

Zabawa grupowa jako sposób opracowania fantazji o świecie społecznym

„Jeśli masz rację, to jesteśmy tylko dziećmi, które wymyśliły sobie zabawę. Ale czworo bawiących się dzieci, może stworzyć fantastyczny świat [...]”

(C.S. Lewis, „Opowieści z Narni. Srebrne krzesło”)

Wstęp

W dzisiejszych czasach wiedza, że ludzie potrzebują zabawy, aby dobrze się rozwijać jest niemal oczywista i powszechna. Zabawa jest aktywnością podejmowaną przez dziecko indywidualnie, z osobami dorosłymi, a także z innymi dziećmi. W niniejszym artykule chciałbym przedstawić korzyści płynące z zabawy grupowej z innymi dziećmi. Wspólny czas spędzony z rówieśnikami wpływa na kształtowanie się wyobrażeń na temat świata społecznego.

Spróbuję na przykładzie klinicznym, w odniesieniu do teorii psychoanalitycznych (szczególnie do teorii relacji z obiektem) opisać, jakie znaczenie ma zdolność do zabawy, jej treść oraz zamiany w zabawie grupowej dzieci. Będę chciał pokazać, jak poprzez zabawę mali ludzie dają dostęp do swoich wyobrażeń na temat relacji z innymi. W tekście przedstawiona zostanie technika zabawy, jako model oddziaływania psychoterapeutycznego. Omówiona zostanie historia psychoanalitycznej techniki zabawy, począwszy od myśli Melanie Klein, poprzez Donalda Wooda Winnicotta aż po współczesnych psychoanalityków reprezentujących szeroko rozumiany nurt teorii relacji z obiektem. Pojęmę próbę przedstawienia nie tylko rozumienia nieświadomej treści zabawy dziecięcej, ale także wsparcia przez terapeutę rozwoju zdolności do bawienia się u dzieci w procesie psychoterapeutycznym.

Przytoczony na początku cytat pochodzi z czwartej części popularnej powieści C. S. Lewisa pt. „Opowieści z Narni”. Powieść ta jest napisana w formie baśni. Wybrałem tę właśnie pozycję, aby zwrócić uwagę na znaczenie zdolności do fantazjowania w procesie zabawy. Świat, w którym znaleźli się bohaterowie książki jest tak fantastyczny, że aż nierzeczywisty. Faktycznie często zdarza się, że zabawy dziecięce zaskakują dorosłych swoją kreatywną fabułą czy wręcz niezrozumiałą treścią. Tym bardziej wyjątkowy, czasem trudniejszy do zrozumienia, może być świat stworzony przez grupę dzieci. W zabawie powstaje wspólny świat, ale jest to świat złożony ze światów wszystkich członków grupy, obecna jest wspólna tematyka (zabawa, w którą bawią się wszyscy). Oprócz tego, co grupowe i wspólne, są też sprawy indywidualne każdego członka.

Jest to tzw. nieświadoma fantazja dziecka na temat świata społecznego. Wyraża się ona na przykład w sposobie nawiązywania relacji z innymi osobami w „dziejącej się” zabawie.

Psychoanalityczna technika zabawy

Bawienie się, jako istotny element rozwoju czy edukacji zauważane było przez myślicieli europejskich znacznie wcześniej niż opisana została metoda psychoanalityczna. Postaciami, które pisały o swobodzie w wychowaniu i o zabawie byli m.in.: Jean-Jacques Rousseau (Rousseau, 1762) czy Édouard Claparède. Jednak pierwszą osobą, która zwróciła uwagę na dziecięcą zabawę i jej terapeutyczne znaczenie był Sigmund Freud. To on w 1920 roku, w swoim dziele zatytułowanym „Poza zasadą przyjemności” opisuje zabawę małego chłopca, który bawi się szpulką (Freud, 1920/2019, s. 12- 16). W interpretacji Freuda zabawa ta miała na celu opracowanie lęków związanych z separacją od matki. Przedstawicielką myślenia psychoanalitycznego, która jako pierwsza pracowała z dziećmi była Herminne Hug-Hellmuth (Hug-Hellmuth, 1921). Jednak, jak pisze o niej Klein (Klein, 1955/2019, s. 130), nie analizowała dzieci młodszych niż sześćioletnie, korzystała z materiału rysunkowego i zabawowego, jednak nie opracowała osobnej metody pracy z zabawą. To właśnie Melanie Klein opisała technikę zabawy, która umożliwiła prowadzenie psychoanalizy dzieci młodszych, badanie nieświadomych fantazji dziecięcych pacjentów, czego skutkiem było opracowanie wczesnych trudności i szeroko rozumiany rozwój jednostki. Swoją metodę Klein przedstawiła już w 1923 roku, pisząc artykuł: „Analiza wczesnodziecięca” (Klein 1923/2019, s. 77-107). To w tym tekście Klein zwróciła uwagę, że fabuła zabawy jest reprezentacją wyobrażonego przez dziecko świata i relacji międzyludzkich. Wyobrażenie to jest nieświadome. Dzięki spontaniczności w bawieniu się, przy jednoczesnym poczuciu bezpieczeństwa (za które odpowiedzialny jest setting) możliwe jest badanie nieświadomych przeżyć dziecka. W swojej późniejszej pracy z 1926 roku Klein pisze tak:

