

# ИГРОТЕРАПИЯ

СИДОРЕНКОВА Н.А.





Игровая терапия — метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром — игра.





Этот психотерапевтический подход применяется для того, чтобы помочь детям проработать их психологические проблемы и эмоционально травмирующие переживания или преодолеть поведенческие проблемы и сложности развития. В процессе терапии ребенок начинает лучше понимать свои чувства, развивается способность к принятию собственных решений, повышается самооценка, коммуникативные навыки.



Игра — это произвольная, внутренне мотивированная деятельность, предусматривающая гибкость в решении вопроса о том, как использовать тот или иной предмет. Игра является для ребенка тем же, чем речь является для взрослого. Это средство для выражения чувств, исследования отношений и самореализации.





Игра представляет собой попытку ребенка организовать свой опыт, свой личный мир. Игра для ребенка - одна из форм самотерапии, благодаря которой могут быть отреагированы различные конфликты и неурядицы

Термин "игровая терапия" был впервые предложен известным психоаналитиком М. Кляйн в 1920-х годах. Она предполагает, что в детской игровой деятельности всегда присутствует символический смысл. Через игру ребенок выражает бессознательные импульсы, влечения, подавленные фантазии и т. п. Таким образом, игра в работе с детьми заменяет метод свободных ассоциаций, применяемый во взрослом психоанализе, и может позволить аналитику непосредственно соприкоснуться с бессознательным ребенка.





А. Фрейд с успехом применяла игротерапию в работе с детьми, пережившими бомбежки Лондона во время Второй мировой войны

Среди отечественных подходов к игротерапии можно выделить сказочную игротерапию (Т. Зинкевич-Евстигнеева и др.).



Цель игровой терапии - помочь ребенку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом — через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, "отыгрываемых" или моделируемых в игровом процессе.







Упражнения детской игровой терапии могут не только помочь ребенку развить творческое чувство и воображение, но и открыто рассказывать о собственных страхах и волнениях, связанных с окружающим их миром. Это может помочь ребёнку снова обрести чувство спокойствия.



Игровая терапия основывается на эмоциональных отношениях и помогает ребёнку:

- развить более позитивную Я-концепцию,
- стать более ответственным в своих действиях и поступках,
- стать более самоуправляемым,



## **Игры, развивающие общение дошкольников.**

### **Раздувайся пузырь.**

#### **Описание игры.**

Игра начинается с того, что воспитатель предлагает всем детям сесть на стульчики, расположенные полукругом, и подходит к одному из них с вопросом: "Как тебя зовут? Скажи громко, чтобы все слышали!". Ребенок называет свое имя, а воспитатель громко и ласково повторяет его: "Машенька, пойдём играть", берет ребенка за руку и вместе с ним подходит к следующему, спрашивая его имя, затем предлагает и ему присоединиться к ним и подает руку Машеньке. Теперь они уже втроем идут приглашать следующего. Так по очереди приглашаются все дети. При этом лучше сначала подходить к тем, кто выражает желание скорее включиться в игру. Если кто-нибудь все же отказывается играть, не стоит на этом настаивать.

После того как все дети приглашены, образуется длинная цепочка. Воспитатель дает руку ребенку, стоящему последним, и замыкает круг. "Посмотрите, как нас много! Какой большой круг получился! Как пузырь! А теперь давайте сделаем маленький кружок". Вместе с воспитателем дети становятся тесным кружком и "раздувают пузырь": наклонив голову вниз, дети дуют в кулачки, поставленные один под другим, как в трубку. Они выпрямляются, набирают воздух, а затем снова наклоняются, выдувают воздух и произносят "ф-ф-ф-ф-ф". Эти действия повторяются два-три раза. При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного расширяют круг, двигаясь назад и произнося следующие слова:

Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся большой...  
Оставайся такой,  
Да не лопайся!!!

К концу текста образуется большой растянутый круг. Воспитатель входит в круг, дотрагивается до каждой пары соединенных рук, в каком-нибудь месте останавливается и говорит: "Лопнул пузырь!" Все хлопают в ладоши, произносят слово "Хлоп!" и сбегаются в кучку (к центру). После этого можно начинать игру сначала, т.е. опять раздувать пузырь.

