

**Соловьева Анна Михайловна**

начальник

Региональный центр психологической поддержки ГУ ТО «ТОЦМ»

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИВИВКА ЧЕРЕЗ ИГРУ: ОПЫТ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ**

***Аннотация:** в статье представлен опыт специалистов регионального центра психологической поддержки ГУ ТО «ТОЦМ» (Тульская область) по использованию форум-театра и интерактивных игр как инструментов психопрофилактики среди молодёжи. Автор показывает, как игра, являясь древнейшим культурным механизмом трансляции ценностей и норм, позволяет сформировать «психологический иммунитет» у подрастающего поколения. В отличие от пассивных лекционных форм, форум-театр даёт возможность зрителю активно влиять на развитие конфликтной ситуации, а ролевые игры («Выборы», «Демография») учат распознавать манипуляции, укрепляют семейные ценности и межнациональное единство. Подчёркивается, что включение игры в культурную традицию превращает профилактическую работу из формальной в живую практику, объединяющую молодёжь, формирующую внутреннюю опору и психологическое здоровье.*

***Ключевые слова:** форум-театр, интерактивные игры, психологическая прививка, психологический иммунитет молодёжи, профилактика манипуляций, семейные ценности, национальная культура, Тульская область, региональный центр психологической поддержки.*

Если задаться вопросом о современных техниках практической психологии, то их можно определить как уже проверенные инструменты в работе специалистов, которые помогают участникам процесса справляться с конкретными

вызовами. Современные вызовы и задачи ставят перед разными специалистами необходимость поиска новых и модификации уже апробированных техник, которые следует продуктивно встраивать в свою профессиональную деятельность. Ищущие специалисты не останавливаются на достигнутом, поэтому экспериментируют, пробуют и внедряют «работающие» форматы.

Легче всегда описывать тот опыт, который удалось внедрить благодаря собственным пробам и практике. Рассмотрим такое направление практической психологии, как форум-театр. Его можно активно использовать в качестве психолого-педагогической технологии для профилактики и коррекции поведения, развития различных навыков и просвещения [1, с. 45]. А главное – он продуктивен в работе с большими группами. Именно форум-театр стал одним из таких инструментов, внедренных в работу психологами регионального центра психологической поддержки государственного учреждения Тульской области «Тульский областной центр молодежи» (далее – Центр). Это формат социального театра, мощный интерактивный инструмент, который стоит в одном ряду с другими креативными техниками, но с фокусом на групповую динамику и социальное взаимодействие [8, с. 29].

Начиная с 2022 года психологами Центра проведено 28 форум-театров для 1796 человек. Участниками мероприятий становились как молодежь, так и специалисты. Многие эксперты рассматривают это направление как близкий аналог психодрамы, и с этим невозможно не согласиться [5, с. 201]. Именно в поле этого эксперимента каждый раз создается пространство для безопасного поиска поведенческих решений, где участники находят и предлагают новые варианты выхода из сложившейся ситуации. Главное отличие форум-театра от классического театра в том, что здесь важен не художественный результат, а анализ ситуации, реакции на нее и процесс проживания [1, с. 112]. Зрители-участники (а чаще всего это учащиеся) выходят на импровизированную сцену и пытаются изменить ход событий, что дает каждому из них уникальные возможности и порой не вполне осознаваемый опыт совладания с триггерной проблемой [6, с. 207].

Форум-театр может активно использоваться психологами как инструмент психопрофилактики и коррекции. Данный метод в образовательном учреждении применим для: профилактики зависимостей, деструктивного поведения, буллинга, насилия, работы с конфликтами, детско-родительскими отношениями и т. п. Работа с этим форматом помогает подросткам и взрослым увидеть проблему со стороны, осознать свои паттерны поведения и найти новые, более эффективные способы реагирования [6, с. 206].