„Dzieci w zabawie reprezentują symbolicznie swoje fantazje, pragnienia i przeżycia. Sięgają po ten sam archaiczny, filogenetycznie nabyty tryb ekspresji, który można zaobserwować w wypadku marzeń sennych. Zabawę możemy w pełni zrozumieć, jedynie analizując ją tą samą metodą jaką Freud opracował do odkrywania znaczeń marzeń sennych. Symbolizm stanowi tylko część tego zjawiska. Jeżeli chcemy w pełni zrozumieć zabawę dzieci w powiązaniu z zachowaniem w trakcie sesji, musimy uwzględnić nie tylko symbolizm wyraźnie ujawniający się w zabawach, ale także sposoby reprezentacji i mechanizmy składające się na pracę snu, musimy także pamiętać o konieczności badania całego zespołu zjawisk” (Klein 1926/2019, s. 135)

Według Klein dzieci (podobnie jak dorośli) dość powszechnie korzystają z wyobrażeń. Mechanizm ten pozwala bowiem tworzyć modele dotyczące rzeczywistości, testować je, a także nawiązywać nowe relacje społeczne. U dzieci, w pracy klinicznej, podczas zabawy możemy to zaobserwować w tzw. personifikacji. Dzieci nadają role różnym postaciom w zabawie, które to role mają być częścią fabuły ukazującej nieświadomą fantazję nt. relacji społecznych. Po tym jak dzieci „obsadzają” poszczególnych członków grupy, z kim dzieci identyfikują się w zabawie, możemy zrozumieć, jaką rolę oraz jakie zdolności przypisują sobie w realnym świecie społecznym. Umożliwienie swobodnej realizacji tejże fabuły, pozwala dziecku eksplorować własne wyobrażenie, co ułatwia opracowanie lęków czy intensywnych uczuć popędowych. Jeśli zabawy dziecięce zostaną przyjęte w takiej formie, w jakiej są przez dzieci reprezentowane, pozwala to na przekształcenie wyobrażeń lękowych względem innych osób w wyobrażenia otoczenia jako wartego nawiązania z nim relacji. Klein pisze o tym tak:

„Doszłam do wniosku, że zarówno dorośli, jak i dzieci powszechnie korzystają z mechanizmu polegającego na odwoływaniu się do wyobrażeń, w których występują bajkowe, dobre lub złe postaci. Reprezentują one fazy pośrednie pomiędzy straszliwym superego, całkowicie oderwanym od rzeczywistości, a identyfikacjami bardziej zbliżonymi do rzeczywistości. W trakcie analizy opartej na zabawie obserwujemy, jak te postaci pośrednie stopniowo przekształcają się w macierzyńskich i ojcowskich pomocników (znowu bliższych rzeczywistości)[...]” (Klein, 1929/2019, s. 201)

