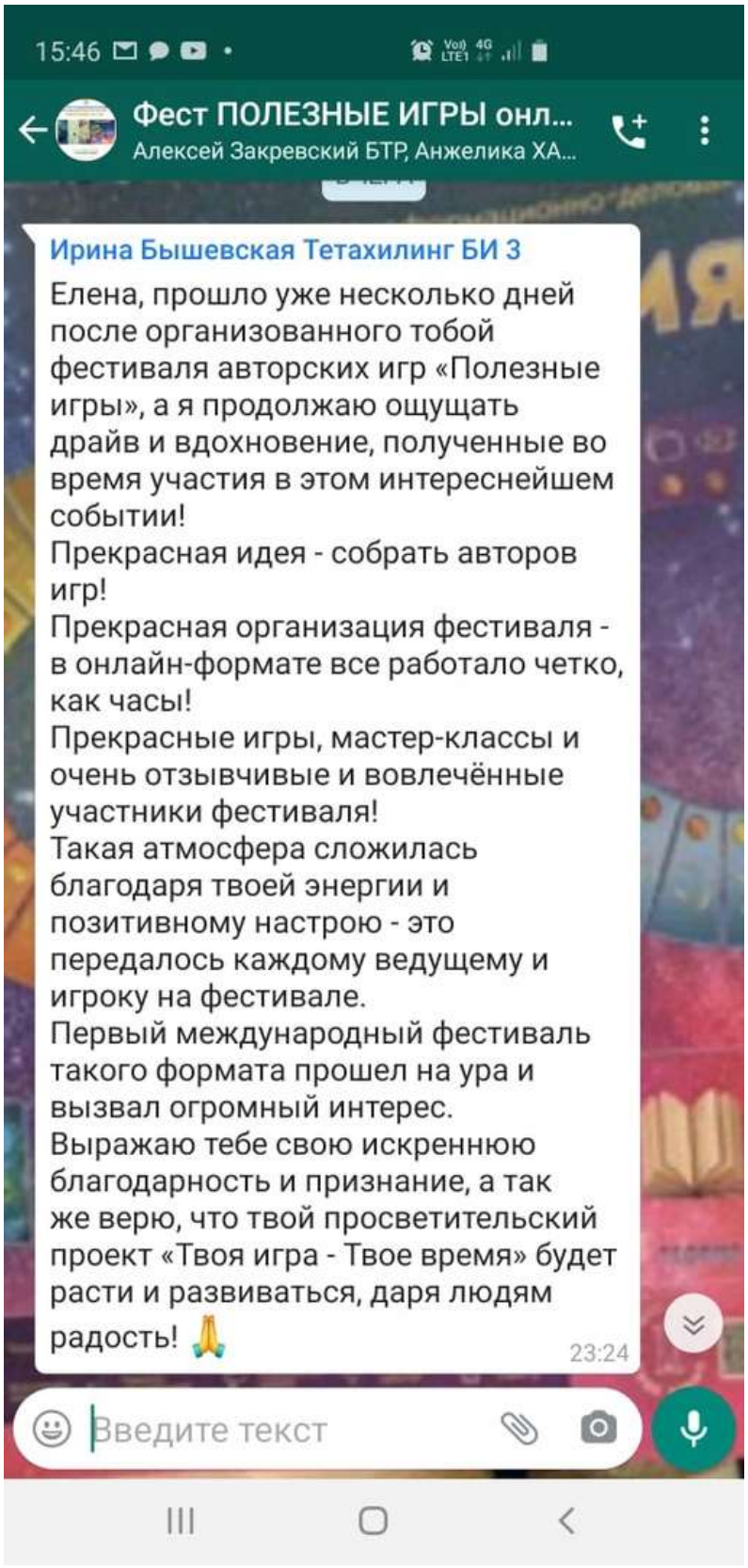

Рис. 3. Отзыв о фестивале ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

Денис Занченко: «Прекрасный фестиваль! Благодарю за массу интересной информации, возможность послушать мастер-классы, поиграть в

разные игры! Проведена огромная подготовительная работа! Вся команда сработала отлично, и вы все прекрасно организовали! Творческих успехов и дальнейшего плодотворного сотрудничества!»

