У многих современных детей всё чаще встречаются различного рода проблемы и трудности, среди которых нарушения поведения и несформированность коммуникативных навыках занимают одно из ведущих мест.

Дети с нарушениями в поведении - это та категория детей, которая более всего осуждается и отвергается взрослыми. В то же время именно взаимодействие с взрослым, готовым понять и принять ребёнка, даёт ему возможность почувствовать внимание к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много негативных эмоций и с которыми самостоятельно он не в состоянии справиться.

Комплексная работа по преодолению поведенческих нарушений, включает в себя работу с ребёнком, его окружением, с родителями, педагогами.

Чрезвычайная актуальность проблемы психического здоровья детей и поиск путей оказания им помощи, до поступления их в школу можно использовать в **игре.** Ребёнку намного проще выражать свои переживания, потребности, мечты в игровом процессе. И игра предоставляет колоссальные возможности для переживания эмоционального опыта играющего (создание и разрядка напряжения, освобождение от страха, злости, грусти и т. д.) Мы не задумываемся о том, какое значение в нашей жизни имеют игры, в которые мы играли в дошкольном возрасте. Почему именно с песочницей, куклами и жмурками мы ассоциируем наше детство? Оказывается это самый лучший путь к нашей психической устойчивости, к избавлению от страхов и к умению общаться.

 Еще в 20-е годы прошлого века психотерапевты А. Фрейд, М. Клейн,

Г.,Хаг-Гельмут назвали детскую игру методом лечения, при котором дети развивают свои способности. Именно такой метод лечения получил название игровая терапия.

*Игровая терапия* – метод коррекции эмоциональных, коммуникативных и поведенческих нарушений у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром.

***Основная цель игры:*** помочь ребёнку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуациях.

**Результаты это метода (**игротерапия)

\*У детей развивается уверенное поведение, адекватная самооценка;

\*Дети могут сдерживать негативные эмоции, социально-приемлемым способом выйти из конфликтной ситуации;

\*Развивается способность понимать эмоциональное состояние другого и выражать своё, соотнося с конкретной ситуацией.

\*Развивается произвольность поведения, учатся самостоятельно принимать верные решения.

\*Формируются коммуникативные навыки.

Игротерапию, желательно проводить не только постороннему человеку, но ***и родителям***. Это поможет взрослым почувствовать себя ребенком и лучше понять своего ребенка, а дети быстрее раскрепостятся перед мамой или папой. Такое общение поможет наладить взаимопонимание в семье на долгие годы.

 ***Игры, в которые можно поиграть вместе с детьми.***

*«Жираф, слон, птица»*

 Взрослый говорит ребенку одно из трех слов (жираф, слон, птица). Если произнесено слово «жираф», то ребенок поднимает обе руки вверх. Если «слон»- ребенок делает из рук хобот, если «птица» – машет руками, как крыльями. Ребёнок должен быстро среагировать и повторять движение за взрослым.

 «Салют»

 Взрослый и ребенок берут газеты, журналы и начинают их рвать и бросать кусочки в центр комнаты. Когда куча в центре комнаты становится большой, взрослый предлагает ребенку поиграть с кусочками и начинает энергично подбрасывать их вверх, разбрасывая по комнате.

Можно также обсыпать кусочками друг друга или подбрасывать кусочки бумаги горстями вверх.

«Походка»

Для снижения эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снятия мышечных зажимов предложить ребенку показать походки разных животных.

*«Скажи громко/тихо»*

Взрослый предлагает ребенку повторить за ним какую-нибудь фразу сначала тихо, затем громче, еще громче, в конце кричать. Или наоборот начать громко, а закончить говорить шепотом.

«Тающая снежная баба»

Ребенок и взрослый должны встать на расстоянии друг от друга. Затем взрослый говорит: «Представь, что мы снежные бабы. На улице мороз, и нас просто невозможно разрушить. Замри в любой позе, в какой может стоять снежная баба. А теперь представь, что выглянуло солнышко, и ты начинаешь таять. Постепенно расслабляй своё тело, мышцы и представь, как тает снежная баба. Солнце печёт всё ярче и ярче… и вот, уже совсем трудно стоять снежной бабе (ребенок опускаются на корточки, на колени и ложится на пол). Снежная баба растаяла». Игру можно повторить ещё один или два раза, затем взрослый говорит: «А теперь мы уже люди, встряхнем ноги и кисти рук».

 «Упрямая подушка»

Взрослый предлагает ребенку «волшебную, упрямую подушку» и говорит: «Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри ее живут детские упрямки. Это они заставляют тебя капризничать и упрямиться. Давайте прогоним упрямки».

Ребенок бьют кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее!» Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается. Взрослый предлагает послушать «упрямки» в подушке: «Все ли упрямки вылезли и что они делают?» Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. «Упрямки испугались и молчат в подушке», – отвечает взрослый.

***Уважаемые родители!***

 ***Помните, что самое главное - это не то, во что играть, а то, как играть. Самая эффективная психотерапия – это родительская любовь. Почаще обнимайте своего малыша, целуйте, говорите, как сильно вы его любите, какой он хороший и замечательный.***

***Любите, понимайте и растите вместе!***

Психолог рекомендует…

Роль игры в формировании эмоциональных и поведенческих нарушений у детей



Подготовила:

педагог – психолог Жигалова Л. В.

МАДОУ №8 ст. Динская