W trakcie psychoterapii opartej na technice zabawy, która ze swojego założenia opiera się na swobodzie eksploracji nieświadomych fantazji, może pojawić się wątpliwość co do jej zasadności w niektórych momentach procesu. Mianowicie, w chwili w której dochodzi do wyrażania zachowań agresywnych względem siebie, grupy lub terapeuty. Jest to moment trudny dla prowadzącego terapię z różnych względów. Po pierwsze pojawia się pokusa, żeby wszelkie przejawy agresji wyrażonej w zabawie dziecka korygować, zmieniać i poprawiać w celach pedagogicznych. Myślę (za Melanie Klein), że nie jest to najlepsze rozwiązanie. Choć pozornie wydaje się ono właściwe, sprawia, że terapeuta psychoanalityczny wychodzi z roli analizującego nieświadomą fantazję, a wchodzi w rolę wychowawcy. Pomieszanie to może komplikować dalszy proces psychoterapeutyczny. Oczywiście, kiedy dziecko jest wprost agresywne i zagraża sobie, innym uczestnikom grupy lub terapii, należy stanowczo interweniować. Jednak zbyt wczesne i przesadne tłumienie agresji może wywołać efekt odwrotny. To, co terapeuta definiuje jako zasady, może być przeżywane przez dziecko jako odwet na nim, co zamiast pozwolić pracować te uczucia nasila je, powodując eskalację zachowań niepożądanych.

W związku z tym warto dopuścić eksplorowanie agresywnych fantazji poprzez zabawę, czy nawet tzw. ataki werbalne. Klein pisze o tym w ten sposób:

*„Zwykle udaje mi się przekonać dziecko, że nie będę tolerować fizycznych napaści na moją osobę. Postawa ta nie tylko chroni psychoanalityka, ale ma również kapitalne znaczenie dla samej analizy. Nieutrzymane w ryzach tego typu napaści wzbudzają często u dziecka nadmierne poczucie winy oraz silny lęk prześladowczy, utrudniając tylko terapię. Pytano mnie czasem, w jaki sposób powstrzymuję dziecko przed atakowaniem mnie fizycznie, i wydaje mi się, że prawidłowa odpowiedź na to pytanie jest następująca: bardzo uważam, by nie powstrzymywać u dziecka jego agresywnych **fantazji**; wręcz przeciwnie, pozwalam by dało im upust w inny sposób, łącznie z atakowaniem mnie werbalnie. Im bardziej mogłam w porę zinterpretować motywy dziecięcej agresji, tym lepiej udawało mi się kontrolować sytuację.”* (Klein, 1955/2019, s. 136)

Istotną kwestią, na którą należy zwrócić uwagę w terapii psychoanalitycznej opartej na technice zabawy jest setting, czyli rama terapeutyczna. To właśnie rama terapii tj. czas, miejsce itp., która nadaje strukturę sesji, ułatwia dziecku w sposób bezpieczny i przewidywalny eksplorowanie nieświadomych fantazji. To właśnie specjalnie wydzielone miejsce terapii, określony czas jej trwania, stałość członków grupy, dostępność tych samych zabawek pozwala w sposób ciągły tworzyć wyobrażenia na temat świata. Dzięki takim warunkom dziecko ma możliwość testowania rzeczywistości, poznawania reakcji innych członków grupy na różne typy jego zachowania. Twórczyni techniki zabawy na temat stałości (szczególnie miejsca) pisze tak:

„Podobnie jak w przypadku Fritza, zgodziłam się przeprowadzić tę analizę u dziecka w domu, korzystając z jego zabawek; ale w trakcie tej terapii, trwającej zaledwie kilka miesięcy, doszłam do wniosku, że nie należy przeprowadzać psychoanalizy w domu pacjenta. Stwierdziłam bowiem, że choć dziewczynka bardzo potrzebowała pomocy i rodzice zgadzali się, bym spróbowała psychoanalizy, stosunek matki do mnie był bardzo ambiwalentny, a atmosfera ogólnie nie sprzyjała terapii. Co więcej, stwierdziłam, że sytuację przeniesieniową- podporę całej procedury psychoanalitycznej- tylko wtedy uda się wytworzyć, gdy pacjent będzie mógł poczuć, że gabinet terapeuty lub pokój zabaw, i wręcz cała psychoanaliza są czymś odrębnym od zwyczajnego życia domowego. Tylko w takich warunkach bowiem będzie mógł pokonać opory przed przeżywaniem i wyrażaniem niekonwencjonalnych myśli, uczuć i pragnień, w wypadku dziecka sprzecznych w jego odczuciu niemal ze wszystkim, co mu wpojono.” (Klein, 1955/2019, s. 133)

