

*Линик Анна Тимуровна
студентка 5 курса магистратуры
Гуманитарно-педагогическая академия
Россия, г. Ялта
e-mail: linik-anya@mail.ru*

ИГРОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** В статье рассматриваются особенности использования игротерапии как средства психолого-педагогической коррекции школьной дезадаптации младших школьников, условия взаимодействия педагога-психолога с детьми в процессе применения игры в качестве основного средства коррекции школьной дезадаптации младших школьников, перечислены техники, применяемые в игротерапии в период коррекции детских проблем.*

Ключевые слова: игра, игротерапия, школьная дезадаптация, коррекция, младший школьник.

*Linik Anna Timurovna
5th year master student
Humanitarian and Pedagogical Academy
Russia, Yalta*

IGROTHERPIYA AS A MEANS OF CORRECTING SCHOOL MALADAPTATION OF YOUNGER STUDENTS

***Abstract:** The article examines the features of using game therapy as a means of psychological and pedagogical correction of school maladaptation of younger schoolchildren, the conditions of interaction of a teacher-psychologist with children in the process of using the game as the main means of correcting school maladaptation of younger schoolchildren, the techniques used in game therapy during the correction of children's problems are enumerated.*

Key words: game, game therapy, school maladaptation, correction, junior student.

Игротерапия является одним из методов психокоррекции, применяемой для психологического и психотерапевтического воздействия на детей младшего школьного возраста, так как основой данного вида терапии является игра. В младшем школьном возрасте игра является ведущим видом деятельности детей,

что позволяет привлечь внимание и интерес к заданиям и тем самым, оказать им психолого-педагогическую помощь, не травмируя детскую психику.

Игротерапия для детей является одним из универсальных методов оказания психолого-педагогической коррекции возникших проблем. Терапия игрой подразумевает осуществление мягкого психотерапевтического влияния на ребёнка, коррекцию его проблемы и сопутствующих страхов и тревожности. В процессе игры ребёнок, сам того не понимая, может рассказать о своей проблеме педагогу – психологу, при этом не причиняя психологического дискомфорта своей психике. Игровые ситуации дают возможность показать способы решения конфликтных ситуаций, корректировать неблагоприятные черты характера, осуществлять коррекцию школьной и социальной дезадаптации.

Существует множество научных мнений, касаемо значения игры и игротерапии в качестве метода психокоррекции и терапевтического воздействия на решение детских проблем. Рассмотрим некоторые трактовки понятий игры и игротерапии.

В одном из психологических словарей есть определение данному виду психотерапии - игровая терапия является формой психотерапии, которая использует игру в качестве основного способа общения, в особенности с детьми и своей целью служит для определения и преодоления различных психосоциальных проблем, среди которых такие как тревожность, страхи, различные виды дезадаптации. Также игротерапия способствует оказанию помощи в социальной интеграции, развитии социальных навыков, эмпатии, и разрешении травм [2].

Советский психолог и педагог Д.Б. Эльконин считал, что игра является той универсальной формой деятельности, внутри которой, по его определению, происходят основные прогрессивные изменения в психике и личности ребёнка. Таким образом, игра определяет отношения ребёнка с окружающими людьми, готовит к переходу на следующий возрастной этап и к новым видам деятельности [4].

Как считал швейцарский психолог Ж. Пиаже, игра является неким «мостиком», объединяющим опыт и абстрактное мышление, а символическая функция игры является одной из самых важных.

Таким образом, швейцарский психолог, предполагал, что именно в процессе игры ребёнок на сенсомоторном уровне при помощи определённых конкретных предметов, которые являются символами чего-то другого, демонстрирует то, что он когда-либо прямым или косвенным образом испытывал. В определённых случаях такая связь является совершенно очевидной, а иногда она может быть не слишком явной [5].

Игра в качестве инструмента взаимодействия и оказания помощи детям, представляет собой попытку детей организовать свой опыт. В данном процессе с игрой связаны те редкие моменты жизни детей, когда они чувствуют себя в безопасности и могут контролировать собственную жизнь. По данной причине игровая терапия является способом коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений у детей, основой которых является сама игра.

Жан Пиаже одним из первых подчеркнул значимость сохранения вербального контакта с ребёнком в процессе игры. Также Ж. Пиаже выделял определённые общие признаки игровой деятельности. Всего их было четыре, среди них:

1. Игровая деятельность является приятной и обычно воспринимается участниками игры в положительном ключе, тем самым вызывая положительные эмоции у участников, что благоприятно сказывается на психологическом климате и релаксирующем воздействии на личность, помогает расслабиться и отпустить тревожные мысли.

