#### Использование инновационных форм работы – как основа укрепления и поддержания психического и физического здоровья воспитанников.

#### В работе с детьми - индивидуальной, групповой, коррекционной работе используются разнообразные формы:

#### 1.Игротерапия – как терапия.

#### Хорошей формой работы психолога является использование разного вида игр. Это могут быть игры в образах, игры, основанные на литературных произведениях, на импровизированном диалоге, на сочетании пересказа и инсценировки, психоаналити-ческие игры. Использование образов в игре имеет ряд психологических преимуществ. Во-первых, создаются наиболее благополучные условия для личностного роста ребенка, изменяется отношение к своему "Я", повышается уровень самопринятия. Этому способствуют ограничения переноса эмоциональных переживаний ребенка, связанных с низкой самооценкой, неуверенностью в себе, беспокойством о себе, уменьшается напряженность, купируется острота переживаний.

#### Использование игры как терапевтического средства идет по двум основаниям:

#### а) игра может быть использована как инструмент для изучения ребенка (класси-ческая психоаналитическая техника, при которой происходит вытеснение желания, замена одного действия другим, отсутствие внимания, оговорки, запинки и т. д.);

#### б) свободное повторное воспроизведение травмирующей ситуации – «навязчивое поведение».

Игра служит для **раскрытия** и **лечения искажений** в развитии ребенка. Игротерапия ценна тем, что отбрасывает тень на подсознание и позволяет увидеть, с чем в игре ассоциируется у ребенка проблема, что мешает ему нормально жить.

Можно выделить **пять признаков**, по которым игру относят к терапевтическому средству.

1. Игра - это естественная обстановка для самовыражения ребенка.
2. То, что ребенок делает во время игры, символизирует его эмоции и страхи.
3. Бессознательно ребенок выражает эмоциями в игре то, что потом может осознать, он лучше понимает свои эмоции и справляется с ними.
4. Игра помогает строить хорошие отношения между ребенком и взрослым и его поведение будет спонтаннее.
5. Игра позволяет взрослому больше узнать об истории жизни ребенка.

Для организации игр можно использовать неструктурированный игровой материал: это вода, песок, глина, пластилин. С таким игровым материалом ребенок косвенно выражает свои желания, эмоции, так как сам материал способствует сублимации.

Структурированный игровой материал, который провоцирует детей на выражение собственных желаний, овладение социальными навыками, усвоение способов поведения. Для этого эффективным является использование человеческих фигурок, символизирующих семью, машин, предметов и кукол, наборов игрушек и т. д. Например, фигурки семьи, машины, постельные принадлежности провоцируют желание заботиться о ком-то; оружие - способствует выражению агрессии; телефон, поезд, машинки - использованию коммуникативных действий.

Возможности использования игр и игрового материала психологом во многом определяются наличием кабинета или игротеки в учреждении (к сожалению, достаточного места для создания игротеки нет).

#### 2.Поведенческая психотерапия. Систематическое устранение страхов, вредных привычек, не одобряемого поведения отдельных детей. Данный метод используется в индивидуальной работе с детьми или в работе с небольшими подгруппами. Такой метод использую в работе по преодолению страхов. С этой целью используется рисование страхов, которые вызывают у детей переживание чувства страха, до тех пор, пока страх не уменьшится. Затем сжигание. Я усиливаю переживания страха у детей, пока они не приобретут комические формы. Результатом данной работы будет смех психолога и ребенка, юмор, радость совместных переживаний, которые и являются своего рода катарсисом.

**3.Моритатерапия.** Метод, с помощью которого психолог ставит ребенка в ситуацию необходимости производить хорошее впечатление на окружающих. Психолог предлагает ребенку высказать свое мнение о чем-то, а затем корректирует его умение высказываться, давать оценку, соответственно принимать позу, использовать мимику, жесты, интонацию и. д. Другими словами, этот метод помогает воспитывать правила хорошего тона, соответствовать нормам и правилам культуры общества, в котором находится ребенок в настоящее время. Психолог может порекомендовать воспитателям и социальным педагогам, как научить ребенка вести себя в конкретной ситуации, в которую он попадет. Например, как вести себя в гостях, как рассказать о себе, как рассказать о том, что ты делаешь в свободное время, и т. д.

**4.Гештальттерапия**. Этот метод применяю для индивидуальной работы с детьми, **в беседах по душам**. Проводится он как преобразование рассказа ребенка в действие. Примером может служить такой вид работы, как «Незаконченные дела», «У меня есть тайна», «Мои сновидения». Ребенок рассказывает, что ему приснилось, а психолог просит показать, что снилось, с помощью движений, действий, материала, игрушек, масок, пластилина и т. д.

**5.Музыкотерапия (как дополнительный приём).** Видом психологической помощи считаю работу с использованием музыкальных произведений. Использую музыкальные произведения классической музыки - Баха, Листа, Шопена, Рахманинова, Бетховена, Моцарта, Чайковского, Шуберта, а также некоторые виды духовной музыки. Данный приём хорошо сочетается с ароматерапией.

**6.Ароматерапия.** Использую данный метод как снижение психического и эмоционального возбуждения, успокоения, восстановление душевных сил.

7. **Библиотерапия (его используют и воспитатели)** Метод воздействия на ребенка, вызывающий его переживания, чувства при помощи чтения книг, рассказов. С этой целью подбираю литературные произведения, притчи в которых описаны ситуации, страхи детей, формы переживания стрессовых ситуаций, выход из ситуации. Для проведения такого вида работы можно порекомендовать для детей разных возрастов использование произведений классиков литературы - Л. Н. Толстого, Б. Житкова, В. Осеевой, А. Гайдара и др. Это такие произведения, как «Трусиха», «Аришка-трусишка», «На льдине», «Обвал», «Честное слово», сказки «У страха глаза велики», «Мальчиш-Кибальчиш» и др.

Использование в работе произведений данной тематики опирается на возрастные особенности детей - заражаемость чувствами других, понимание чувств других и т. д. Прослушав прочитанное или рассказанное произведение, дети понимают, что такие чувства, как страх, тревога, бывают у многих детей, они понимают, чем вызваны такие чувства, различают разного вида угрозы, угрожающие ситуации, причины страха. Вместе с героями литературных произведений дети переживают те же состояния и одновременно учатся, как можно поступить в той или иной ситуации, что позволяет детям расширить свою социальную компетенцию.

**Рекомендации воспитателям:**

- Научить воспитателей приемам проведения игровых заданий. Например, использование игровых заданий, которые помогают найти выход из трудных ситуаций, как поступить при несправедливом обвинении ребенка, проиграть сценку и обсудить поведение всех участников конфликта с использованием фигурок животных, человечков и т. д. Подобного плана задания можно проиграть при обсуждении конфликтов, драк, ссор - что произошло, кто как себя вел, что чувствовал каждый герой и т д.

- предлагаю совместную с воспитателями разработку системы развивающих и коррекционных игр конкретно для каждой группы детей.

- использовать игровой структурированный (вода, песок, глина, пластилин) и неструктурированный (мелкие игрушки) материал для работы с воспитанниками.

- рекомендую воспитателям чаще практиковать развитие свободных игр, так как они способствуют формированию психических особенностей детей (развиваются наглядно-образное мышление, воображение, фантазии, память и т.д., происходит снятие психического напряжения, формируется способность восприятия новых впечатлений, развивается уверенность в себе, утверждению собственного "Я", повышается самооценка, доверие взрослым, окружающим ребенка.

- использовать оздоровительные игры и физминутки.

- применять ароматерапию для улучшения психического и физического самочувствия.

Подготовила:

педагог-психолог

Николаенко М.В.