

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ИГРОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА»

Подготовила: педагог-психолог Крюкова О.В.

Сегодняшние дошкольники заметно отличаются от своих сверстников предыдущих лет: они раскованнее, инициативнее, сообразительнее. Но все больше встречается детей с отклонениями в поведении: одним совершенно незнакомо состояние покоя, сосредоточенности, другие, напротив, могут часами играть в одиночестве, говорить тихо, избегать контактов со сверстниками и взрослыми. В таких случаях поведение характеризуется как отклоняющееся, неконструктивное. Нарушения поведения являются причиной многих трудностей в развитии ребенка. Они существенно сдерживают приобретение навыков общения, служат источником непонимания, неприятия со стороны окружающих, оказывают разрушающее воздействие на здоровье, и, в конечном счете, могут привести к искаженному развитию личности.

Формирование разумного или произвольного поведения является важнейшей задачей воспитания детей дошкольного возраста. Произвольное поведение ребенка – это поведение осмысленное, инициативное и надситуативное. Осмысленность означает, что ребенок осознает себя источником поведения. В произвольном поведении инициатива действовать определенным образом, поступать, так или иначе, принадлежит ребенку. Он способен вести себя независимо от воздействующих на него обстоятельств (и даже вопреки им), руководствуясь при этом собственными, сознательно поставленными целями. Благодаря этой способности реактивное поведение ребенка превращается в активное и делает его не рабом обстоятельств, а хозяином и над ними и над самим собой. Ребенок находится «не внутри» ситуации, а «над ней».

Отклоняющееся, неконструктивное поведение проявляется в агрессивности, капризах, несдержанности, гиперактивности и т. п. Основными причинами неконструктивного поведения детей старшего дошкольного возраста считают: особенности нейродинамических свойств; дефицит родительского внимания; стиль взаимоотношений со сверстниками; недостаток двигательной активности и физической нагрузки.

В процессе изучения источников мы обнаружили, что для обозначения отклоняющегося поведения авторы используют самые разные термины. На основании работ Вайнер М. Э., Мурашовой Е. В., Волковой-Гаспаровой Е., Широковой Г. А., Лютовой Е. К., Мониной Г. Б., Смирновой Е. О., Холмогоровой В. М. и др., посвященных неконструктивному поведению, нами была проведена сравнительная характеристика различных типов неконструктивного поведения. Несмотря на различную интерпретацию названий, все типы неконструктивного поведения можно разделить на 6 разновидностей: 1 группа – импульсивное, гиперактивное, дети-«шустрики»; 2 группа – демонстративное, дети-«капризы»; 3 – группа – протестное; 4 группа – агрессивное; 5 – группа – недисциплинированное, «уход

от деятельности»; 6 группа – конформное, дети-«мямлики», дети-«тюфяки», пассивное, застенчивое.

Современная наука рассматривает игротерапию как одно из наиболее эффективных средств коррекции неконструктивного поведения. Психолого-педагогическая обусловленность этого выбора определяется исследованиями Л.С. Выготского, Д. Б. Эльконина, А. С. Спиваковской, А. И. Захарова, которые подчеркивают, что при планировании коррекционных мер приоритетное внимание должно уделяться ведущей в данном возрасте деятельности – игре.

Использование игры в психологической и психотерапевтической практике получило название игротерапия. По определению М. И. Чистяковой игровая терапия – это метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В его основе лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. Цель использования игровой терапии – не менять и не переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослого.

Сегодня существует несколько видов игровой терапии: недирективная, директивная и смешанная игротерапия. Недирективная игровая терапия – это целенаправленная терапевтическая система, центром которой является ребенок как самостоятельная личность, способная к саморазвитию. Цели недирективной игротерапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. Данный вид игровой терапии сосредотачивается на личности ребенка, а не на его проблеме, основное внимание здесь уделяется тому, чтобы ребенок стал более адекватным как личность при решении текущих и будущих проблем. По мнению Г.Л. Лэндрет, задачи игровой терапии состоят в том, чтобы помочь ребенку:

- 1) стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- 2) развить более позитивную Я-концепцию;
- 3) стать более самоуправляемым;
- 4) выработать большую способность к самопринятию;
- 5) овладеть чувством контроля;
- 6) развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;
- 7) развить внутренний источник оценки;
- 8) обрести веру в себя.

Основные принципы педагога, которые образуют базис терапевтических отношений и облегчают реализацию внутренних источников роста ребенка – это естественность, безусловное принятие, понимание.

Директивная игровая терапия – это форма, в которой педагог выступает в роли организатора, руководителя психотерапевтического процесса с принятием на себя ответственности за достижение целей психотерапии. Она базируется на теории социального научения, основной задачей является обучение ребенка адекватному социальному поведению путем подражания (эталону, другим детям, педагогу). При этом аффективной стороне детской игры не уделяется большого внимания. При директивном поведении педагог структурирует ход игротерапии, определяет поведение ребенка, требования сотрудничества в

терапии. Психологический механизм идентификации позволяет ребенку усвоить необходимые конструктивные позиции и способы поведения в различных жизненных ситуациях.