2. Сама игра является спонтанным процессом деятельности и предполагает наличие у детей внутренней мотивации. Заведомо дети не знают каким образом развернётся игра, чем закончится, поэтому у всех участников появляется определённая мотивация к завершению игры, интерес к достижению законченной цели.

3. Игра требует высокой гибкости психических процессов и ролевой пластичности. В процессе игры у ребёнка развиваются фантазия и артистические способности, мыслительные процессы работают быстрее, так как мозг все время занят удержанием определённой информации, внимания и памяти.

4. Игра является естественным следствием физического и интеллектуального развития ребёнка. В игровой деятельности часто используется физическая активность, а интеллектуальная деятельность является неотъемлемой составляющей игрового процесса [3, с. 15].

В моменте включения в сам процесс игры, дети таким образом учатся жить в современном мире. В процессе игры ребёнок становится раскрепощённым, развивает своё воображение, овладевает культурными ценностями и формирует и прививает себе определённые навыки в различных сферах жизни. Таким образом, когда дети играют, они выражают собственную индивидуальность и ближе подходят к внутренним ресурсам, которые могут стать частью их личности.

Советский и российский психолог В.Л. Леви считал, что игровая терапия способствует своеобразному освобождению ребёнка от проблем. Психолог описал три техники и условия процесса освобождения от проблем ребёнка в процессе игровой терапии:

1. Простые способы освобождения:

- включает в себя освобождение от агрессивного поведения – оно может выражаться в бросании предметов, прокалывании воздушных шаров и других подобных физических проявлениях;

- освобождение от инфантильных форм поведения ребёнка, инфантильных форм получения удовольствия, что выражается, например, в сосании воды из детской бутылочки, выплескивании воды на пол, привлечения внимания посредством крика, плача, требований.

2. Освобождение чувств в стандартизированной ситуации. Данная техника предполагает разыгрывание определённой ситуации, которая может возникнуть и при помощи использования различных вспомогательных методик, например,

дыхательных гимнастик, релаксаций, медитаций, монологов высказывание возможных проблем, освобождении ребёнка от тревожащих чувств и ощущений. В процессе игры, такая практика более успешна за счёт ощущения нереальности происходящего, игры, что делает более интересным для детей процесс освобождения.

3. Третьей техникой в игротерапии психолог предлагает освобождение чувств путем воссоздания в игре специфического стрессового опыта из жизни ребёнка. При разыгрывании определённого ранее травмирующего и стрессового опыта из ребёнка, ребёнок в данном процессе не заикливается на том, что игровая ситуация каким-либо образом относится именно к нему и его жизненному опыту, а проживает данный опыт, играючи и при этом самостоятельно или при небольшой помощи и наставничестве педагога-психолога находит решение возникшей ситуации из прошлого. Довольно важным условием является то, что ситуация, вызвавшая проблему, была уже в прошлом, а не существовала параллельно с процессом терапии. Предполагается, что отношения в семье ребёнка являются нормальными или проблемы ребёнка не связаны в первую очередь с семейной ситуацией, существующей в данный момент [4].

В период адаптации младшего школьника к учебному процессу и новому социуму в учреждении школы, работа педагога-психолога является неотъемлемой на протяжении первого полугодия, а иногда и целого учебного года, в зависимости от степени успешности адаптации детей в классе.

Характерная особенность игры - ее двухплановость, присущая также драматическому искусству, элементы которого сохраняются в любой коллективной игре. Рассмотрим более подробно составляющую двухплановости в игротерапии:

1. Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление которой требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач,

2. Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами.

Двуплановость игры обуславливает ее развивающий эффект. Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Игра направлена на коррекцию подавляемых негативных эмоций, способствование их высвобождению, коррекции страхов, неуверенности в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.

Отличительные признаки развертывания игры - быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с ним, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации.

Структуру детской игры составляют роли, взятые на себя играющими; игровые действия как средство реализации этих ролей; игровое употребление предметов - замещение реальных предметов игровыми (условными); реальные отношения между играющими.

Единица игры и в то же время центральный момент, объединяющий все ее аспекты, - роль.

Сюжетом игры предстает воспроизводимая в ней область действительности. Содержанием игры выступает то, что воспроизводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни. В игре происходят формирование произвольного поведения ребенка и его социализация.

Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми.

Школьная дезадаптация имеет определённые психологические последствия и сопутствующие проблемы, которые будут развиваться, пока причина возникшей проблемы не будет устранена. Зачастую младшие

школьники дезадаптированы по причине различных страхов, таких как страх ответственности, социальные страхи общения и новых знакомств.

