

***Веретенникова Алина Сергеевна***

социальный педагог

***Клюкова Юлия Петровна***

тьютор

***Омельченко Марина Викторовна***

воспитатель

***Сегеда Светлана Михайловна***

воспитатель

МБДОУ «Д/С №11»

г. Алексеевка, Белгородская область

## **КАК СТАТЬ ДРУГОМ СВОЕМУ РЕБЕНКУ: НЕЙРОИГРЫ И НЕТРАДИЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К УКРЕПЛЕНИЮ СВЯЗИ**

***Аннотация:*** статья посвящена вопросам построения доверительных отношений между родителями и детьми с помощью игровых методик, основанных на принципах нейропсихологии. Делается вывод, что регулярное совместное времяпрепровождение в игровой форме формирует безопасную эмоциональную среду, развивает когнитивные навыки и эмоциональный интеллект, укрепляет семейные связи.

***Ключевые слова:*** нейроигры, родительско-детские отношения, нетрадиционные методы воспитания, семейное взаимодействие, игровые методики, укрепление семейных связей.

В современном мире, полном цифровых технологий и ускоренного ритма жизни, родителям становится все сложнее найти общий язык с детьми. Гаджеты, школьные нагрузки, внеурочные занятия и социальные ожидания создают дополнительные барьеры в общении между поколениями. Многие взрослые замечают: чем старше становится ребенок, тем меньше он делится переживаниями, реже обращается за советом, все чаще замыкается в себе.

По данным современных психологических исследований, доверительные отношения в семье напрямую влияют на:

- эмоциональную стабильность ребенка;
- его успеваемость в школе;
- способность выстраивать здоровые отношения со сверстниками;
- уровень самооценки и стрессоустойчивость.

При этом традиционные способы общения – назидательные беседы, строгие правила или даже попытки «купить» доверие подарками – зачастую дают обратный эффект. Дети воспринимают их как давление и еще больше отдаляются.

Выход есть: нужно говорить с ребенком на его языке – языке игры и совместного творчества. Нейроигры и другие нетрадиционные формы взаимодействия помогают:

- снять психологические барьеры;
- создать атмосферу взаимного уважения;
- развивать эмоциональный интеллект у всех участников;
- укрепить семейные связи через позитивные эмоции.

#### *Что такое нейроигры?*

Нейроигры – это специально разработанные игровые упражнения, основанные на принципах нейропсихологии. Они:

- стимулируют формирование новых нейронных связей;
- развивают внимание, память, координацию;
- улучшают межполушарное взаимодействие;
- помогают лучше понимать свои и чужие эмоции;
- создают условия для неформального общения.

В статье мы разберем, как именно работают такие методики, предложим конкретные игры для различных возрастов и дадим практические советы по их внедрению в повседневную жизнь. Вы узнаете, как через игру можно не просто развлечь ребенка, но и построить с ним настоящую дружбу, основанную на взаимопонимании и поддержке.

#### *Почему традиционные методы не всегда помогают?*

Классические способы общения – разговоры «по душам», нравоучения, совместные прогулки – важны, но порой не дают нужного эффекта. Причины могут быть разными:

- ребенок стесняется или боится осуждения;
- у родителей и детей разный «язык» эмоций и восприятия;
- повседневная рутина не оставляет места для искреннего контакта;
- взрослые часто занимают позицию «сверху», что мешает открытому диалогу.

В таких случаях на помощь приходят игровые методики, которые снимают барьеры и создают безопасную среду для взаимодействия.

#### *Нетрадиционные формы взаимодействия с ребенком.*

Помимо нейроигр, есть и другие нестандартные способы сблизиться с ребенком.

1. *Ролевые игры.* Примерьте на себя роли персонажей из любимых сказок или мультфильмов. Это поможет взглянуть на мир глазами ребенка и обсудить важные темы в игровой форме.

2. *Творческие марафоны.* Устройте совместный день рисования, лепки или создания коллажей. Главное – не оценивать результат, а наслаждаться процессом.

3. *Квесты дома.* Придумайте маршрут с загадками и заданиями. Это может быть поиск «сокровищ» или выполнение «секретной миссии».

4. *Фотоэксперименты.* Предложите ребенку устроить необычную фотосессию: с реквизитом, в разных образах или с использованием фильтров. Потом вместе обработайте снимки.

5. *Кулинарные эксперименты.* Готовьте блюда, которые никогда не пробовали, или придумывайте свои рецепты. Пусть ребенок сам выбирает ингредиенты и руководит процессом.

6. *Музыкальные импровизации.* Создайте домашний оркестр из подручных предметов или сочините вместе песню.

7. *Строительство «крепости».* Постройте из подушек и одеял тайное убежище, где можно пить чай и делиться секретами.

*Примеры нейроигр для совместного времяпрепровождения.*

Вот несколько игр, которые подойдут для разных возрастов:

1. «Зеркальное отражение» (для детей 4–7 лет).

*Цель:* развитие эмпатии и координации.

*Как играть:* встаньте напротив ребенка и по очереди изображайте движения (поднимать руки, наклоняться, прыгать). Партнер должен точно повторить их, как в зеркале. Постепенно ускоряйте темп.

*Эффект:* ребенок учится «считывать» эмоции и действия другого человека, а родитель – лучше понимать невербальные сигналы.

2. «Эмоциональный алфавит» (для детей 6–10 лет).

*Цель:* расширение эмоционального словаря.

*Как играть:* выберите букву и по очереди называйте эмоции, которые начинаются с нее (например, «радость», «раздражение», «ревность»). Затем расскажите, в каких ситуациях вы их испытывали.