Опыт регионального центра психологической поддержки ГУ ТО «ТОЦМ» показывает, что игра формирует психологический иммунитет молодежи, делая национальную культуру живой практикой ценностей и общения. Понимая, что национальная культура – это не только памятники и фольклор, но и способы мышления, общения и передачи ценностей, специалисты Центра использовали игру как один из древнейших культурных механизмов, который объединяет людей, моделирует социальные нормы и формирует психологический иммунитет нации [2, с. 78]. Используя в профилактической и просветительской деятельности такие формы работы, как форум-театр и интерактивные игры, психологи буквально встраивают элементы национальной культуры в профилактику, делая её живой, понятной и эффективной для молодежи.

Как справедливо отмечал В.А. Сухомлинский, «игра – это искра, зажигающая огонь пылливости и любознательности». Когда работаешь с молодежью, развивать эти качества необходимо корректно, грамотно и без навязчивости, ведь именно в игре человек передает нормы поведения и отличает «свое» от «чужого».

Представляя опыт Тульской области, где психологи превратили игру и форум-театр в «психологическую прививку», следует подчеркнуть: наше национальное здоровье, особенно здоровье молодежи, сегодня атакуют «инфекции» – манипуляции, экстремистская пропаганда, разрушение семейных ценностей. Чтобы противостоять этому, нужен иммунитет, а его можно привить не лекцией, а живым действием [7, с. 208].

В форум-театре зрители останавливают спектакль и переигрывают конфликтную ситуацию. Так мы учим не пассивно бояться, а активно искать

культурно приемлемые, объединяющие решения [1, с. 90]. В игре «Выборы» молодые люди учатся распознавать манипуляции – то есть видеть попытки разобщить людей. В игре «Демография» через освоение ролей родителей и партнеров они присваивают ценность семьи – фундаментальную для всех народов России.

Игра в руках психолога – это не просто технология, это «окультуривание» профилактики. Мы возвращаемся к истокам: совместная игра объединяет сильнее любых лозунгов. Когда подростки разных национальностей вместе решают игровую задачу, они становятся ближе. А когда они видят, что могут влиять на исход событий (как в форум-театре), растет их внутренняя опора – то самое психологическое здоровье. Если рассматривать здорового человека как человека, который умеет владеть собой и своими чувствами, то именно этому и учит игра, вписанная в культурную традицию [4, с. 113].

Важно подчеркнуть, что описанные методы с успехом применяются не только в работе с молодежью, но и в профессиональной среде. Опыт психологов Центра показывает, что наиболее эффективной формой обучения является не пассивное слушание лекций, а активное участие в форум-театре и интерактивных играх в роли зрителей-участников [3, с. 47].

Участвуя, специалисты сами выступали в роли зрителей-участников, переигрывая сложные профессиональные ситуации: конфликты с родителями, случаи выявления буллинга, кризисные состояния подростков, взаимодействие с «трудными» учащимися. Участие в форум-театре позволяет специалисту «изнутри» прожить эмоционально насыщенную ситуацию, увидеть неэффективные стереотипы своих реакций и, что особенно ценно, в безопасной среде апробировать новые модели поведения [5, с. 203]. Последующий рефлексивный анализ с коллегами и психологом («джокером») закрепляет полученные навыки, превращая форум-театр не только в инструмент психопрофилактики для молодежи, но и в мощное средство супервизии и развития профессиональной компетентности самих помогающих специалистов [3, с. 48].

Еще одним значимым результатом внедрения форум-театра в практику работы Центра стало то, что действующие специалисты (психологи)

самостоятельно разрабатывают сценарии для форум-театров и интерактивных игр, ориентируясь на собственные профессиональные знания и запросы целевой аудитории. В отличие от театральных постановок, где режиссер исходит из художественных задач, психологи выстраивают сюжет на основе представлений о механизмах формирования девиантного поведения, закономерностях групповой динамики, возрастных особенностях восприятия и копинг-стратегиях [2, с. 156].