Педагог-психолог, прежде чем применить игротерапию для коррекции школьной дезадаптации и расположения детей в классе к одноклассникам, производит сбор анамнеза, изучает личность каждого ребёнка, диагностирует и выявляет наличие тех или иных проблем, которые мешают сконцентрироваться на адаптации младшего школьника. При выявлении данных, педагог-психолог выстраивает определённые занятия с применением игротерапии как основной части каждого занятия, в большинстве занятий, они групповые, либо со всем классом, либо с определённой группой детей [4].

Таким образом, игротерапия, в совокупности своих характеристик и форм, является действенным методом психокоррекции в работе с младшими школьниками. Педагог – психолог использует игротерапию для коррекции школьной дезадаптации путём воссоздания определённых ситуаций в ходе игры.

В фокусе групповой игротерапии всегда находится единственный ребёнок. Никаких групповых задач не ставится, никто не интересуется групповым взаимодействием. Каждый ребёнок может быть вовлечен в действия, не имеющие никакого отношения к другим детям. Подгруппы возникают и расформируются спонтанно, исходя из постоянно меняющихся интересов участников. Терапевтический процесс улучшается еще и благодаря тому, что каждый член группы может не только принимать помощь, но и давать её.

Групповая форма игротерапии также способствует преодолению детских страхов и проблем в социальном и психологическом плане, развивая навыки социализации, общения со сверстниками, навыки самостоятельности и умения делать выбор. Основные психологические механизмы коррекционного воздействия игры:

1. Моделирование системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им ребенком и ориентировка в этих отношениях.

2. Изменение позиции ребенка в направлении преодоления познавательного и личностного эгоцентризма и последовательной децентрации, благодаря чему происходит осознание собственного "Я" в игре и возрастает мера социальной компетентности и способности к разрешению проблемных ситуаций.

3. Формирование (наряду с игровыми) реальных отношений как равноправных партнерских отношений сотрудничества и кооперации между ребенком и сверстником, обеспечивающих возможность позитивного личностного развития.

4. Организация поэтапной отработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение.

Организация ориентировки ребенка на выделение переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации и соответственно осознанию смысла проблемной ситуации, формирование ее новых значений.

5. Формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли и правил, а также поведение в игровой комнате.

Коррекционный процесс не происходит в игре автоматически. Он возможен лишь при условии, что психолог, сензитивный к чувствам ребенка, принимает его установки и выражает искреннюю веру в возможности ребенка принять на себя ответственность за решение проблемы. Диалогическое общение ребенка со взрослым через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств ребенка становится основным механизмом коррекционного воздействия в игротерапии.

Рассмотрим несколько примеров применения игротерапии в коррекции школьной дезадаптации младших школьников.

1. Попроси игрушку — вербальный вариант

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: «Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

2. «Прогулка с компасом»

Цель: формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «туриста не может общаться с «компасом» на вербальном уровне (не может разговаривать с ним)». Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий — других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

3. «Головомяч»

Цель: развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой партнера. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате».

Представленные выше примеры игр, направлены на сплочение детского коллектива и умения налаживать контакт со сверстниками, а также умение работать в команде. При проблеме школьной дезадаптации, дети зачастую не могут нормально коммуницировать с одноклассниками, боятся посещать класс, школу и места скопления большого количества людей в школе. Представленные выше игры могут оказать благоприятное воздействие на решение данных проблем, свойственных школьной дезадаптации.

Список литературы:

1. Алимова Н.А. Игротерапия как средство адаптации младших школьников при переходе из дошкольного учреждения в начальную школу // Проблемы современного педагогического образования. Симферополь, 2016. № 51. С. 8-15
2. Большой психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М.: Прайм–Еврознак, 2013 672с.
3. Игротерапия. [Электронный ресурс] // Режим доступа: URL: <http://www.psychologos.ru/articles/view/igroterapiya> (дата обращения: 23.04.2023 г.).
4. Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения: материалы международной научно-практической конференции, 18-19 апреля 2019 года / под. общ. ред. Ю.П. Платонова. СПб.: СПбГИПСП, 2019. 311 с.
5. Пиаже Ж. Психология интеллекта. СПб.: Питер, 2014. 192 с.
6. Самудинова Э.К. Понятие «Игра» и ее значение в психологии и педагогике // Вестник Кыргызско-Российского славянского университета. 2016. № 8. С. 194-198.
7. Самудинова Э.К. Понятие «Игра» и ее значение в психологии и педагогике // Вестник Кыргызско-Российского славянского университета. 2016. № 8. С. 194-198.