

Козлитина Марина Николаевна

бакалавр, педагог-психолог, воспитатель

Козлитина Татьяна Сергеевна

учитель-дефектолог

Хребтова Людмила Михайловна

бакалавр, воспитатель

Козырева Ирина Александровна

воспитатель

Литвин Оксана Анатольевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №48 «Вишенка»

г. Белгород, Белгородская область

ИГРОТЕРАПИЯ: ПУТЬ К ГАРМОНИИ ЭМОЦИЙ У ДЕТЕЙ С ОВЗ

Аннотация: дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) часто сталкиваются с особыми вызовами в развитии, и эмоциональная сфера не является исключением. Трудности в понимании собственных чувств, выражении эмоций, установлении социальных контактов и регуляции поведения могут существенно влиять на их адаптацию и качество жизни. В этом контексте игротерапия выступает как мощный и эффективный инструмент коррекции, позволяющий детям с ОВЗ обрести эмоциональную гармонию и уверенность в себе.

Ключевые слова: игротерапия, дети с ОВЗ, нарушения эмоциональной сферы, психокоррекция, развитие эмоций, социальные навыки, эмоциональная регуляция, детский сад.

Игротерапия – это метод психотерапии, в котором игра используется как основной способ взаимодействия между терапевтом и ребенком. Для детей, особенно для тех, кто испытывает трудности в вербальном общении, игра становится естественным языком, позволяющим выразить свои мысли, чувства и переживания.

Для детей с ОВЗ игротерапия имеет ряд неоспоримых преимуществ.

Безопасная среда для самовыражения: игра создает атмосферу доверия и принятия, где ребенок может свободно исследовать свои эмоции, не боясь осуждения или критики. Это особенно важно для детей, которые могут испытывать стыд или страх, связанные с их особенностями.

Развитие эмоционального интеллекта: через игру дети учатся распознавать, называть и понимать различные эмоции – как свои, так и чужие. Они могут проигрывать ситуации, которые вызывают у них тревогу или гнев, и находить безопасные способы их выражения и преодоления.

Формирование навыков социальной адаптации: многие игры предполагают взаимодействие с другими участниками. Это позволяет детям с ОВЗ развивать навыки сотрудничества, эмпатии, умения делиться, ждать своей очереди и решать конфликты в безопасной среде.

Снижение стресса и тревожности: игра является естественным способом снятия напряжения. Дети могут выплеснуть накопившуюся энергию, справиться с фрустрацией и обрести чувство контроля над ситуацией.

Повышение самооценки и уверенности в себе: успешное участие в игре, достижение поставленных целей, получение положительной обратной связи от терапевта – все это способствует укреплению самооценки ребенка и формированию позитивного образа себя.

Развитие когнитивных функций: многие игровые активности стимулируют развитие внимания, памяти, логического мышления, пространственного воображения и других когнитивных навыков, которые часто нуждаются в коррекции у детей с ОВЗ.

Игротерапия работает на разных уровнях, затрагивая различные аспекты эмоционального развития:

Педагог может использовать игрушки, рисунки, ролевые игры, чтобы помочь ребенку идентифицировать и назвать свои чувства. Например, ребенок может выбрать игрушку, которая символизирует его гнев, и «выпустить» его через игру.

Через игру дети учатся контролировать свои импульсы, справляться с разочарованием и находить конструктивные способы выражения негативных эмоций. Педагог может моделировать ситуации, где ребенок учится ждать, делиться или находить компромиссы.

Проигрывая различные роли и наблюдая за реакциями других персонажей (игрушек или других детей), ребенок учится понимать чувства других людей и сопереживать им.

Игротерапия позволяет безопасно проиграть пугающие ситуации, будь то страх темноты, разлуки с родителями или социальные страхи. Ребенок может «победить» свой страх через игру, обретая чувство контроля.

Педагог акцентирует внимание на сильных сторонах ребенка, его успехах и достижениях в игре, что способствует формированию здоровой самооценки.