Zdolność do bawienia jako istotny czynnik leczniczy

Wraz z rozwojem myśli psychoanalitycznej pojawiały się nowe perspektywy rozumienia zabawy i wykorzystywania jej w pracy terapeutycznej. Początkowo centralnym punktem pracy techniką zabawy było zwrócenie uwagi na fabulę oraz interpretowanie nieświadomych fantazji małych pacjentów. W późniejszym okresie kontynuatorzy myśli Klein, inni przedstawiciele nurtu tzw. relacji z obiektem, szczególnie D. W. Winnicott, wysuwali nowe aspekty, równie istotne w pracy z dziećmi poprzez zabawę. Winnicott w swoich pracach kładł nacisk na zdolność bawienia się. Jak pisze w swojej książce: „Zabawa a rzeczywistość”:

„Twierdzę, że tym co ma znaczenie uniwersalne i przynależy do zdrowia jest zabawa. Bawienie się sprzyja bowiem rozwojowi, a zatem także zdrowiu; wprowadza w życie grupowe; może być formą komunikacji w psychoterapii[...]” (Winnicott, 2011, s. 68)

Jak twierdzi Winnicott w procesie rozwojowym dziecka bardzo istotnym elementem jest doświadczenie relacji z obiektem opiekuńczym, który potrafi się bawić. Pierwotnym obiektem opiekuńczym jest matka, która to tworzy relację z dzieckiem. Jak możemy rozpoznać zdolność do zabawy reprezentowaną przez matkę? Możemy ją rozpoznać poprzez zdolność do stwarzania pewnej iluzji, formy „tak jakby”, w której samo dziecko „stwarza świat”, „stwarza matkę”. Ważne jest to, jaka matka jest naprawdę, ale równie istotne, jak jest przeżywana (subiektywnie) przez dziecko. W praktyce terapeutycznej oznacza to pozwolenie dziecku na „rozdawanie ról” w zabawie. To od dziecka będzie zależeć czy i jaką rolę dostaniemy, w jaki sposób mamy się bawić. Dzięki takiemu doświadczeniu dziecko ma poczucie sprawczości, a początkowo wręcz omnipotencji (wszechmocy). Taka gotowość dostrojenia się ze strony terapeuty umożliwia nawiązanie zaufania i powstanie więzi terapeutycznej. Nawiązanie relacji z obiektem jest istotnym elementem w rozwoju społecznym. Relacja terapeutyczna staje się wtedy swoistym placem zabaw, na którym dziecko może w sposób magiczny opracowywać swoje fantazje, aby z czasem mierzyć się z rzeczywistością zewnętrzną. Im większe poczucie zaufania w pierwotnej relacji (tu Winnicott miał na myśli relację niemowlę-matka) tym większa zdolność do nawiązywania nowych relacji społecznych. Analogicznie im większa zdolność do bawienia się u terapeuty, tym większe poczucie zaufania pacjenta dziecięcego wobec terapeuty, co w konsekwencji ułatwia nawiązywanie dziecku nowych relacji społecznych.

Zdolność do zabawy łączy się z tym, o czym Melanie Klein pisała w swoim artykule nt. Personifikacji w zabawie (Klein 1929/2019, s. 197-207). Miano-

wicie istotnym elementem psychoterapii jest gotowość terapeuty do przyjmowania nieświadomych fantazji w zabawie, poprzez aktywne uczestnictwo w niej oraz interpretacje.

