**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЯСЛИ – САД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ТИПА**

**№368 ГОРОДА ДОНЕЦКА»**

**Семинар практикум «Игротерапия как способ профилактики и коррекции»**

Подготовила:

Данилевич Илона Николаевна,

педагог-психолог МДОУ

«Ясли-сад № 368 г. Донецка»

**Донецк 2021**

**Семинар практикум «Игротерапия как способ профилактики и коррекции»**

**Задачи:**

* показать педагогам важность и значимость игротерапии;
* познакомить педагогов с направлениями, методами, приемами игротерапии;
* способствовать приобретению практических знаний об использовании приемов и методов игротерапии.

**Ход мероприятия:**

-Добрый день, уважаемые педагоги и воспитатели! Сегодня мы с вами поговорим о понятии и об основных составляющих процесса игротерапии.

Для того, что бы нам стало легче общаться, давайте поиграем в одну небольшую игру:

**Приветствие**. Каждый по кругу здоровается с участниками группы, по своему, по разному, например: «Здравствуйте, я очень рада вас всех видеть».

**Теоретическая часть**

Игротерапия - метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры.

В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности.

В игре ребенок чувствует себя естественно, адекватно своей человеческой природе, так как естественное состояние человека – это состояние деятеля, инициатора собственного развития.

Ребенок включается в игру целиком: всем своим интеллектуальным, личностным, эмоциональным потенциалом, своим жизненным опытом и творческими ресурсами. Игра способствует созданию близких отношений между участниками, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях общения, снимая опасность социально значимых последствий.

Игра для ребенка – это одна из форм самотерапии, благодаря которой могут быть отредактированы различные конфликты и неурядицы. Нередко для ребенка, игровая терапия - единственный путь помощи.

**Основные задачи игровой терапии:**

1. облегчение психологического страдания ребенка;

2. укрепление собственного Я ребенка, развитие чувства самоценности;

3. развитие способности эмоциональной саморегуляции;

4. восстановление доверия к взрослым и сверстникам, оптимизация отношений в системах «ребенок - взрослые», «ребенок - другие дети»;

5. коррекция и предупреждение деформаций в формировании Я-концепции;

6. коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

**Игротерапия: методы и направления**

Методы игротерапии включают в себя множество инструментов, начиная с обычного рисования. Изотерапия использует символический язык рисунка, который точнее, чем слова передает содержание внутреннего мира личности, снимает психологическое напряжение, ребенок рисует свой дом или свою семью, высказывая таким образом то, что не способен пока выразить словами: это и страхи, и психологические травмы, и текущее эмоциональное состояние. До сих пор рисунок применяется как отличный терапевтический метод контроля эмоционального настроения ребенка.

Кроме рисования известны и широко применяются другие игротерапевтические методики

Сегодня еще одной из самых действенных методик является песочная игротерапия. Тем более что песочница – важное для детей место: именно там начинаются широкие коммуникации с другими детьми: малыши начинают дружить со сверстниками, происходят первые драки из-за ведерок и совочков. Песок привлекает детей своей необычной структурой, новыми ощущениями, которые они могут испытать, прикасаясь к нему. Поэтому так важно дать ребенку возможность проводить время в песочнице, пересыпая песок, что успокаивает и расслабляет, лепя из него всевозможные фигурки, здания, города, что пробуждает фантазию и развивает мелкую моторику рук, отыскивая зарытые сокровища, что повышает заинтересованность ребенка, сочиняя сказки и рисуя их, что позволяет творчески дать выход существующим проблемам.

Но и другие методы игротерапии очень полезны для развития ребенка! Игры помогают детям научиться правильно строить диалог, кроме того, с помощью игр можно влиять на психику ребенка, снизить его агрессивность или гиперактивность.

Основной, самой простой, доступной и эффективной среди игровых терапий считается ролевая или, проще говоря, игра в куклы. Дети дают куклам имена, нередко это имена реальных окружающих их людей, чаще всего членов своей семьи. Если ребенок называет кукол «мама» и «папа», то, наблюдая за ходом игры, сделать определенные выводы может не только психолог, но и сам родитель: если «мама» с «папой» спорят, дерутся или же ребенок не хочет с ними дружить – это повод задуматься о возможном конфликте в семье; если же куклы и ребенок дружны, то скорее всего эмоциональная обстановка в семье благоприятная.

