

## Мастер-класс

### «Игровая терапия способностей общения дошкольников»

( модули игрового пространства).

Воспитатель: Игнатович Т.Г.

Суть данной методики - в воздействии игры для содействия на ребёнка в преодолении социальных или психологических трудностей, которые создают преграды личностному росту и психоэмоциональному развитию.

Игровые ситуации дают возможность: показать способы решения конфликтных ситуаций, изменить неблагоприятные черты характера, рассеять проявления фобий. Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий.

Дети испытывают сложности с тем, чтобы описать педагогу свои мысли и чувства, но в игре они способны «показать» свои мысли, желания, переживания страхи.

Содержание игры, специфика представленных в игре межличностных отношений и характеров, конфликтов, устремлений и эмоций, продемонстрированный уровень сложности и организации – все это имеет значение для сбора информации для педагога.

Идея игровой терапии заключается в том, чтобы позволить ребёнку чувствовать себя более комфортно

Техники\_игротерапии.

Существует много упражнений в игровой терапии. Они делятся на следующие типы: игры с куклами и другими игрушками, игры с эмоциональной составляющей, рисунки с эмоциональной составляющей, живопись с целью эмоционального выражения, метафоры и истории; ролевые игры, творческие игры, игры на воображение и фантазию. Давайте рассмотрим некоторые из них.

Игрушки.

Игра с мячом: воспитатель просит детей по очереди бросать мяч. Каждый, кто его ловит, должен рассказать о чем-то, что делает его счастливым.

Игра с плюшевой игрушкой: воспитатель дает ребенку плюшевую игрушку, чтобы успокоить его во время игры.

Игра с куклами: воспитатель может использовать детскую куклу для моделирования позитивных, воспитательных действий для ребенка или позволяет ему играть с куклой, чтобы увидеть, какие у него инстинкты.

Игрушечный телефон: педагог дает ребенку один игрушечный телефон, второй оставляет у себя. Затем начинает задавать вопросы, связанные с терапией. Скорее всего, ребенку будет проще раскрываться при помощи косвенного метода общения. Если ему неловко, он может «повесить трубку».

Волшебная палочка: воспитатель дает ребенку волшебную палочку и просит загадать три желания. Как правило, одно их желаний связано с реальной проблемой, с которой он сталкивается.

Кубики: воспитатель выстраивает стену из кубиков и просит ребенка бросить в нее мяч. Это помогает ребенку сбросить напряжение и злость.

Метафоры\_и\_сторителлинг.

Метафоры: педагог кладет десятки игрушек перед ребенком и просит его выбрать те, которые соответствуют членам его семьи. Это помогает без слов выяснить, что он думает о них и что чувствует.

Техника черепашки: ребенку дают игрушку в виде черепашки и объясняют, что когда та расстроена из-за чего-то, она останавливается, забирается в свою раковину, закрывает глаза и делает три глубоких вдоха. Воспитатель просит повторить эти действия, что помогает ребенку обрести простой, но эффективный метод\_управления\_гневом.

Эмоциональный термометр: ребенок получает эмоциональный термометр, показывающий диапазон эмоций от 0 (с улыбающимся лицом) до 10 (с хмурым лицом). Воспитатель просит его перечислить

некоторые события из прошлого и указать, какой градус эмоций он испытывал. Вопросы могут быть такими: «Какие события позволяют тебе себя чувствовать, как это улыбающееся лицо? Как насчет хмурого лица? А как насчет середины?».

Сторителлинг: педагог просит ребенка рассказать историю из своей жизни, которая начинается со слов «Когда-то давным-давно...». Эта история может показать некоторые страхи и надежды ребенка.

Экстернализация: ребенок и воспитатель работают вместе, чтобы создать персонажа, представляющего одну из его проблем. Например, дракон может означать страх. Затем терапевт задает вопросы о проблеме, не обращаясь напрямую к страху ребенка, вытесняя ее к дракону.

Книготерапия: если проблема ясна, педагог находит книгу или историю, которая ее представляет, и показывает решение. Читая ребенку эту историю, педагог может периодически спрашивать: «Ты когда-нибудь испытывал нечто подобное?».

Ролевая игра: ребенок и воспитатель обыгрывают ситуацию, которая представляется проблемной. Это, к примеру, может быть первый день в детском саду или в другой группе. После игры ребенок понимает, что беспокоиться ему не о чем.

Костюмированная игра: ребенок играет роль короля или королевы. Затем педагог просит его сказать, что он хочет сделать со своей властью. Это показывает тайные желания.

Игра в маски: педагог просит ребенка сделать два коллажа (маски) из журналов. Коллажи такие: первая маска («внешняя») – это то, как ребенок видит мир; вторая маска («внутренняя») – это то, как ребенок видит себя.

Супергерой: педагог просит ребенка нарисовать супергероя с суперспособностями, которые он сам хотел бы иметь. Задача в том, чтобы объяснить, что сильные стороны ребенка столь же полезны.

Творческие игры. Раскрась свою жизнь: воспитатель и ребенок сотрудничают для того, чтобы выяснить, какие цвета вызывают какие чувства или настроение. Например, синий – для грустного, красный – для сердитого, желтый – для счастливого. Затем педагог может просить ребенка нарисовать шкалу своей жизни, используя цвета для представления чувств. Можно также разбить чувства на категории.