При коррекции неконструктивного поведения у детей методом директивной игровой терапии проводится цикл игр, которые предлагаются взрослым ребенку, со стандартным ролевым способом взаимодействия между ними. Форма организации коррекционных игр может быть как индивидуальной, так групповой и фронтальной. При этом вводимая взрослым роль-образ помогает преодолеть ребенку личностную проблему.

Смешанная игровая терапия – это метод психотерапии, основанный на интеграции директивной и недирективной игротерапии. Синтез наиболее удачных приемов игровой терапии разных форм позволяет в достаточно короткий промежуток времени использовать различные варианты игровых действий с учетом индивидуальных возможностей ребенка.

Использование смешанной игровой терапии для коррекции личностной сферы у дошкольников становится возможным при четком отслеживании личностных новообразований и так называемых подвижек в поведении ребенка. Умение педагога своевременно отреагировать на эти изменения позволяет гибко использовать игровые ситуации, что повышает эффективность психотерапевтического процесса и значительно упрощает его использование.

Итак, игротерапия является ведущим средством профилактики и коррекции неконструктивного поведения детей старшего дошкольного возраста благодаря тому, что игра, в отличие от деятельности неигрового типа, активнее влияет на процессы становления личности ребенка дошкольного возраста, сильнее затрагивает его глубинные эмоциональные переживания. Успешность игрового коррекционного воздействия заложена в диалогическом общении взрослого и ребенка через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств. Сначала в игре, а потом и в реальной жизни для ребенка становится доступным: определение конкретных целей своих поступков; выбор из множества вариантов адекватных средств достижения целей; предвидение конечного результата своих действий и поступков; принятие на себя ответственности за свое поведение и поступки; отклик адекватными эмоциями на чувства и эмоциональные состояния других людей, на события и явления окружающей действительности. В этом и состоят основные признаки произвольности поведения.

Практические приемы игротерапии

Начинать игровые занятия с ребёнком можно с игр, направленных на улучшение общего психологического самочувствия. Посмотрим, в чём могут помочь эти игры:

- обеспечить эмоциональную разрядку – снять накопившееся нервное напряжение и зарядить детей и взрослых очередной порцией жизнерадостности и оптимизма;
- уменьшить страх неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, замкнутого пространства, одиночества;

- улучшить гибкость в поведении и способность быстро принимать решения;
- освоить групповые правила поведения;
- наладить контакт между родителями и детьми;
- развить ловкость и координацию движений.

«Пятнашки» (с 3 лет)

Назначается водящий. Он догоняет остальных игроков и «пятнает» их – хлопает рукой по спине, руке или ноге. «Запятнанный» становится водящим. Суть игры в её высоком эмоциональном накале. Водящий может говорить шуточные угрозы: «Сейчас поймаю!», «Догоню!». А игроки могут отвечать: «Не догонишь!», «Я быстрее!». «Пятнашки» всегда вызывают много радости и веселья, помогают объединить семью. Более сложный вариант «Пятнашек» – когда по комнате расставляются препятствия и игроки должны их обходить.

«Жмурки» (с 4 лет)

Водящему плотно завязывают глаза. Игроки бегают вокруг и хлопают в ладоши. Когда водящий обнаруживает участника, он должен его опознать на ощупь. Пойманный становится водящим. Как и в «Пятнашках», здесь говорят шуточные угрозы.

Другой вариант игры: игроки замирают и стоят на месте, а водящий с завязанными глазами ищет их.

«Прятки» (с 2 лет)

Это всем известная детская игра, в которую для большей эффективности необходимо внести некоторые дополнения. Водящий сопровождает поиск игроков словами с сердитой интонацией: «Где же он? Сейчас я его найду!» Тот, кого нашли последним, становится ведущим. Когда игра будет освоена, усложните её: сначала приглушайте свет, потом с подготовленными детьми можно свет выключить вовсе и играть в темноте.

«Полоса препятствий» (с 2 лет)

Необходимо построить полосу препятствий из стульев, коробок, пуфиков, подушек и одеял - горки, тоннели, кочки. Игроки преодолевают препятствия. Можно подбадривать ребёнка словами: «Молодец! Быстрей! Ура!»

Игры, направленные на коррекцию страхов

«Смелые мыши» (с 2 лет)

Выбирается кот и мышь. Кот спит в домике, мышь бежит и пищит. Кот просыпается и догоняет мышь. Мышь может спрятаться в домике. Затем они меняются ролями.

«Привидение» (с 3 лет)

На ведущего надевается простыня, он становится привидением, бегают за остальными игроками и пугают их громкими криками: «У – у – у...» Тот, кого он поймал, становится ведущим.

«Пчёлка в темноте» (с 3 лет)

Взрослый произносит текст, а ребёнок выполняет действия: «Пчёлка перелетала с цветка на цветок (в качестве цветов используются стулья и диваны). Когда пчёлка налеталась, наелась нектара, она уснула в красивом цветке (под стулом или столом). Наступила ночь, и лепестки цветка стали закрываться (стул или стол накрывается темной материей). Взошло солнце (материал убирается), и пчёлка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок.» Игру можно повторить, усиливая плотность материи, т.е. степень темноты.