Существует множество подходов к игротерапии, и выбор конкретного метода зависит от индивидуальных особенностей ребенка, его возраста и характера нарушений. Среди наиболее распространенных:

Педагог активно направляет ход игры, предлагая конкретные задания и сценарии. Этот подход может быть эффективен для детей, которым требуется четкая структура и руководство.

Педагог создает безопасное пространство и позволяет ребенку самому выбирать игру и направление игры. Этот подход способствует развитию самостоятельности и самовыражения инициативы ребенка.

Игровая терапия с использованием песка (песочная терапия): Работа с песком, фигурками и другими материалами в песочнице позволяет детям с ОВЗ выражать свои внутренние переживания, которые трудно вербализовать. Это особенно полезно для детей с нарушениями речи или аутизмом.

Сказкотерапия: создание и проигрывание сказок помогает детям с ОВЗ осмыслить сложные жизненные ситуации, найти пути решения проблем и развить позитивные модели поведения. Персонажи сказок могут отражать внутренний мир ребенка, а их приключения – его собственный путь развития.

Ролевые игры и драматизация. Эти методы позволяют детям с ОВЗ примерять на себя различные социальные роли, учиться взаимодействовать в группе, развивать навыки общения и понимать социальные нормы. Проигрывание типичных ситуаций (например, поход в магазин, визит к врачу) помогает подготовиться к реальным жизненным сценариям.

Настольные игры, подвижные игры с четкими правилами развивают у детей с ОВЗ умение следовать инструкциям, терпение, умение проигрывать и радоваться победам других. Это также способствует развитию когнитивных функций, таких как внимание и память.

Для успешного применения игротерапии в работе с детьми с ОВЗ необходимо учитывать ряд важных факторов:

Каждый ребенок с ОВЗ уникален, и программа игротерапии должна быть адаптирована к его конкретным потребностям, интересам и возможностям.

Педагог должен обладать не только знаниями в области детской психологии и коррекционной педагогики, но и умением устанавливать доверительные отношения с ребенком, создавать безопасную и поддерживающую атмосферу.

Вовлечение родителей в процесс игротерапии играет ключевую роль. Родители могут получать рекомендации по применению игровых техник дома, что способствует закреплению достигнутых результатов и улучшению общего эмоционального состояния ребенка.

Игровая комната должна быть оборудована разнообразными игрушками, материалами и мебелью, которые стимулируют творческую активность, самовыражение и социальное взаимодействие. Важно, чтобы среда была безопасной, доступной и комфортной для детей с различными видами ОВЗ.

Эффективность игротерапии достигается при регулярных занятиях. Постепенное и последовательное применение игровых техник позволяет ребенку постепенно осваивать новые навыки и преодолевать трудности.

Игротерапия является ценным и многогранным инструментом в коррекции нарушений в развитии эмоциональной сферы детей с ОВЗ. Предоставляя безопасное пространство для самовыражения, развивая эмоциональный интеллект,

социальные навыки и когнитивные функции, игротерапия помогает детям с ОВЗ обрести внутреннюю гармонию, повысить самооценку и успешно адаптироваться в обществе. Инвестиции в игротерапию – это инвестиции в счастливое и полноценное будущее каждого ребенка, независимо от его особенностей.

Список литературы

1. Аверина Н.В. Игротерапия в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья / Н.В. Аверина. – М. : Издательство «Национальное образование», 2018.
2. Айвазян А.А. Игровые технологии в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ / А.А. Айвазян. – М. : Издательство «Просвещение», 2019.
3. Волковская Т.Н. Психологическая помощь детям с нарушениями эмоциональной сферы / Т.Н. Волковская. – М. : Издательство «Академия», 2017.
4. Григорьева Е.Е. Игротерапия: теория и практика / Е.Е. Григорьева. – М. : Издательство «АСТ», 2016.
5. Смирнова Е.О. Детская психология: учебник для вузов / Е.О. Смирнова. – М. : Издательство «Питер», 2018.