Что касается работы со взрослыми специалистами, сценарии моделируют реальные профессиональные дилеммы: как реагировать на сообщения о суицидальных намерениях ученика, как выстроить беседу с родителями, отрицающими проблему, как действовать в ситуации межведомственного взаимодействия. Важно, что сценарий не является жестким – он предполагает вариативность развития событий в зависимости от действий участников, что требует от психолога-составителя глубокого понимания возрастной психологии и конфликтологии [8, с. 30].

Опираясь на личный профессиональный опыт специалистов Центра в проведении форум-театров и интерактивных игр, есть возможность утверждать, что использование данных практик можно практически для любого направления профилактической работы. В деятельности регионального центра психологической поддержки накоплены успешные сценарии по следующим направлениям: профилактика экстремизма и терроризма; профилактика зависимостей; распознавание маркеров личного кризиса; детско-родительские сценарии.

Важно понимать, что благодаря интерактивному формату и проживанию ситуаций «здесь и сейчас» усвоение материала происходит на телесном и эмоциональном уровне, что значительно повышает устойчивость полученных навыков по сравнению с традиционной лекционной подачей [6, с. 206]. Адаптивность метода позволяет применять его как в больших группах (опыт до 190 участников), так и в малых группах (20–30 человек) в формате тренинга.

При этом важно учитывать роль самого психолога в этой технике, так как он часто выступает в роли «джокера» (ведущего) или главного консультанта. Именно этот специалист создает безопасную среду для участников,

фасилитирует обсуждение, помогает присутствующим проанализировать свои чувства и, главное, не дает готовых ответов, а подталкивает к самостоятельному поиску [5, с. 202].

Представленный опыт показывает, что именно через «психологическую прививку» игрой мы передаем молодежи культурные коды: умение отличать «свое» от «чужого», доверять традиционным нормам и противостоять деструктивным влияниям. Форум-театр и интерактивные игры формируют не только психологический иммунитет, но и культуру безопасности – когда человек не ждет угрозы, а умеет ее распознать и найти коллективное, культурно приемлемое решение [1, с. 102]. Игра в этом контексте становится универсальным языком, на котором государственные задачи профилактики переводятся на уровень живого, добровольного и радостного присвоения ценностей. Тем самым мы не просто говорим о здоровом образе жизни – мы создаем практику, где забота о себе и о других, уважение к традициям и активная гражданская позиция становятся естественной потребностью молодого человека.

### *Список литературы*

1. Боаль А. Игры для актеров и не-актеров / А. Боаль. – М.: V-A-C press, 2021. – 520 с.
2. Боаль А. Театр угнетенных / А. Боаль. – М.: V-A-C press, 2014. – 352 с.
3. Гребенникова В.М. Форум-театр как средство формирования профессиональных компетенций будущего педагога / В.М. Гребенникова, Е.А. Литвяхова // Сормовские чтения – 2026: векторы развития образования: практики, качество, перспективы: сборник научных трудов. – 2026. – С. 45–50. DOI 10.31483/r-154523. EDN EJDYUT
4. Капранова Э.А. Применение техники «форум-театр» для адаптации детей-сирот / Э.А. Капранова // Психология XXI века: тезисы Международной научно-практической конференции студентов и аспирантов. – СПб., 2002. – С. 112–113.

5. Колокольникова З.У. Форум-театр: история и психолого-педагогическая технология / З.У. Колокольникова, Е.С. Лосева // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – №84–2. – С. 200–203. EDN IKPYQS

6. Литвиненко М.А. Форум-театр как технология профилактики социальных проблем в молодежной среде / М.А. Литвиненко // Социальная безопасность и молодежная политика в современном обществе: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Екатеринбург: УрФУ, 2019. – С. 205–208. EDN NFNDMN

7. Фрейре П. Педагогика угнетенных / П. Фрейре. – М.: KoLibri, 2021. – 288 с.

8. Чистякова Е.В. «Форум-театр» как групповая форма работы / Е.В. Чистякова // Психология, социология и педагогика. – 2015. – №3. – С. 28–31. EDN TOVEZL