Ważnym aspektem „zdolności do zabawy” jest zdolność uznania realności tego, co dzieje się w zabawie. Znaczenie takiej gotowości „bawienia się” i otwartości prezentowanej przez terapeutę w swoim artykule zatytułowanym: „Playing with reality” przedstawiają Peter Fonagy i Mary Target (Fonagy, Target, 1996, s. 221-225). Autorzy opisują przypadek czteroletniej dziewczynki, Rebbeki, która została zgłoszona z objawami obniżonego nastroju, lękami dziennymi oraz koszmarami nocnymi. Z czasem rozwoju procesu terapeutycznego dziewczynka podjęła zabawę swobodną, podczas której korzystała z lalki oraz plasteliny, oplatając plastelinowym węzem głowę lalki, niczym koroną. Psychoanalitik stwierdził, że wąż jest jak zmartwienia w jej głowie, które nęka ją, kiedy nie ma w pobliżu mamy, żeby ją chronić. Dziewczynka uśmiechnęła się po raz pierwszy i stwierdziła, że ludzie udają, że się boją węża. Na co psychoanalitik odparł, że był pewien, że ludzie często mówili jej, aby się nie bała, gdyż nie ma się czego bać, ale oboje wiedzieli, że jej obawy są jak najbardziej prawdziwe. Dziewczynka zapytała: „Masz na myśli, jak piraci?”, psychoanalitik z powagą odrzekł „Możliwe, że gdy nie widzisz mamusi, to boisz się, że możesz zostać porwana przez piratów”. Jego akceptacja dla realności lęków i innych emocji reprezentowanych przez piratów, były uwolnieniem od węża-zmartwień. Konsekwencją tej opisaney sytuacji terapeutycznej (uwaga terapeuty oraz jego gotowości przyjęcia perspektywy dziecka) nastąpiła zmiana w procesie leczenia dziewczynki, która w trakcie sesji zaczęła grać w gry o bardziej skomplikowanych zasadach. Myślę, że poczucie zrozumienia przez terapeutę, którego doświadczyła dziewczynka, pozwoliło jej na rozwój nowych umiejętności (w tym umiejętności społecznych), które podczas sesji przejawiały się w nowych aktywnościach.

Kolejnym przykładem pochodzącym z literatury psychoanalitycznej, który ukazuje znaczenie zabawy w procesie rozwoju społecznego jest referat Kena Robinsona „Edyp w trakcie zabawy”. Autor zwraca uwagę, w jaki sposób, poprzez zabawę dziecko ma możliwość odkrywania swojej cielesności, seksualności oraz doświadcza ról społecznych. Tekst referatu skupia się na funkcjonowaniu podstawowej grupy społecznej, jaką jest rodzina. Doświadczenie relacji rodzinnych jest bardzo ważnym elementem rozwoju psychicznego. To właśnie w domu, w otoczeniu rodziny dziecko bawi się, eksploruje otoczenie, poznaje rzeczywistość. Rolą rodziców jest „wejście” w dziecięcą zabawę, tak, aby dziecko mogło w zabawie, sprawdzić swoje umiejętności, poczuć się chiane i pożądane.

Jak wspomniałem na początku artykułu, rolą zabawy jest opracowanie nieświadomych fantazji, szczególnie tych, które dotyczą własnej seksualności i cielesności. Opracowanie tych obszarów ułatwia nawiązywanie relacji, a w późniejszym okresie ich pogłębienie. Dlatego tak ważne jest, aby dziecko w momencie rozwojowym miało jak największą możliwość swobodnej zabawy, bo w taki właśnie sposób doświadcza ono świata. W tej swobodnej zabawie powinni uczestniczyć dorośli, którzy umożliwiają powstanie tego, co Winnicott określał przestrzenią przejściową. Otwartość rodziców na bawienie się, ich zdolność do tego, daje dziecku iluzję świata, w którym wszystko się może zdarzyć i można testować wiele sytuacji. Fantastyczną cechą tego świata jest stan „tak jakby”, „na niby”, który pozwala opracowywać różne fantazje na temat otaczającej rzeczywistości bez zagrażających momentów, bez odwetowych ataków ze strony innych ludzi. Takie doświadczenie poczucia bezpieczeństwa pozwala dziecku uwierzyć w bezpieczny świat, a w bezpiecznym świecie warto nawiązywać relacje z innymi ludźmi. Jak w praktyce ta „otwartość” powinna wyglądać? Robinson przytacza rodzinną scenkę. Jamie, trzy i pół letni chłopiec bawi się radośnie zaangażowany we własną zabawę. Ojciec jest w tym samym pomieszczeniu. Wchodzi matka. Podchodzi do męża, z czułością obejmuje go w pasie, razem patrzą na zabawę Jamiego. Chłopiec początkowo zarejestrował obecność matki bez odwracania głowy, lecz nagle przerwał zabawę, krzycząc „tata” biegnie w stronę ojca i łapie go za nogę, co wygląda jak zablokowanie przeciwnika w grze w rugby. Ojciec wchodzi w zabawę syna, chwije się, dając do zrozumienia Jamiemu, że jest silny. Chłopiec z tatą siłując się, zaś matka przygląda się agresywnej zabawie. Gdy agresja przemija, chłopiec zwija się na kolanach ojca i ssie kciuk. Co wydarzyło się w całej tej sytuacji? Początkowo potrzeba opracowania nieświadomej agresji oraz sprawdzenia swej sprawczości wywołała u chłopca nagły „atak”. Dzięki swobodnej i dostrojonej reakcji ojca, który uznał zachowanie syna za zabawę (a nie za realny atak na jego osobę) mogło dojść do przyjemnego siłowania się. Brak odwetu (w postaci zbyt impulsywnego upomnienia bądź nieadekwatnej kary) sprawił, że chłopiec doświadczył relacji z dobrym obiektem, któremu może zaufać i oddać się w opiekę, co robi, zwijając się na ojcowskich kolanach. Istotna jest także postawa matki. Matki, która ufa swojemu mężowi, która akceptuje różne formy aktywności syna i dopuszcza jego agresję oraz „agresję” męża. Taka postawa pary rodzicielskiej sprawia, że w chłopcu rysuje się obraz spójnej, kochającej się pary. Uwewnętrznienie takiego obrazu sprzyja pozytywnym wyobrażeniom dotyczącym relacji międzyludzkich.

