

ІГРОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ УСУНЕННЯ СТРАХІВ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Найприроднішим засобом проникнення в дитинство, всебічного його пізнання, а також впливу є гра. У зв'язку з цим ООН проголошено гру універсальним та невід'ємним правом дитини. У грі відбувається розвиток творчої уяви, а також зняття напруги і відновлення душевного комфорту. Гра є джерелом задоволення, тому активізує, як дітей, так і дорослих.

Гра для дитини є однією з форм самотерапії, завдяки якій можуть бути скореговані різні конфлікти. Нерідко для дитини єдиним шляхом допомоги є ігрова терапія. Загальні показання до ігротерапії: соціальний інфантилізм, замкнутість, нетовариськість, фобічні реакції, порушення поведінки і шкідливі звички тощо.

Таким чином, актуальність вивчення процесів ігри для використання для психокорекції, незаперечна. Тільки добре знаючи механізм впливу гри на глибинні психофізіологічні структури людського мозку, можна ефективно надати психокорекційну підтримку. У багатьох випадках гра виступає в якості провідного методу психокорекційного впливу (наприклад, при наявності у дитини емоційних і поведінкових порушень невротичного характеру); в інших випадках - як допоміжний засіб, що дозволяє стимулювати дитину, розвинути її сенсомоторні навички, знизити емоційну напругу й ступінь соціальної депривації (у разі розумової відсталості, аутизму, психічних захворювань і т.д.).

Гра почала розглядатися дослідниками як головний метод пізнання дітей, оскільки в ній діти щиро і вільно мають змогу виражати свої почуття, оволодівати новими вміннями, розвивати соціальну компетентність і збагачувати індивідуальний досвід. Більшість вітчизняних і зарубіжних дослідників (А.Варга, О.Захаров, В.Екслейн, О.Карабанова, Л.Костіна, Г.Лендрет, К.Мустакас, Р.Овчарова, В.Оклендер, А.Осіпова, А.Співаковська та ін.) переконані, що гра може бути корисним інструментом для діагностики і корекції будь-яких порушень дитячого розвитку.

На думку багатьох авторів (Т.Бетелхейм, В.Екслейн, Г.Лендрет, К.Мустакас та ін.) гра використовується в терапії і корекції тому, що виступає для дітей символічною мовою для самовияву. Вважається, що «відігравання» дітьми свого досвіду і почуттів є найбільш природньою, динамічною і оздоровчою діяльністю. Гра може відкрити: все, що пережила дитина, та її реакції на пережите; почуття, пов'язані з тим, що вона пережила; бажання, мрії, потреби та особливості Я-концепції.

Психокорекційний ефект ігрових занять у дітей досягається завдяки встановленню позитивного емоційного контакту між дітьми і дорослими. Через гру коригуються витіснені і пригнічені негативні емоції, страхи та фобії, невпевненість у собі, розширюється здатність дітей до спілкування, розширюється діапазон доступних дитині дій з предметами. Ознакою розгортання гри є швидкозмінні ситуації, в яких опиняється об'єкт після дій з ним, а також швидке пристосування дій до нової ситуації.

Найприйнятнішим для застосування ігротерапевтичного методу вважається вік від 3 до 12-13 років. В психологічній літературі страх визначається як психічний стан, що виникає на основі інстинкту самозбереження як реакція на дійсну або уявну небезпеку. Найбільш чутливі до страхів діти 6-7-річного віку. Відповідно до цього, можна сказати, що дитячі страхи в тій чи іншій мірі обумовлені віковими особливостями і мають тимчасовий характер.

Страхи, емоційні порушення піддаються корекції і без наслідків проходять у дітей до десяти років. Тому надзвичайно важливо вчасно звертатися до фахівця, вжити заходів щодо подолання фобій у дитини. В зв'язку з цим, найбільш актуальною для практичної психології та педагогіки є задача пошуку найбільш ефективних шляхів виявлення та подолання психічного неблагополуччя дитини.

Страх, неспокій у дітей можуть бути викликані матір'ю, яка постійно відчуває нервово-психічні перевантаження внаслідок вимушеної або умисної підміни сімейних ролей (перш за все ролі батька).

В психологічній практиці виділяють декілька напрямів ігротерапії як засобу психокорекції: *ігротерапія відреагування, що виступає структурованим видом ігротерапії для роботи з дітьми, які пережили певну травмуючу подію. Це обумовлюється тим, що гра займає важливе місце у психотерапевтичній роботі з дітьми, оскільки вона є для дитини природною формою подолання емоційних проблем. * ігротерапія побудови відносин, де основна увага приділяється позитивному впливу емоційних стосунків між дорослим і дитиною. Тут дітям надається право вибору - грати чи не грати, керувати власною діяльністю. Мета такої діяльності полягає не в тому, щоб змінити дитину, а в тому, щоб допомогти їй зміцнити своє «Я», відчуті власну цінність.

Корекція являє собою особливу форму психолого-педагогічної діяльності, яка спрямована на створення найбільш сприятливих умов для оптимізації психічного розвитку особистості дитини, надання їй спеціальної психологічної допомоги.

Отже, у загальному вигляді ігротерапія розглядається як провідний метод психотерапевтичного і психокорекційного впливу в роботі з дітьми. Ціль ігрової терапії – не змінювати й не «переробляти» дитину, не навчати її спеціальним поведінковим навичкам, а дати можливість «прожити» у грі хвилюючі ситуації при повній підтримці і співпереживанні дорослого.

Список літератури

1. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения. / Г.М. Бреслав – М., 1990.
2. Бухановский А. Общая психопатология. / А.Бухановский – М., 2003.
3. Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. / М.Й. Варій – Львів: Край, 2005.
4. Вологодіна Н.Г. Дитячі страхи вдень і вночі .- М.: «Фенікс», 2006 .- 106с.
5. Громова Т.В. Країна емоцій: Методика як інструмент діагностичної та корекційної роботи з емоційно-вольовою сферою дитини. - М.: УЦ «Перспектива», 2002. - 48 с.: Іл.

*Науковий керівник: Семиченко В.А.
професор*