Таким образом, игра, наравне со сказкотерапией, это одна из лучших практик для развития детей, независимо от их физических и умственных способностей. Играя, ребенок учится гибче мыслить, принимать самостоятельные решения, общаться с окружающими. Покупая ребенку игрушки, мы на самом деле покупаем ему его ум, логику, активность и даже физическое развитие, так как тренировка пальцев, рук и всего тела лучше всего проходит именно в игровой форме.

Музыкотерапия. Она включает в себя четыре основных направления лечебного действия: эмоциональное активирование в ходе вербальной психотерапии; развитие навыков межличностного общения (коммуникативных функций и особенностей); регулирующее влияние на психовегетативные процессы; повышение эстетических потребностей.

Глинотерапия. Глина восприимчива к чувствам и может эффективно помочь отреагировать гнев, агрессию, страх, тревогу, вину, тем самым снижая вероятность проявления их в реальной жизни. Пластичность глины позволяет вносить изменения в работу и «исправлять» эмоциональное состояние. Показателями реабилитационной эффективности глинотерапии, служат развитие интеллекта, мелкой моторики, овладение навыками профессионального мастерства

Трудотерапия. Общеукрепляющая терапия направлена на отвлечение мыслей ребенка от болезни, на улучшение его моторики, развитие умелости, повышение жизнедеятельности организма.

Психогимнастика. Это курс специальных занятий (этюдов, игр, упражнений), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.

Развивающие компьютерные игры. Преимущества компьютера, как инструмента, состоят в том, что с его помощью становится возможным:

1. мотивировать детей к трудным для них видам деятельности;

2. моделировать предметное содержание сложных и скрытных от непосредственного наблюдения объектов познания в любых необходимых знаковых формах, свободно переходя от одной к другой;

3. моделировать продуктивные виды групповой и индивидуальной деятельности детей (конструирование, экспериментирование, прогнозирование, классификация и др.);

Гарденотерапия - это особое направление психосоциальной, трудовой, профессиональной игры при помощи приобщения к работе с растениями. Эта деятельность напрямую связана с положительным терапевтическим воздействием энергетики земли, растений. Особое эмоциональное настроение, связанное с выполнением необходимой работы, психически балансирует и успокаивает. Этот вид деятельности имеет ярко выраженную психотерапевтическую направленность, что позволяет использовать его при коррекции поведенческих и эмоциональных расстройств, для улучшения психоэмоционального состояния (работа в зимнем саду, на приусадебном участке, изготовление поделок в студии флористики и фитодизайна).

Техника "Фототерапия". Применение фотографии для решения разного рода психологических проблем, а также для развития и гармонизации личности.

Методики фототерапии: фотоальбом, фотоколлаж, составление плаката. Для развития социальной компетентности рекомендуется: составление карт района или города, дома, сада, магазина. Для укрепления образа Я, осмысления или переоценки смысла жизни, осмысления и актуализации свойств и ролей личности можно использовать, например, полоску бумаги (конус): "жизненный путь", "линия жизни", "воспоминания детства", "грани моего детства".

Новое игровое направление (технология) Мозартика представляет собой синтез игротерапии, арттерапии и психоанализа. Мозарт - развитие помогает ребенку узнать и освоить цвет, форму, счет, анализ, синтез, моделирование. Задания так же направлены на произношение трудных звуков, на развитие речи, развития воображения, умение фантазировать, сочинять, и т. д.

«Ролевая гимнастика» (Т. Мазепина)

Цель: эмоциональное оживление, расширение поведенческих ситуаций у ребенка.

а) Расскажи стихотворение (на выбор ребенка) следующим образом:

очень быстро;

шопотом;

со скоростью улитки;

как иностранец;

как робот.

б) Походи, как:

младенец;

лев;

пожилой человек.

в) Улыбнись как:

кот на солнышке;

само солнышко.

г) Посиди, как:

пчела на цветке;

наездник на лошади.