Jest to jeden z kilku przykładów „gotowości” do zabawy, które w swoim refleksie przedstawia Robinson. Przykład ten ukazuje jak istotną rolę w nabyciu oraz rozwoju kompetencji społecznych przez dziecko pełni zabawa z dorosłymi.

mi, którzy dobrze rozumiejąc realność świata, pozwalają dziecku doświadczać świata „na niby”.

Przykład kliniczny- opis zmian zachodzących w zabawie grupowej dzieci

W tym miejscu chciałbym przedstawić materiał kliniczny pochodzący ze współprowadzonej przeze mnie terapii grupowej dzieci. Będę chciał pokazać jak istotnym elementem terapeutycznym jest: setting (tj. stałość terapeutyczna), interpretacja nieświadomych fantazji oraz gotowość/ zdolność do bawienia się terapeutów. Chciałbym zaznaczyć, że w przedstawionym materiale, ze względu na tematykę artykułu, przedstawione zostały tylko niektóre fragmenty zabawy dziecięcej, które pozwalają w sposób bardziej klarowny zrozumieć znaczenie grupowej zabawy w opracowaniu nieświadomych fantazji.

Grupa jest prowadzona w ramach instytucji podlegającej Narodowemu Fundusowi Zdrowia. W tym składzie grupa odbywa się z częstotliwością raz w tygodniu, trwa 40 minut. Grupa prowadzona jest przeze mnie (mężczyznę) oraz koterapeutkę (kobietę). W skład grupy wchodzi czworo dzieci (dwóch chłopców i dwie dziewczynki), z podobnymi diagnozami (trudności społeczne wynikające głównie z zespołu Aspergera) i podobnie funkcjonującymi w grupach rówieśniczych. Przedział wiekowy dzieci to 7-8 lat. Sesja grupowa ma stałe elementy, tj. przywitanie w stałym miejscu (dzieci siedzą na ławce, terapeuci na swoich krzesłach, zawsze tych samych), przypomnienie części zajęć (tj. 1. Przypomnienie zasad, 2. Wspólna zabawa, 3. Zabawa swobodna razem) i zasad grupy (1. Słuchamy 2. Bawimy się razem 3. Ładnie mówimy). Następnie dzieci razem ustalają wspólną zabawę. Realizacja tych stałych elementów i przejście do zabawy wspólnej początkowo było trudne, z czasem, wraz z rozwojem procesu grupowego realizacja jest bardziej stabilna, zaś dzieci szczególnie dbają o wypełnianie ustalonej formy zajęć grupowych.

