

ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДОВ ИГРЫ И МУЗЫКИ

Роль семьи в формировании гармоничной личности ребенка имеет большое значение. Одним из актуальных вопросов в проблеме сопровождения детей младшего, среднего и старшего возраста – как помочь ребенку в различных кризисных ситуациях? Как попытаться снизить состояние эмоционального напряжения и, тем самым, переключить ребенка с неблагоприятного состояния - на эмоционально-положительное настроение, если у него произошло ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАССТРОЙСТВО, связанное с травмой, испугом и др., или СТРЕСС, КОНФЛИКТ СО СВЕРСТНИКАМИ, ЧУВСТВО ОБИДЫ, ПЛАЧЬ и т. д. Учитывая психологические особенности ребенка, каждому родителю важно ПРАВИЛЬНО ПОВЕСТИ СЕБЯ В ДАННОЙ СИТУАЦИИ.

В кризисных ситуациях, предлагается использовать игру как психопрофилактический метод отвлечения или переключения состояния ребенка, в ходе взаимодействия родителя с ним. В качестве психологической помощи семье и ребёнку, предлагаем Вам активные формы работы с детьми, с опорой на созданные здоровьесберегающие психолого-педагогические технологии (ИГРОВАЯ ТЕРАПИЯ, МУЗЫКОТЕРАПИЯ, АРТТЕРАПИЯ, СКАЗКОТЕРАПИЯ, ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ).

Развитие познавательных психических процессов и коммуникативных способностей дошкольников разного возраста происходит в результате слушания детьми сказок, рассказов, с последующим пересказом-анализом их содержания вместе с родителем. Необходимо разглядывать картинки, рассуждать о них, составлять рассказы по картинке, придумывать свое окончание или продолжение сказки совместно с ребенком. При использовании различных арттерапевтических методов, предлагаем рисовать на тему сказки, делать аппликацию или слепить из пластилина, изготовить из природного материала героев рассказа, сказки. Это позволяет развивать у детей творческое воображение и сферу фантазии. Таким образом, родители получают практический опыт, использование которого, в последующем, позволит им расширить игровой диапазон ребенка и снизить чувство эмоционального дискомфорта ребенка в сложной ситуации.

Примеры развивающих игр и упражнений на сенсорное развитие для детей 3-4-х лет

Форма - геометрическая мозаика, к ней карточки, на которых изображены несложные предметы (дом, пароход, звезда ...) в основе которых лежат геометрические формы. Ребенок правильно подбирает мозаику по рисунку.

Цвет - материал: 8 одноцветных предметов по 2 каждого цвета, но разной формы. Например, красный мяч, красный флаг и т. д. Взрослый показывает поочередно предметы и спрашивает: «Какого цвета?» Ребенок называет каждый цвет хотя бы один раз.

Конструирование - ребенку предлагается что-либо из разнообразных геометрических форм 10-12 шт.). Можно дать дополнительный материал (машинки, мелкие игрушки). Ребенок делает сюжетную постройку и обыгрывает ее (гараж, дорожку к нему).

Общие движения (развитие моторики) - материал: кубики или другие предметы (высотой 10-15 см). Взрослый расставляет предметы и предлагает ребенку перешагнуть через препятствия.

Игра - материал: разнообразные сюжетные игрушки. Взрослый наблюдает за игрой ребенка. Ребенок выбирает какой-либо сюжет и исполняет роль, которую сопровождает словами (играет с куклой, говорит «мама» и др.), взрослый помогает своим участием.

Наряду с игровыми методами, родителям предлагается ознакомиться с воспитательным значением музыкального сопровождения детей в стрессовой ситуации

Различные музыкальные произведения вызывают у детей эмоциональные переживания, рождают определенное настроение, под влиянием которых и движения приобретают определенный характер, например: торжественное звучание марша радует, бодрит, это подчеркивается в подтянутой осанке, точных подчеркнутых движениях рук и ног. Спокойный характер пляски, напротив, позволяет сделать осанку свободнее, движения не торопливыми, более мягкими. Лучше всего, в момент расстройства ребенка, обращаться к произведениям классиков, русских и советских композиторов. Правильное музыкальное сопровождение беседы или игры с ребенком, снизит повышенную эмоциональность у детей.

Любые занятия с детьми нуждаются в периодической стимуляции психической и физической работоспособности, в эффективной профилактике переутомления. Для этого могут быть использованы различные средства: музыка, игра, шутка, переключение на другую деятельность, но, пожалуй, самое действенное – это специально подобранная (по темпу, ритму, громкости, содержанию) музыка, которая может направленно стимулировать и регулировать психические состояния детей в ситуации кризиса и стабилизировать эмоциональный фон – до - положительного.

Действенным средством в период острых переживаний является песочная терапия, игры с песком позволяют детям не только переключиться на приятные мысли, но и снизить чувство эмоционального напряжения. Очень полезно сочетать игру в песочнице с музыкой. Слушая приятную, спокойную музыку, малыши непроизвольно «подключаются» к выражаемым в ней чувствам и настроениям.

Радуюсь музыке, ребенок эмоционально обогащается, испытывает особый подъем и жизнерадостность.

Педагог-психолог Долгова Г.А.