«За последнее время фестиваль игр стал для меня самым радостным и ярким событием. И это даже не за месяцы, а за годы» - Татьяна Дмитриева, участница фестиваля «Полезные игры» 25-26 апреля 2020 г.

Отзыв Светланы Максимовой – кандидата психологических наук, игропрактика, автора игр, автора более 70 статей, монографии «Творчество: созидание или деструкция»

О преимуществах онлайн-фестиваля «Полезные игры»:

«Получила огромное удовольствие от фестиваля, и как ведущий, и как участник. Гораздо большее, чем от других фестивалей офлайн. Впервые участвовала в таком формате и вижу в этом большие преимущества: во-первых, участники находятся дома, в привычной обстановке, чувствуя себя более защищёнными и, в связи с этим происходит более глубокое взаимодействие. В перерывах можно хорошо отдохнуть, а не думать, где бы перекусить и толпиться в очередях. И играть можно лёжа! Можно гулять и двигаться в процессе игры! Обычно на фестивалях, от 8-ми часового сидения за столом, мягко говоря, устаешь, особенно когда ждёшь своей очереди. А тут можно что-то поделать с наушниками в ушах, при этом внимание на слушании больше, чем очно и тебя не отвлекают физиологические потребности. Можно чаю попить в процессе. В любой момент можно отключить видео и не надо «держать маску». Ты также можешь регулировать сам степень своей включенном. И, если что, в любой момент просто «выйти из игры» без объяснений и все. Все ведущие были очень профессиональны, держали поле группы, чувствовали участников. Ощущалась большая поддержка и внимание, хотя, как ведущий могу сказать, что чисто технически сложно всех отследить. Здорово, что можно оставить ссылки, контакты, карточки, обратную связи в группах в Скайпе, где проходила игра, вернуться туда и продолжить общение

и с ведущим, и с игроками, и просто вспомнить, актуализировать, что было на игре, в отличие от офлайна, когда к концу дня уже все перемешалось в голове. Большой плюс в том, что сами авторы вели свои игры, чувствуется, как они любят свои детища! Да, были технические сложности. Особенно, когда у участников помехи, ты ничего не можешь с этим сделать. С другой стороны, это - естественный отбор - останутся те, которым это дарит Вселенная. Да и повод задуматься - а что у меня со связями? Например, что я не слышу? Почему меня не слышат? Люди проявляют интерес, но уходят из-за плохой связи. В общем, богатый опыт, состояние наполненности. Мощная команда профессионалов! Спасибо за четкую организацию в сочетании с очень теплой и радостной атмосферой. На любой вопрос тут же получала четкий ответ и помощь. Хорошее начинание и дай Бог развития и продолжения!»

А настроение на онлайн-фестивалях игр выглядит вот так! (Рис.4).



Рис. 4. Участницы игры «Деньги по-женски» на онлайн фестивале ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

И, конечно, отзывы участников (Рис. 5,6,7,8).