Глиняная игра: педагог дает ребенку кусок глины и позволяет делать с ним все, что он захочет. Ребенок может использовать ее для снятия стресса или вылепить вещи, которые для него важны или беспокоят его.

Свободное рисование: педагог дает ребенку лист бумаги и карандаши, просит нарисовать что угодно. Затем он задает открытые вопросы о рисунке.

Рисунки о травме: педагог просит ребенка нарисовать событие из своего травматического опыта. Например, о землетрясении. После этого ребенок может скомкать лист бумаги, чтобы выбросить воспоминание из своей головы.

Мандала: это схематическое изображение, которое используется в буддистских и индуистских практиках. Педагог дает ребенку шаблон, который нужно разукрасить. Цвет он может выбрать по своему усмотрению. Это способствует творчеству и расслаблению.

Нарисуй семью: педагог просит ребенка нарисовать картину своей семьи. Как только все будет готово, можно попросить его поговорить с каждым членом семьи. Это укажет на наличие скрытых проблем.

Воображение и фантазия. Управляемое изображение: педагог спрашивает, какие кошмары сняты ребенку. Задача здесь – объяснить ему, что можно изменить кошмар, если это не очень приятный опыт. Для этого терапевт должен придумать счастливый конец. Все это поможет ребенку понять, что можно управлять своим воображением, чтобы справляться со своими эмоциями.

Техника «Мир»: педагог дает ребенку поднос, наполовину заполненный песком, и десятки игрушек, в том числе людей, фантазийные фигуры и декорации. Из всего этого ребенок может построить собственный мир. После того как «мир» готов, терапевт задает вопросы об этом мире. Идея состоит в том, что мир, созданный ребенком, может включать темы, с которыми он сталкивается в реальной жизни.

Модули игрового пространства. Кукольный домик: педагог дает ребенку кукольный домик и несколько кукол, представляющих членов его семьи. Затем он просит ребенка смоделировать четыре разных повседневных сценария в своем реальном доме: время сна, обеда, игры и уборки, чтобы узнать больше о взаимоотношениях в семье.

**Игры для улучшения психологического самочувствия.** Дети чувствуют себя спокойно, когда знают, что они кому-то нужны и интересны. Легче всего это показать через следующие общеизвестные игры: жмурки, пятнашки, прятки, полоса препятствий. Во всех играх важно немного поддаваться, если видно, что малыш не справляется, подбадривать и хвалить за успехи.

**Игры, помогающие в коррекции агрессии.** Детям, которые проявляют агрессию важно показать на контрасте, что существует и другая модель поведения, а также, что любой спор должен закончиться на позитивной ноте. В такие игры можно играть с двух лет.

Войнушка. Ребенок и взрослый бросают друг в друга различными

безопасными предметами: подушками, комками бумаги, плюшевыми игрушками, пользуясь шитами и укрытиями. И заканчивают борьбу ничьей и объятиями.

Кошки. Малыш и взрослый по очереди превращаются вместе, то в добрых, мурлыкающих и ласкающихся кошек, то в злых и шипящих. Вместо кошек могут быть собаки, ёжики и любые другие животные.

**Игры, направленные на снятие напряжения и расслабление.**

Главной целью устранения этих параметров является смена мозговой деятельности и физическое успокоение.

Море волнуется раз. Всеми известная игра отлично работает на отвлечение и расслабление. Взрослый произносит: море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская (земная, овощная, любая другая) фигура замри! Во время озвучивания фразы ребёнок раскачивается, как будто на волнах и замирает на последнем слове в какой-то позе до тех пор, пока ведущий не отгадывает, что это за фигура. Затем играющие меняются ролями, или проделывают то же самое ещё раз. Такое развлечение подходит для детей от трёх лет.

Кукла. Ведущий говорит малышу, чтобы тот представил, что он превращается в куклу. Перечисляет все части тела, которые должны задеревенеть, при этом нажимая на них. Ребёнок замирает в одной позе, стараясь напрячь все мышцы до тех пор, пока взрослый не говорит, что малыш снова стал человеком. Он расслабляется и размякает. В эту игру можно играть с четырёх лет.

Игр может быть множество, и описывать все нет особого смысла. Достаточно сделать вывод: поскольку игра считается языком детей, она может быть лучшим способом узнать о них и их тревогах, чем традиционная беседа. Словом, лучшего терапевтического метода не найти.

Поэтому если вы видите, что ребенок испытывает определенные трудности или проблемы, обратитесь к любому из разнообразных видов игротерапии. Желаю Вам, коллеги, удачи!

Советую также прочитать:

- \* Сторителлинг.
- \* Нарративная терапия.
- \* Арт-терапия.
- \* Игры на развитие мышления у детей.
- \* Терапия Хакоми.
- \* Психологические игры.
- \* Психологическая интервенция.
- \* Развитие коммуникационных навыков у детей.
- \* Когнитивная терапия.
- \* Терапия творческим самовыражением.
- \* Позитивная терапия для детей.