«Сова и зайцы» (с 3 лет)

Игру надо проводить в вечернее время, для того чтобы можно было создавать темноту. Свет надо приглушать постепенно.

Выбираются сова и зайцы (или заяц). Когда свет включен (день), сова спит, а зайцы скачут. Когда свет выключается (наступает ночь), сова вылетает, ищет зайцев и кричит: «У – у – у». Зайцы замирают. Если сова находит зайца, он становится совой.

Игры, направленные на коррекцию агрессии.

«Сражение» (с 2 лет)

Игроки бросаются лёгкими предметами (шариками из бумаги, маленькими мягкими игрушками) друг в друга, можно из укрытия. Заканчивается игра перемирием и объятиями.

«Злые - добрые кошки» (с 2 лет)

По очереди превращаемся то в злых, то в добрых кошек. Злые кошки шипят и царапаются (только понарошку), добрые кошки ласкаются и мурчат.

«Каратист» (с 3 лет)

На пол кладётся обруч или газета. Каратист становится в обруч (за его края выходить нельзя), делая резкие движения ногами, а зрители подбадривают его: «Сильнее, сильнее!» Интенсивные движения и поддержка зрителей помогают выплеснуть агрессивную энергию.

«Боксёр» (с 3 лет)

Эта игра очень похожа на игру «КАРАТИСТ», только вместо движений ногами надо делать движения руками.

«Ругаемся овощами, фруктами, ягодами» (с 3 лет)

Игроки ругают друг друга с сердитым выражением лица и с сердитыми интонациями: «Ты – капуста». В ответ : «А ты – редиска» или «А ты – слива» и т.д. Игра останавливается, если слышны какие-нибудь обидные слова или

возникает физическая агрессия. Затем участники называют друг друга цветами с соответствующей интонацией: «Ты - колокольчик», «А ты – розочка».

«Капризная лошадка» (с 3 лет)

Игра способствует коррекции упрямства, негативизма, агрессии. Родитель рассказывает сказку про лошадку, и вместе с ребёнком они сопровождают сказку действиями: «В одной далёкой стране жила лошадка по имени Лу. Она очень любила брыкаться и капризничать. Мама говорила ей: «Покушай свежей травки, доченька» «Не хочу, не буду», - говорила Лу. Она капризничала и цокала копытцами. Ещё она брыкалась вот так. Когда она вдоволь набрыкалась и наупрямилась, то стала довольной и весёлой. Она весело скакала и ржала: «Иго – го!»

Игры, направленные на расслабление, снятие напряжения

«Снеговик» (с 3 лет)

Родитель и ребёнок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течение 10 секунд удерживают заданную позу. Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол.

«Буратино» (с 4 лет)

Родитель говорит текст и выполняет движения вместе с ребёнком:
«Представьте, что вы превратились в куклу Буратино. Встаньте прямо и замрите в позе куклы. Всё тело стало твёрдым, как у Буратино.
Напрягите плечи, руки, пальцы, представьте, что они деревянные.
Напрягите ноги и колени, пройдите так, словно тело стало деревянным.
Напрягите лицо и шею. Наморщите лоб, сожмите челюсти.
А теперь из кукол превращаемся в людей, расслабляемся и размякаем»

Существует множество разных методик психологической помощи детям: игротерапия, сказкотерапия, арт – терапия, песочная терапия и другие. Их эффективность уже давно доказана. Сегодня мы предлагаем родителям освоить некоторые простые игровые техники.

Возможно, детский психолог проведёт игротерапию более профессионально, но польза от занятий, которые проводят сами родители, еще более очевидна. Ведь при этом меняется не только ребёнок; меняются родители, меняются отношения между детьми и родителями. Когда взрослые играют с детьми, они сами как будто попадают в своё детство, становятся более непосредственными в общении, начинают лучше понимать своих детей.

Игра имеет исключительное значение для психического развития ребёнка. Она позволяет ему сохранять и приобретать психическое здоровье, определяет

его отношения с окружающими, готовит к взрослой жизни. Игра помогает ребёнку приобрести определённые навыки в той или иной деятельности, в том числе и в общении, усвоить социальные нормы поведения, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние. Игра обладает лечебным действием, избавляет от психотравмы, позволяя пережить травмирующие жизненные обстоятельства в облегчённой форме.

Отправная точка начала игротерапии – это полное принятие индивидуальности ребёнка. Уважайте его желания, не заставляйте его играть насильно, сделайте так, чтобы игра приносила радость. Дозируйте эмоциональную нагрузку на ребёнка, наблюдайте за его самочувствием.

Список литературы

1. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа. – М.: Смысл, 2001.
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. - М.: Мысль, 1988.
3. Вилюнас В.К. Психология развития мотивации. СПб.: Речь, 2006.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: ЧеРо, 1998 (или более поздние издания).
5. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2002.
6. Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М: АСТ, 2008.
7. Психология личности: Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А.Пузырея. - М. 2008.
8. Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, М.В.Фаликман. М.: ЧеРо, 2006.
9. Психология ощущений и восприятия / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Любимова, М.Б. Михалевской. М., 2002