д) Попрыгай, как:

кузнечик;

козлик;

кенгуру.

е) Нахмурься, как:

осенняя туча;

рассерженная мама;

разъяренный лев.

**«Мимическая гимнастика» игра (Н. Яковлева)**

Цель: расслабление мимических мышц лица ребенка.

Предложите участникам выбрать следующие мимические упражнения: сморщить лоб – расслабиться. Поднять брови – расслабиться. Сморщить лоб – поднять брови – расслабиться. Закрыть глаза – открыть и расширить глаза – поднять брови – раскрыть рот – расслабиться. Сморщить нос, расширить ноздри – расслабиться. Улыбнуться.

«Угадайте, это кто?» игра (Е. Лебеденко)

Цель: оценить психоэмоциональное состояние; прояснить самооценку ребенка; формировать позитивное отношение к себе и окружающим.

Психолог предлагает детям догадаться, о ком он будет говорить. Затем давая описание внешности каждого ребенка, подчеркивает позитивные черты. Например: «У этой девочки светлые волосы, аккуратная прическа, красивые голубые глаза, родинка на щеке, милая улыбка» и т. д.

**Упражнение разминки "Мусорная корзина"**

Цель: Высвобождение негативных эмоций ребенка.

В начале, ведущий раздает участникам листочки и (если необходимо) ручки, в центр круга ставится мусорная корзина.

Ведущий обращается к участникам с просьбой написать на бумаге те негативные эмоции, которые имеются в настоящий момент у участников (каждый указывает свои эмоции), или нарисовать все, что тебе не нравиться. После этого бумажки выбрасываются в мусорную корзину.

Ведущий опрашивает добровольцев: кто хочет поделиться и рассказать другим участникам содержание своей записки.

В конце упражнения корзина убирается в сторону (но на видное место).

Игра медитация

Сядьте на стул, расслабьте плечи, руки, ноги, живот, закройте глаза

"Представь себе, что мы сидим в комнате и смотрим в окно, а там синее-синее небо. По небу неторопливо плывут облака. Очень красиво. Вдруг мы видим, что одно пушистое облако приближается к нашему окну. Его форма напоминает пони. Мы залюбовались этим зрелищем, а облако подплыло совсем близко к нам. Смотри, оно машет нам лапкой, как будто приглашает присесть! Мы осторожно открываем окно и усаживаемся на теплое облако. Устраивайся поудобнее, ощути, как здесь мягко и уютно. Можно даже полежать. Куда же мы полетим? Наверное, надо подумать о месте, где тебе всегда хорошо. Подумай о таком месте.

Облако стало двигаться. Вот уже наш дом кажется крошечным вдалеке, ниже пролетают стаи птиц. Удивительно хорошо. Вот, кажется, мы начинаем снижаться. Облако опускает нас на землю. Теперь ты можешь идти. Мы там, где ты спокоен и счастлив, где тебе очень хорошо. Посмотри, что там вокруг? Какие в этом месте запахи? Что ты слышишь? Есть ли здесь кроме тебя какие-то люди или животные? Тут ты можешь делать все, что хочешь. Побудь в этом месте еще немного, пока я посчитаю до десяти, а потом снова пойдем к облаку (медленно считайте от одного до десяти). Ну вот, нам пора возвращаться, залезай на облако. Мы снова летим по самому синему небу. Вот уже показался наш дом. Облако аккуратно подплывает к самому окну. Мы с тобой залезаем в нашу комнату прямо через окно. Мы благодарим облако за чудесную прогулку и машем ему рукой. Оно медленно уплывает вдаль. Когда я посчитаю до пяти, оно растворится в небе, а ты раскроешь глаза (считайте до пяти)".

После того как ребенок раскроет глаза, попросите его поделиться с вами впечатлениями от путешествия. Приятно ли ему было плавать на облаке? Какое место он себе представил? Каким оно было? Как он там себя чувствовал? Существует ли это место на самом деле или оно полностью создано его воображением?

Упражнение «Пожелание по кругу»

Все сидят в кругу, и каждый по кругу высказывает свои пожелания по кругу все участники.