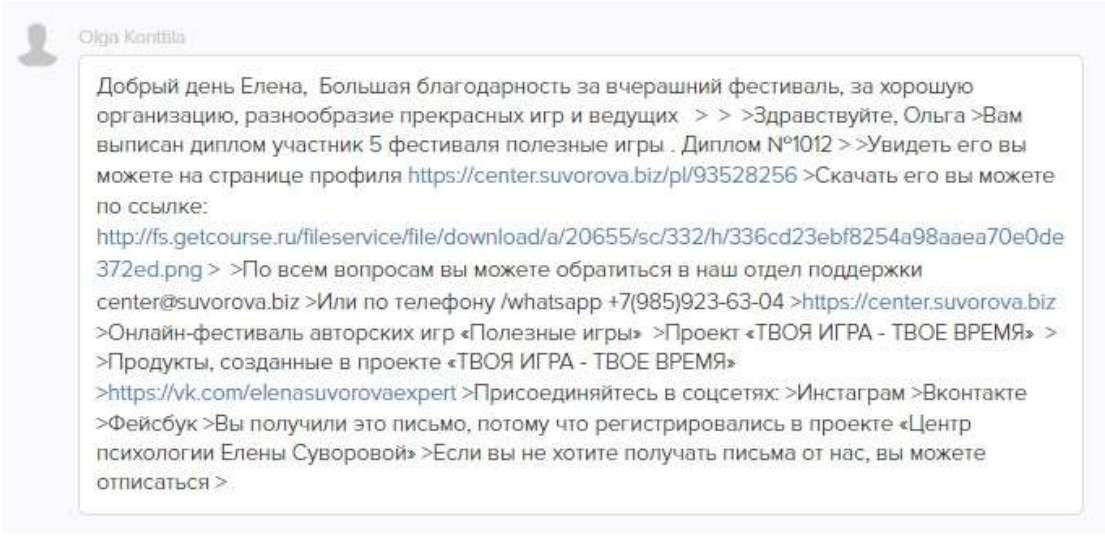

Рис. 5. Отзыв из чата после окончания фестиваля.

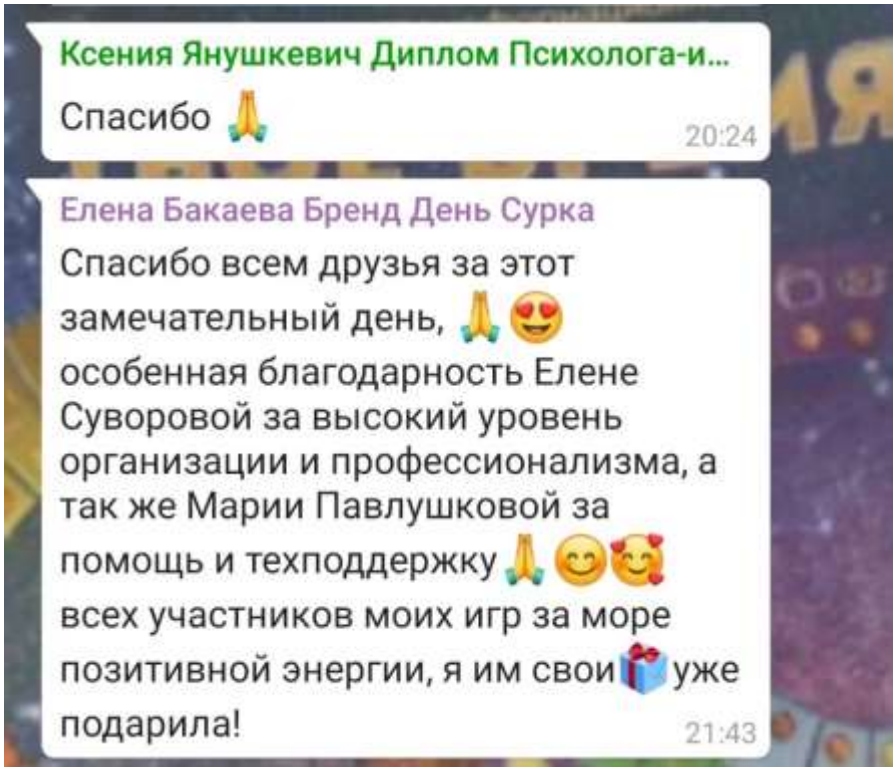

Рис. 5. Отзывы участников фестиваля ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