Закончить игру можно и так. Когда пузырь лопнул, воспитатель говорит: "Полетели маленькие пузырьки, полетели, полетели, полетели...". Дети разбегаются в разные стороны.

### **Правила игры.**

1. Когда пузырь раздувается, двигаться назад, а к концу текста взяться за руки.
2. На слово "Хлоп!" руки разнимаются, и все бегут к центру.
3. Давать руку любому, то оказался рядом.

При проведении этой игры очень важно следить за движениями детей, придерживаясь неторопливого и оптимального для них темпа. Следует помнить, что, произнося звук "ф-ф" при раздувании пузыря, дети овладевают правильной артикуляцией. Это хорошее упражнение для развития звукопроизношения. В этой игре воспитатели часто сталкиваются с конфликтными отношениями между детьми: некоторые из них не хотят дать руку соседу, перебегают с одного места на другое и т.д. Особенно часто дети ссорятся из-за того, что всем хочется стоять рядом с воспитателем. Напоминая детям третье правило, которое необходимо для дружной игры, не следует задерживаться на этих конфликтах. Лучше быстро и тактично разрешать споры.



## **Подарки**

Особенности игры и ее воспитательное значение.

Игра проводится для дальнейшего сближения детей и воспитания дружеских, доброжелательных отношений в группе. В ней создается такая игровая ситуация, в которой каждый ребёнок может выбрать тот подарок, который ему хотелось бы получить. Все остальные дети движениями изображают этот предмет; они как бы удовлетворяют желания друг друга. Эта ситуация создает настроение праздничности и ожидания сюрприза.

Задача ребёнка в игре - передать движениями изображаемую игрушку, сделать это красиво и выразительно. Решение такой задачи активизирует воображение детей, воспитывает инициативу, подготавливает к принятию роли и воображаемой ситуации.

## **Описание игры.**

"Вы любите, когда вам дарят игрушки? Вот мы сейчас и будем делать друг другу подарки", - обращается к детям воспитатель, предлагает им построиться в большой круг и назначает того, кто первый будет выбрать себе подарок. Этот ребёнок выходит на середину круга, а воспитатель вместе с детьми ведет хоровод под следующие слова:

Принесли мы всем подарки,

Кто захочет, тот возьмёт.

Вот вам кукла с лентой яркой,

Конь, волчок и самолёт.

Стихи вместе с воспитателем произносят все участники игры, постепенно их запоминая. Перечислять игрушки нужно медленно, выразительно, чтобы дети успевали представлять себе каждый предмет. С окончанием текста дети останавливаются. Воспитатель, обращаясь к стоящему в кругу, спрашивает, какой из перечисленных подарков он хотел бы получить. Если он выбирает коня, все дети изображают, как скачет конь. Если выбирается кукла, все танцуют, как куклы, если волчок - все кружатся, а если выбирается самолет - все подражают полету и приземлению.

Приведем слова и ритмические движения, которые выполняют дети в хороводе

Конь

Скачет конь наш,

Чок - чок - чок!

Слышен топот быстрых ног,

Хоп-хоп-хоп!.. ТПРРРУУУ!!!

Дети поворачиваются и бегут друг за другом по кругу, высоко поднимая ноги, как лошадки. Руки вытянуты вперед, а корпус слегка отклоняется назад. В конце текста "конь" останавливается.

Обращаясь к ребенку, стоящему внутри круга, воспитатель предлагает ему посмотреть, какие у нас красивые кони, и выбрать того, который больше всего понравился. Выбирая себя "подарок", ребенок занимает место в хороводе, а тот, кого он выбрал, выходит на середину круга. Все снова берутся за руки и повторяют слова: "Принесли мы всем подарки".



Кукла.

Кукла, кукла попляши,

Яркой лентой помаши (повторяется два раза).