*Эффект:* обсуждение эмоций снижает тревожность и учит открыто говорить о чувствах.

3. «Баланс и логика» (для детей 8+ лет).

*Цель:* тренировка внимания и самоконтроля.

*Как играть:* одновременно выполняйте два действия: например, стойте на одной ноге и решайте простые математические примеры. Кто дольше продержится – тот победил.

*Эффект:* игра учит концентрироваться и справляться со стрессом в нестандартных условиях.

4. «Истории на ходу» (для всех возрастов).

*Цель:* развитие креативности и навыков слушания.

*Как играть:* начните рассказывать историю, произнесите одно предложение. Ребенок продолжает, добавляя свое. Так создается совместный рассказ.

*Эффект:* учит слышать другого, уважать чужую точку зрения и работать в команде.

5. «Тактильная память» (для детей 5+ лет).

*Цель:* развитие осязания и памяти.

*Как играть:* положите в мешочек разные предметы (камень, ткань, игрушку). На ощупь определите, что это, и опишите ощущения. Затем поменяйтесь ролями.

*Эффект:* помогает снять напряжение и укрепить тактильный контакт.

6. «Кулак-ребро-ладонь» (для детей 5–9 лет).

*Цель:* развитие мелкой моторики и межполушарного взаимодействия.

*Как играть:* последовательно меняйте положения руки: сначала сожмите в кулак, затем поставьте ребром, потом раскройте ладонь. Сначала делайте одной рукой, потом другой, затем двумя одновременно.

*Эффект:* улучшает координацию, внимание и способность переключаться между задачами.

7. «Горизонтальная восьмерка» (для детей 7+ лет).

*Цель:* синхронизация работы полушарий мозга.

*Как играть:* нарисуйте в воздухе перед собой горизонтальную восьмерку (знак бесконечности) сначала правой рукой, затем левой, потом двумя руками одновременно. Следите глазами за движением рук.

*Эффект:* развивает пространственное мышление, улучшает концентрацию.

*Как внедрить нейроигры в повседневную жизнь?*

1. *Начните с малого.* Выберите одну игру и попробуйте провести ее в выходной день.

2. *Будьте искренни.* Если вам не нравится игра, ребенок это почувствует. Выбирайте то, что интересно и вам.

3. *Не давите.* Если ребенок отказывается играть, не настаивайте – предложите, что-то другое.

4. *Обсуждайте впечатления.* После игры спросите: «Что тебе понравилось?», «Что было сложно?». Это закрепит эффект от занятия.

5. *Делайте регулярно.* Даже 10–15 минут в день помогут укрепить связь.

6. *Адаптируйте правила.* Подстраивайте сложность под возраст и настроение ребенка.

7. *Хвалите за участие.* Отмечайте успехи, но не превращайте игру в соревнование.

*Чего избегать?*

- превращения игры в тренировку или экзамен;
- критики за ошибки («Ты сделал не так!»);
- сравнения с другими детьми;
- чрезмерной серьезности – сохраняйте легкость и юмор;
- навязывания игр, которые не нравятся ни вам, ни ребенку.

Стать другом своему ребенку – значит быть готовым выйти за рамки привычных ролей и посмотреть на мир его глазами. Нейроигры и нетрадиционные формы общения не просто укрепляют доверие: они дают мощный импульс для всестороннего развития ребенка.

Регулярное совместное времяпрепровождение в игровой форме:

- формирует безопасную эмоциональную среду, где ребенок может быть собой;
- развивает важные когнитивные навыки (память, внимание, логику) и эмоциональный интеллект;
- учит конструктивно выражать чувства и решать конфликты;
- создает общие воспоминания, которые укрепляют семейные традиции;
- помогает родителям лучше понимать возрастные особенности и потребности своего ребенка;
- демонстрирует, что взрослые тоже умеют веселиться и не боятся быть «неидеальными».

Главное – подходить к процессу с искренним интересом и радостью. Не стремитесь к «идеальной» игре: важнее атмосфера принятия и взаимного уважения. Начните с одной простой нейроигры на этой неделе – и вы заметите, как постепенно меняется качество вашего общения. Доверие, построенное на совместном творчестве, станет фундаментом крепких и теплых отношений на долгие годы.

### ***Список литературы***

1. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: учебное пособие / А.В. Семенович. – М.: Генезис, 2021. – 474 с.
2. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учеб. для студентов вузов / Т.Г. Визель. – М.: В. Секачев, 2013. – 263 с.
3. Цветкова Л.С. Нейропсихология и афазия: новый подход / Л.С. Цветкова. – М.: МПСИ, 2001. – 264 с.
4. Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход / Н.М. Пылаева, Т.В. Ахутина. – М.: Академия, 2015. – 288 с.
5. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста: учебник для академического бакалавриата / Ж.М. Глозман. – М.: Юрайт, 2023. – 246 с.
6. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3–9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2018. – 176 с.
7. Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи: учебное пособие-практикум / А.Г. Лидерс. – М.: Академия, 2017. – 432 с.
8. Эльконин Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. – 2-е изд. – М.: Владос, 1999. – 360 с.
9. Выготский Л.С. Игра и её роль в психическом развитии ребёнка / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – №6. – С. 62–76. EDN OWVTDS
10. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии / И.И. Мамайчук. – СПб.: Речь, 2008. – 224 с.
11. Практикум по детской нейропсихологии / под ред. Н.М. Пылаевой. – М.: МГППУ, 2010. – 256 с.