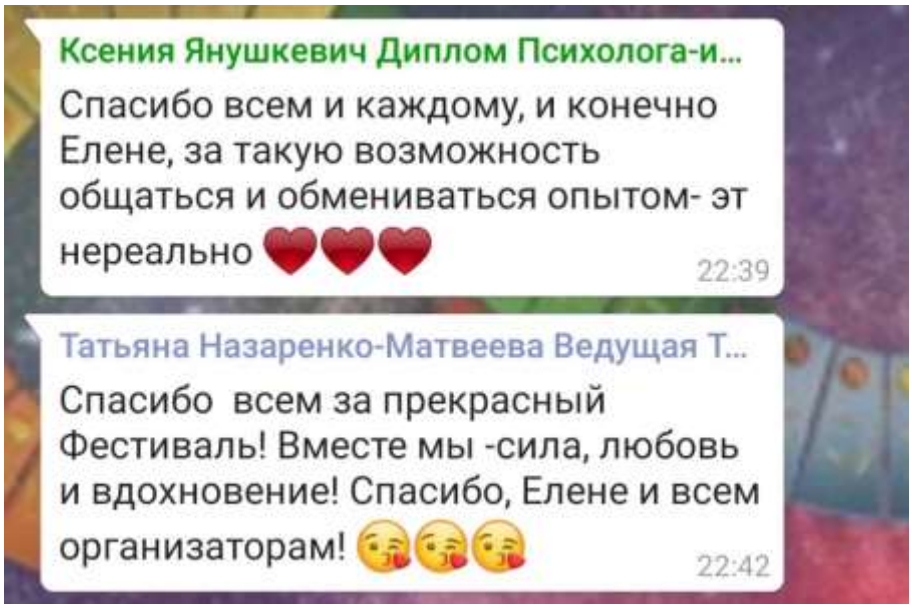

Рис. 7. Отзывы участников фестиваля ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

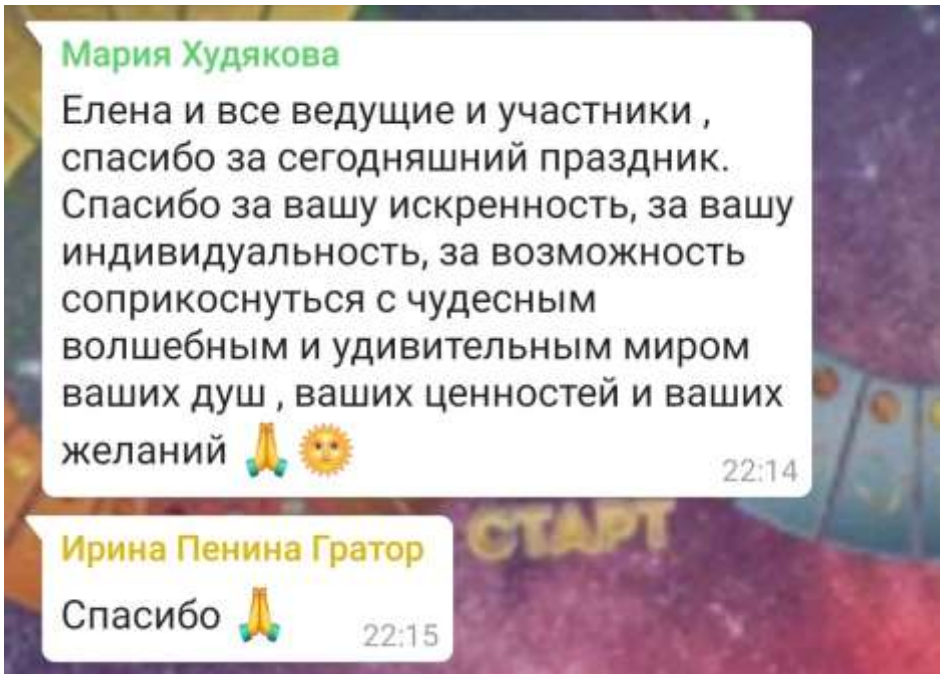

Рис. 9. Отзывы участников фестиваля ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

Конечно, когда мы начинали проводить Международный онлайн-фестиваль «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ», мы даже не могли предположить, что само мероприятие станет лучшим инструментом для психологов, психотерапевтов и игропрактиков, позволяющим им легко и быстро представлять свои методики, давать людям возможность пользоваться ими, пробовать их, прорабатывать свои запросы с их помощью, делать это регулярно.