W tej grupie, od początku jej istnienia, motywem przewodnim jest zabawa w zombie (jak się po jakimś czasie dowiedzieliśmy oparta na motywach gry Minecraft). Pewna schematyczność wyboru zabawy może być związana z diagnozą spektrum autyzmu poszczególnych jej członków. Jednak pozwolę sobie postawić hipotezę, że powtarzalność wyboru zabawy związana jest z grupową nieświadomą fantazją o rozpadającym się świecie, pewnym wyobrażeniem Apokalipsy (dosłownie odgrywanej w zabawie zombie). Stąd tak ważna jest przewidywalność postaci terapeutów, miejsca sesji, godziny jej rozpoczęcia i kończenia oraz stałości członków grupy. Aby móc w sposób nieskrępowany opracowywać lęki związane z „rozpadającym” się światem, bardzo istotna jest

przewidywalność, jaki zapewnia setting, poprzez odrębność i stałość „pokoju zabaw”, a w tym przypadku gabinetu terapii grupowej.

Pewnym stałym punktem zabawy jest również fakt podziału ról. W zabawie tej terapeuci stają się zoombie - jednoznacznie złymi postaciami, zaś dzieci są ludźmi- jednoznacznie dobrymi postaciami. Jest to typowy sposób „personifikowania” w zabawie o którym pisała Klein (1929/2019, s. 201). Jak się okazało, z czasem złe postacie stawały się mniej złe, nie musiały być mordowane.

Na pierwszych kilku sesjach „ludzie”, jako zupełnie niezależne od siebie jednostki wyłącznie strzelały, zabijając (czasem w okrutny sposób) zoombiaków. W związku z tym razem z koterapeutką interpretowaliśmy chęć pokonania zoombiaków oraz chęć pocucia się silnymi, dając się przy tym atakować i pokonywać. Rozumieliśmy to jako potrzebę opracowania lęków (poprzez wszechmocne pokonywanie złych zoombiaków) związanego z nowymi relacjami wynikających z uczestnictwa w grupie.

Z czasem dzieci zaczęły współpracować, tworząc najpierw pary, które miały pokonywać szybciej każdego z zoombiaków. Terapeuci zaczęli komentować, że kiedy się współpracuje, można poczuć się bezpiecznie i bardziej silnym.

Podczas kolejnych sesji, odgrywania w powtarzalny sposób sekwencji zabawy dzieci stworzyły jedną, wspólną, czteroosobową drużynę, która przestała zabijać zoombiaków, a zaczęła ich więzić. Uznaliśmy to za znaczący postęp, w którym obiekty nie miały zostać zniszczone, ale skontrolowane, być może po to, aby z nich skorzystać i czerpać z nich. Komentowaliśmy to, że kiedy razem się więzi dorosłych, to razem można od nich brać różne dobre rzeczy. Dzieci w tym miejscu często się śmiały, zaś próbując wrzucić nas do więzienia zależało im na kontakcie fizycznym, poprzez zaplatanie z tyłu naszych rąk oraz trzymanie ich (niczym w kajdankach).

W ostatnich sesjach pojawiają się nowe elementy, w których zoombiaki zostają odczarowywane „laserem miłości”. Ważne jest, że terapeutę męczyzną odczarowują dziewczynki, zaś terapeutka kobieta zostaje odczarowana przez chłopców. Póki co momenty odczarowania są krótkie, zoombie zaraz wracają do swojej formy.

Zmiany w zabawie grupowej mogą świadczyć o opracowywaniu nieświadomych fantazji związanych z relacjami społecznymi. Wraz z czasem trwania procesu terapeutycznego grupa doświadczała bezpiecznej relacji z obiektem, którą to relację mogła uwewnętrznić i włączyć w swoje codzienne kompetencje społeczne. Gotowość terapeutów do bycia uczestnikami zabawy, poprzez

pozwolenie na zabicie siebie, więzienie, przy jednoczesnym interpretowaniu nieświadomych fantazji grupowych doprowadziło do scalenia grupy.

Skutkiem oddziaływań grupowych są także zmiany nie tylko w grupie jako całości, ale ogólna poprawa funkcjonowania poszczególnych jej członków. Dzieci wydają się mniej sztywne, łatwiej nawiązują relacje poza grupą, zwiększyły się ich kompetencje emocjonalne.

