Использование игр, музыки и продуктивной деятельности в преодолении страхов у детей дошкольного возраста с ТНР.

Часто взрослые и не подозревают, сколько страхов бывает у детей дошкольного возраста. Страхи возникают при нервной слабости ребёнка, конфликтных отношениях между членами семьи, незнанием психических и возрастных особенностей ребёнка, наличием страхов у самих родителей. Страхи исчезают бесследно, если взрослый понимает причину их возникновения и правильно к ним относится.

Первые страхи появляются у детей младшего дошкольного возраста при раннем поступлении матери на работу. Ребёнка отдают в дошкольное учреждение или на попечение многочисленных родственников, нянь. Впечатлительные малыши недополучают тепло и нежность, поддержку матери, поэтому у них возникают ранние страхи. Постепенно страхи накапливаются и максимум их наблюдается в 6 - 8 лет.

Наиболее подвержены страхам единственные дети в семье, так как они окружены наибольшим вниманием и заботой. Увеличение числа детей в семье способствует уменьшению страхов, так как дети общаются, играют; в то же время увеличение взрослых родственников в семье действует противоположным образом.

У девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях число страхов значительно выше. Мальчики хотят быть похожими во всём на отца, а девочки - на мать. Отсутствие отца ведёт к проявлению инфантильности и страхам у мальчиков, а у девочек нарастание страхов зависит от общения с беспокойной, лишённой опоры матери.

В результате возникновения конфликтов в семье у девочек возникают страхи перед животными, стихией, заболеванием, а у мальчиков - кошмарные сны. У девочек проявляется большее количество страхов, чем у мальчиков в связи с их эмоциональной восприимчивостью.

Современные родители перекладывают воспитание своих детей на бабушек и дедушек, аргументируя загруженностью на работе и желанием заработать побольше денег. Бабушки обладают высокой степенью тревожности, склонны к беспокойству, что провоцирует нервозность матери, которое в последствие передаётся ребёнку.

Работая в течение многих лет в группе компенсирующей направленности для детей с ТНР, мы наблюдаем у них страхи: темноты, домовых, пауков, замкнутого пространства, высоты, боязнь не правильно выполнить задание и упражнения на занятиях. Дети боятся, что родители не заберут их из детского сада и другое. Как же предупредить детские страхи и помочь родителям и детям избавиться от них?

Устранить страхи можно посредством рисования, так как рисуя, ребёнок свободно выражает свои чувства, переживания и мечты. Рисование даёт выход своим эмоциям и отношению к разным ситуациям. Страхи можно рисовать разными материалами: красками, карандашами, фломастерами, но главное: необходимо ребёнку предоставить возможность самостоятельного выбора, чтобы облегчить процедуру рисования собственных страхов. Желательно, чтобы задание нарисовать страх исходило от знакомых доброжелательно настроенных людей - воспитателя, логопеда, психолога, тогда эффект от рисования намного выше, чем когда такое задание исходит от родителей (возможно, пытаясь устранить страхи своего ребёнка, они скрывают собственные). Бывает, что проходит несколько дней, пока ребёнок решится нарисовать собственный страх, происходит внутренняя борьба, преодолевается психологический барьер - страх страха.

После рассматривания рисунка, надо побеседовать с ребёнком, выяснить, почему он боится. "Ты нарисовал свой страх, теперь скажи: боишься его или нет?". Ребёнка нужно обязательно похвалить, а рисунок со "страхом" порвать на мелкие кусочки и выбросить.

Воплощать страхи можно не только с помощью рисунков, но и сделанных масок, игрушек из пластилина и простого материала (проволока, ткань, соломинки, трубочки и т. д.). Главное, чтобы это была совместная деятельность ребёнка и взрослого, особенно при участии отца, результат устранения страхов намного выше.

Преодолевать страхи можно и посредством игры, так как это самая мобильная и естественная деятельность детей дошкольного возраста.

Игры помогают лучше изучить интересы, переживания, потребности и характер ребёнка, приобрести навыки в разных видах деятельности, усвоить нравственные нормы поведения, улучшить эмоциональное и физическое состояние, доставлять удовольствие. Играя, дети преодолевают порог застенчивости и страха, побеждают и проигрывают, подражают сказочным персонажам и любимым героям: отважным лётчикам, мореплавателям, космонавтам, пожарным ит. д. Цель предлагаемых игр - снять избыточное торможение, скованность и страх, предупредить неуверенность и застенчивость или если уже имеются у ребёнка - их коррекция. Это известная игра "Пятнашки" - обеспечивает эмоциональную разрядку, устраняет страх и торможение при неожиданном воздействии, налаживается более тесный контакт между родителями и детьми (играть можно с 2 - х лет).

"Жмурки" - устраняют страх замкнутого пространства, темноты и одиночества (играть можно с 1 года).

Главное в игре - назвать места, где нельзя прятаться (кладовка, шкаф и т. д.).

"Кто первый?" - для снятия страха - неожиданного воздействия и тренировки внимания (играть можно с 2 -х лет). "Быстрые ответы" (с 5 лет).

"Противоборство", "Поединок" (сражение на игрушечных сабельках, щит не применяется, так как создаётся искусственная защита и уменьшается эффект игры).

"Стрельба" (поочерёдная стрельба стрелами с присосками или шариками с использованием щита).

"Сражение" - бросание лёгкими предметами друг в друга из-за укрытия поролоновые шарики, кубики-мякиши). Апогей игры - рукопашная схватка заканчивается перемирием. Как и предыдущие, игра сопровождается шутливыми угрозами и насмешками: так тебе и надо, мазила и другое.

Последний этап преодоления страхов - это включение ребёнка в ролевую игру - драматизацию. Когда ребёнок в ходе игры использует роль отрицательного персонажа (волк, Кощей Бессмертный, Баба - Яга и другие герои), то он уже их не так сильно боится, так как не они, а он самостоятельно управляет ими.

Эти персонажи живут только в сказках, а не в реальной жизни.

Дети с ОНР (общим недоразвитием речи) имеют часто сопутствующие психические заболевания. Они способствуют большему возникновению и длительному проявлению страхов. Поэтому этим детям необходимо медикаментозное лечение и консультация психоневролога.

Игры с песком, бусами, природными материалами, крупой, развивающими мелкую моторику, снимают напряжение и страхи.

Очень полезно сопровождать игры музыкой со спокойным темпом и громкостью. Она успокаивает ребёнка, расслабляет мышечный тонус, отвлекает от страхов и возможности их появления.