Цель фестиваля:

Популяризация психологических инструментов и игропрактики, как инструмента работы с клиентскими запросами, для широкой аудитории людей ранее не знакомых с этими инструментами или относящихся к ним с недоверием. Чтобы люди знали и понимали силу трансформационных игр, ценность своевременного обращения со своими вопросами к психологу, игропрактику. Пользовались этим инструментом и достигали своих целей!

Задачи фестиваля:

Предоставление всем желающим возможность участвовать в разных т-играх, делать это удаленно, не выходя из дома, не зависимо от ограничений на массовые мероприятия.

Благодаря участию в онлайн-фестивале «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ» своевременно разрешать свои личные и профессиональные вопросы, привносить в свою жизнь и деятельность легкость игры, радость общения и своевременную психологи чествую поддержку.

Оказание ненавязчивой, но эффективной психологической поддержки людям в период пандемии и карантина. Мы просто играем, и мы просто преодолеваем страхи и живем дальше, готовые к переменам и адаптируемся к новым реалиям жизни.

Актуальность, социальная и практическая значимость онлайн-фестиваля:

1. Укрепление психического здоровья граждан России. Предоставление широкому кругу людей возможности пользоваться услугами организаторов и участников проекта.

2. Реальная помощь людям в достижении их целей, успеха в жизни.

3. Повышение доверия широкого круга людей к профессиональным психологам, психотерапевтам, игропрактикам, коучам и тренерам через демонстрацию пользы работы специалистов помогающих практик для каждого человека непосредственно во взаимодействии на фестивале ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ.

4. Знакомство с терапевтической трансформационной игрой, как мягким и эффективным инструментом психологической помощи человеку.

5. Знакомство с метафорическими ассоциативными картами (МАК), как инструментом психолога-игропрактика и инструментом, доступным каждому человеку.

6. Предоставление каждому желающему или сомневающемуся в полезности или эффективности этих инструментов возможностей получить свой личный практический опыт их использования:

7. Повышение уровня лояльности людей к психологическим играм и просвещения их в вопросах психологии, психотерапии, важности своевременного обращения к специалистам помогающих профессий: психологам, коучам, игропрактикам.

Благодаря проведению Международного онлайн-фестиваля ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ за 2020 год была охвачена аудитория более 1000 человек, нуждающихся как в знаниях и инструментах, так, порой, и просто в психологической поддержке, поскольку самостоятельно не могли преодолеть свои травмы страхи, обиды, а обращение к психологу считали для себя неприемлемым.

Более 200 авторов игр и ведущих игр научились вести игры в онлайн-формате, для многих это было впервые.

Научная значимость

1. Накопление большого количества фактов позитивных изменений в жизни участников игр, о чем свидетельствуют их многочисленные отзывы и публикации в соцсетях, подтверждающие эффективность использования методов психологических трансформационных игр и МАК – метафорических ассоциативных карт.

2. Повышение уровня требований к качеству самих трансформационных игр, компетенциям и навыкам ведущих т-игр.

3. Описание компетенций, необходимых психологу-игропрактику для успешно профессиональной деятельности.

4. Понимание чему и как обучать профессиональных психологов-игропрактиков для формирования у них необходимых компетенции.

5. Подготовка полноценной программы обучения для психологов-игропрактиков и первого учебника для курсов профессиональной переподготовки на базе первого высшего образования по профессиям «Психолог-игропрактик, применение игровых технологии в познании, образовании, психологическом консультировании и практике помогающих профессий» и «Психолог-игропрактик, разработчик игровых технологий для обучения, психологического консультирования и применения в практике помогающих профессий».

Фестиваль «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ» – Международный и полностью реализован в онлайн.

Основные результаты и выводы

Международный онлайн-фестиваль «ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ» стал практически первым регулярным фестивалем трансформационных игр, который организовывался и проводился в этот трудный для всего человечества период. И он стал не только событием, но и инструментом работы психологов, коучей, игропрактиков сразу с большим количество людей для повышения их уверенности в себе, своем будущем, освобождения от страхов и стрессов, адаптации к новым условиям жизни и повышения жизнестойкости каждого участника фестиваля.