Под эти слова дети свободно пляшут лицом у центру, под любую плясовую мелодию, изображая куклу. Воспитатель предлагает ребенку, стоящему в кругу, выбрать, какая кукла ему больше всего понравилась, подойти к ней и занять место в хороводе, вокруг следующего ребенка продолжается движение хоровода.

Волчок

Вот как кружится волчок,

Прожуж-ж-жал - и на бочок (2 раза)

С этими словами дети кружатся на месте, потом приседают, слегка склонившись набок, опираясь рукой о пол. После выбора лучшего волчка и замены того, кто получает подарок, игра продолжается.

## **Самолет**

Изображая самолет, каждый ребенок "заводит мотор" - под звук "р-р-р-р-р-р-р" делает круговые движения руками перед грудью. Затем он раздвигает руки широким жестом "как крылья", и наклонившись немного вперед, - летит (т.е. бежит) по кругу со звуком "ж-ж-ж-ж-ж!". Сделав полный круг, "самолет" замедляет движение и медленно приземляется, т.е. приседает на корточки.

## **Правила игры:**

1. Каждому разрешается выбрать себе в подарок любой из изображаемых предметов.
2. Выбранный ребенок становится в центр круга взамен получившего подарок.

Эта игра может проводиться не только с малышами, но и с детьми смешанных возрастов, как в помещении, так и на участке. Предварительного словесного объяснения игры не требуется, она становится понятной в ходе игровых действий. Нужно только, чтобы воспитатель знал текст и образно, выразительно выполнял движения, которым будут подражать дети. Когда дети хорошо освоятся с игрой, можно предложить им назвать и изображать другие игрушки (мишка, автомобиль, лиса, волк), которые можно легко показать посредством выразительных движений.



## **Игры для дошкольников, воспитывающие гуманное отношение к сверстникам.**

### **Волшебные очки.**

Воспитатель торжественно объявляет: "я хочу показать вам волшебные очки, тот, кто их наденет, видит только хорошее в других и даже то хорошее, что человек иногда прячет от всех. Вот я сейчас эти очки... Ой, какие вы все красивые, веселые, умные!". Подходя к каждому ребенку воспитатель называет какое-либо достоинство (кто-то хорошо рисует, кто-то умеет строить из кубиков, кто-то быстро считает, кто-то на занятии себя хорошо ведет). "А теперь мне хочется, чтобы каждый из вас примерил эти очки и хорошенько рассмотрел своего соседа. Может, они помогут рассмотреть то, что вы раньше не замечали". Дети по очереди надевают волшебные очки и называют достоинства своих товарищей. В случае, если кто-то затрудняется можно помочь и подсказать. Повторение одних и тех же достоинств здесь не страшно, хотя желательно расширять круг хороших качеств.

## **Испорченный телефон.**

Дети садятся в одну линию. Ведущий шепотом спрашивает первого ребенка, как он провел выходные дни, а после этого громко говорит всем детям: "Как интересно рассказал мне Вова про свои выходные дни! Хотите узнать, что он делал и что он мне рассказал? Тогда Вова шепотом на ушко расскажет об этом своему соседу, а сосед тоже шепотом, чтобы никто другой не услышал, расскажет тоже самое своему соседу. И так по цепочке мы все узнаем, что делал Вова".

Воспитатель советует детям, как лучше понять и передать, что говорит сверстник: Нужно сесть поближе, смотреть ему в глаза и не отвлекаться на посторонние звуки. Когда все дети передадут свои сообщения соседям, последний громко объявит, что ему сказали, и как он понял, что Вова делал в выходные. Все дети сравнивают, на сколько изменился смысл передаваемой информации.

Если первому ребенку трудно сформулировать четкое сообщение "запустить цепочку" может взрослый. Начинать игру можно с любой фразы, лучше, если она будет необычная и смешная. (Например, когда птицы зевают, то они рот не открывают, у кошки длинный хвост).

Иногда дети специально, ради шутки, искажают содержание полученной информации, и тогда можно констатировать, что телефон совершенно испорченный. Нуждается в починке. Нужно выбрать мастера, который найдет поломку и сможет ее устранить. Мастер понарошку чинит телефон, и после следующего круга все оценивают, стал ли телефон работать лучше.