Podsumowanie

W niniejszym artykule starałem się przedstawić zabawę, jako jedną z technik psychoterapeutycznych wywodzących się z myślenia psychoanalitycznego. Zabawa w grupie może być sposobem budowania wyobrażeń na temat świata społecznego, może być okazją do opracowywania lęków związanych z wchodzeniem w nowe relacje. Istotnym czynnikiem związanym z terapią grupową dzieci, w której wykorzystywana jest technika zabawy, jest zdolność terapeuty do bawienia się, tworzenia „świata na niby”, w którym członkowie grupy mają okazję się rozwijać. W grupie terapeutycznej terapeuci wrażliwi są na indywidualne potrzeby dziecka, przy jednoczesnym rozumieniu zachowania dziecka w kontekście grupy i relacji społecznych. Aby dziecko mogło rozwijać swoje kompetencje społeczne, dzięki opracowaniu nieświadomych fantazji, konieczne jest doświadczenie bezpiecznej relacji z dorosłym umysłem, który potrafi zrozumieć i nazwać to, co się dzieje w relacji, a także w sposób adekwatny odnajdywać się w bieżącej fabule zabawy. Bo choć wydaje się, że to tylko zabawa czworga dzieci, to jednak jest to ich fantastyczny świat, w którym wszystko jest możliwe.

Streszczenie:

Celem artykułu jest przedstawienie znaczenia zabawy w grupie jako formy opracowywania nieświadomych fantazji oraz tworzenia własnych konstruktów społecznych. Zabawa jest naturalną formą rozwoju, która umożliwia nawiązywanie relacji z obiektem. W psychoterapii zabawa jest także jedną z metod leczenia zaburzeń dziecięcych oraz formą komunikowania nieświadomych fantazji.

Literatura:

Fonagy, P. Target, M. (1996). Playing With Reality: I. Theory Of Mind And The Normal Development Of Psychic Reality, *The International Journal of Psycho-Analysis* (77), s. 217- 233

Freud, S. (1920/2019), *Poza zasadą przyjemności*, Kraków: Wydawnictwo Vis-à-vis Etiuda sp. z o.o.

II Biuletyn Polskiego Stowarzyszenia Socjoterapeutów i Trenerów

Hug-Hellmuth, H. von (1921), *On the Technique of Child Analysis*, International Journal of Psycho-Analysis, London: Hogarth.

Klein M., (1923/2019), *Analiza wczesnodziecięca*, (w:) Miłość, poczucie winy i reparacja (Pisma, t. I), s. 77-107, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Sp. Z o. o.

Klein, M., (1926/2019). *Psychologiczne zasady analizy wczesnodziecięcej*. Przeł. D. Golec. [w:] Melanie Klein, *Miłość, poczucie winy i reparacja* (Pisma, t. I)(s.129-138). Sopot, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Klein M., (1929/2019), *Personifikacja w zabawie dzieci*, (w:) Miłość, poczucie winy i reparacja (Pisma, t. I), s. 197-207, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Sp. Z o. o.

Klein, M., (1955/2019), *Psychoanalityczna technika zabawy- jej historia i znaczenie*, (w:) Zawieść i wdzięczność (Pisma, t. III), s. 130-149, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Sp. Z o. o

Robinson K., (2012), *Edyp w trakcie zabawy*, wykład: Madeleine Davis Memorial Lecture, Squiggle Foundation, Londyn 17 listopada 2012.

Rousseau J., J., (1762/1955), *Emil, czyli o wychowaniu*, wyd. Ossolińskich.

Winnicott, D., W., (2011), *Zabawa a rzeczywistość*, Gdańsk, Wydawnictwo Imago.

Jakub Błażej

Mazowieckie Centrum Neuropsychiatrii- Psychiatryczny Rehabilitacyjny Oddział Dzienny dla Dzieci i Młodzieży

jakub.blazej@gmail.com

Jestem psychologiem, psychoterapeutą psychoanalitycznym w trakcie szkolenia psychoterapeutycznego w Polskim Towarzystwie Psychoterapii Psychoanalitycznej w Warszawie, a także Trenerem Umiejętności Społecznych. Jestem także członkiem kandydatem Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej. Na co dzień pracuję na Oddziale Dziennym Psychiatrycznym dla

Dzieci i Młodzieży Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii, prowadząc psychoterapię grupową. W Poradni Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychoanalitycznej pracuję jako psychoterapeuta z dziećmi, młodzieżą, a także z osobami dorosłymi wykorzystując technikę psychoterapii psychoanalitycznej, w której się szkole.