В ближайшее время движение онлайн-фестивалей будет набирать обороты именно потому, что в обществе появилась потребность повышения качества общения, необходимость оперативной психологической помощи людям в их текущих жизненных ситуациях и проблемах.

А задача ученых психологов в это время стать максимально близкими к людям, чтобы накопленные знания и методики стали применяться как можно больше и чаще. Именно это позволит науке наилучшим образом послужить обществу в период пандемии и глобальных перемен.

Литература

1. Апинян Т. А. Игра в пространстве серьезного. Игра, миф, ритуал, сон, искусство и другие. -СПб.: СПбГУ, 2003.
2. Берлянд И. Е. Игра как феномен сознания / Берлянд И. Е. - Кемерово : АЛЕФ, 1992. – 93
3. Бехтерева Н. П. Магия мозга и лабиринты жизни, Издательство: АСТ, 2019 г, 500 с.
4. Блондель Морис. Действие: очерк критики жизни и практической науки, Librorium Editions, апр. 2020, 550.
5. Богомолова Н. Н. Социальная психология массовой коммуникации. Аспект Пресс. 2008.
6. Бредсен Дейл. Нестареющий мозг. Бомбора, 2019 г. Серия: 304 с.
7. Брейден Грегг. «Коды сознания. Измени свои убеждения, измени свою жизнь»/ /Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2009.-320 с
8. Выготский Л. С. Психология искусства, Издательство: АСТ, Neoclassic, 2019
9. Гадамер Г. Г. Актуальность прекрасного — М.: Искусство, 1991.
10. Гадамер Х. Г. Истина и метод / Пер. с нем.; общ. ред. и вступ. ст. Б. Н. Бессонова. — М.: Прогресс, 1988. — 704
11. Суворова Е. В. «Дневниковый метод исследования в игропрактике» Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей “StudNet” 2020 год.
12. Суворова Е. В. «Значение игры в жизни человека» Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей “StudNet” 2020 год.
13. Суворова Е. В. «Игра, меняющая жизнь» Международный научный журнал «Интерактивная наука» Чебоксары 2020 год.
14. Суворова Е. В. «Игра, меняющая жизнь», Монография – Спб., Изд-во «Ниц Арт», 2020 – 216 с.

Literature

1. Apinyan T. A. Game in the space of the serious. Game, myth, ritual, dream, art, and others. -St. Petersburg: SPBU, 2003.
2. Berlyand I. E. Game as a phenomenon of consciousness / Berlyand I. E. - Kemerovo : ALEF, 1992. – 93
3. Bekhtereva N. P. the magic of the brain and the labyrinths of life, publisher: AST, 2019, 500 p.
4. Blondel, Maurice. Action: essay on criticism of life and practical science, Librorium Editions, APR. 2020, 550.
5. Bogomolova N. N. Social psychology of mass communication. Aspect Press. 2008.
6. Bredsen Dale. Ageless brain. Bombora, 2019 Series: 304 PP.
7. Brayden Gregg. "Codes of consciousness. Change your beliefs, change your life"/ /Transl. from English — Moscow: publishing house "Sofia", 2009.-320 p.
8. Vygotsky L. S. psychology of art, publisher: AST, Neoclassic, 2019
9. Gadamer H. G. Heidegger and the Greeks / translation and notes by M. F. Bykova // Logos. — 1991. — No. 2. — Pp. 56-68.
10. Gadamer H. G. What is truth? / Translated by M. A. Kondratieva with the participation of N. S. Plotnikov // Logos. — 1991. — No. 1.
11. Suvorova E. V. "Diary method of research in igropractic" Scientific and educational journal for students and teachers "StudNet" 2020.
12. Suvorova E. V. "The meaning of the game in human life" Scientific and educational journal for students and teachers "StudNet" 2020.
13. Suvorova E. V. "The game that changes life" International scientific journal "Interactive Science" Cheboksary 2020.
14. Suvorova E. V. "The game that changes life", Monograph-St. Petersburg, Publishing House "Sic Art", 2020-216 p.