

Консультация для воспитателей

ИГРА КАК СПОСОБ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕВРОЗОВ У ДЕТЕЙ

Детский невроз – нередкое в современном мире заболевание. Можно лечить его разными способами, но если разобраться в природе этой болезни, станет ясно, что самое эффективное из них – это игра.

Различные психические травмы могут сопровождать ребенка с момента нахождения в утробе матери и на протяжении всей его последующей жизни (разлука с матерью, падение и испуги, конфликты в семье и многое другое). А такие ошибки, как непоследовательность в воспитании, крайности в восприятии ребенка, неумение общаться и играть с ним усугубляют невротические состояния дошкольника и приводят к неврозу. В конечном итоге неврозы доставляют много проблем, как ребенку, так и окружающим его взрослым. Эмоциональные расстройства не только ухудшают самочувствие и снижают жизненный тонус дошкольника, но и осложняют адаптацию среди сверстников. Для таких детей характерна эмоциональная неустойчивость, раздражительность, упрямство, беспокойство и страхи. Общая характеристика эмоционального статуса дошкольников, воспитывающихся в условиях социального приюта следующая: высокая тревожность и в большинстве случаев агрессивные тенденции, явные или вытесненные, одиночество, агрессии, страхи сказочных персонажей (причем, по содержанию страхов можно судить о тенденциях к отставанию в развитии).

В отношении эмоциональной лабильности либо ригидности можно сказать, что не выявлено преобладание одной из этих характеристик как типичной; в то же время обращают на себя внимание случаи явной выраженности одной либо другой у отдельных детей, что в сочетании с эйфорическими и депрессивными проявлениями свидетельствует о наличии эмоциональных

нарушений, снижении произвольности поведения и эмоциональной саморегуляции. Это проявляется и в двигательной расторможенности либо скованности, аффективных реакциях при фрустрации, плохом самоконтроле при социальных взаимодействиях.

Неврозы лечат по-разному, начиная от приема транквилизаторов и заканчивая сеансами гипноза. Между тем есть простое и эффективное средство, которое поможет не только ребенку-неврастенику, но и воспитывающим его взрослым. Это средство – игра. Правда, будучи неуправляемой и не направляемой специалистом, она не поможет.

Лечебная игра выполняет три функции:

диагностическую - состоит в наблюдении за спонтанной игрой детей без вмешательства взрослых. После такого наблюдения проводится серия направленных игр (игры с мячом, «оживление игрушек», игра в кегли и т.д.); на их примере виден игровой опыт ребенка и его проблемы в познании и раскрытии себя;

терапевтическую – заключается в преодолении страхов, торможения и беспокойства, излишнего напряжения и неуверенности при нахождении своевременного выхода из стрессовой ситуации;

обучающую – состоит в научении новым, более адаптивным навыкам поведения, прежде всего в специально создаваемых (моделируемых) проблемных ситуациях.

В лечебной игре должно соблюдаться несколько условий. Во-первых (и это самое главное), она не должна быть в тягость ребенку, не должна восприниматься им как принуждение или обязанность. Игра становится творческим процессом самопознания и обретения возможностей справляться с возникающими трудностями в настоящем, прошлом и будущем.

Во-вторых, ребенок не должен заранее знать, во что он будет играть.

Неожиданность, непредсказуемость, новизна каждый раз создаваемой игровой ситуации провоцирует его на поиски выхода в любых вариантах

игры. Таким образом, пробуждается интерес к открытию себя, своих возможностей, оборачивающийся вовлеченностью и даже азартом в игре. Другими словами, игра преподносится как интересное времяпровождение для ребенка, когда он может побыть и страшным персонажем, и героем, и самим собой, но уже без прежних страхов, скованности и неуверенности в себе.

Некоторые негласные правила лечебной игры:

Нужно поддаваться ребенку для создания ситуации успеха. При этом нельзя впадать в крайности: дети очень чувствительны к фальши. То есть играть надо по-настоящему, но так, чтобы в конечном итоге выиграл ребенок;

именно в момент победы ребенка следует завершить игру (за исключением нескольких вариантов, в которых этого не требуется по сюжету), при этом нужно громко и дружно похвалить его.

Необходимо условиться, что в роли проигравшего всегда остается педагог. Причем его достижения должны быть в разы скромнее достижений ребенка.

Общие правила для игроков

Игроки должны верить в реальность игры и принимать ее условности.

Игроки должны стремиться к эмоциональному вовлечению в игру.

Игроки должны терпеливо выполнять правила каждой новой игры.

Взрослые игроки должны подстраиваться под ребенка в игре, проявлять ролевую гибкость.

Младшие игроки должны убирать игрушки на прежние места (тем самым проверяется память детей и устойчивость их волевой сферы).

Игроки не должны выходить из роли, пока не будет завершен сюжет игры.

Приветствуются непредсказуемость дальнейших действий, неожиданность в игре, создающие эффект спонтанности и импровизации, что развивает фантазию и воображение участников.

Советы педагогу по организации лечебных игр

Необходимо четко рассчитывать время начала и длительность игровых занятий.

Нельзя торопиться, следует в специально отведенное время обстоятельно рассказать о цели и правилах игры.

Нельзя отвлекаться, нужно выключить телефон и повесить на дверях плакат «Не входить: идет игровое занятие».

Все участники должны быть в легкой одежде, не стесняющей свободу движений.

Нельзя прерывать игру, не доведя ее до логического завершения. Педагог не имеет права отлучаться и пускать все на самотек, так же, как и внезапно появляться.

После окончания каждой игры и всего занятия в целом необходимо предоставить участникам возможность «остыть», переключиться на менее эмоционально насыщенные виды игровой деятельности – поиграть с воздушными шарами, в кегли, покрутить хула – хуп или просто поиграть в мячик.

Формы невроза

Неврастения – невроз, возникающий в условиях истощающих умственных и физических нагрузок, длительного переутомления, личных переживаний, конфликтов, т.е. в широком смысле слова в психогенных условиях. При неврастении ребенок перенасыщен информацией. Игры не позволяют, т.к. расцениваются взрослыми как шалость. Из-за большого количества запретов

и ограничений ребенок зажат, скован, говорит взрослыми фразами, высказывает недетские суждения.

Истерический невроз – больные отличаются повышенной чувствительностью и впечатлительностью, неустойчивостью настроения и склонностью привлекать к себе внимание окружающих. Отчаявшись привлечь к себе внимание, ребенок начинает проявлять капризы, истерики, демонстративное поведение.

Невроз страха – расстройство нервной системы, обусловленное длительным психическим перенапряжением или коротким по частоте, но сильным по интенсивности стрессом. В этом случае ребенок постоянно охвачен беспокойством, страхом, он не уверен в себе, не может быть самим собой ни минуты. Ему все время мерещится какая-то опасность.

Подготовила воспитатель группы №1

Козлова Д.С.

