

Игры для развития доверия и эмпатии у детей дошкольного возраста

Развивающие игры способствуют развитию у детей коммуникативных навыков и познавательной активности.

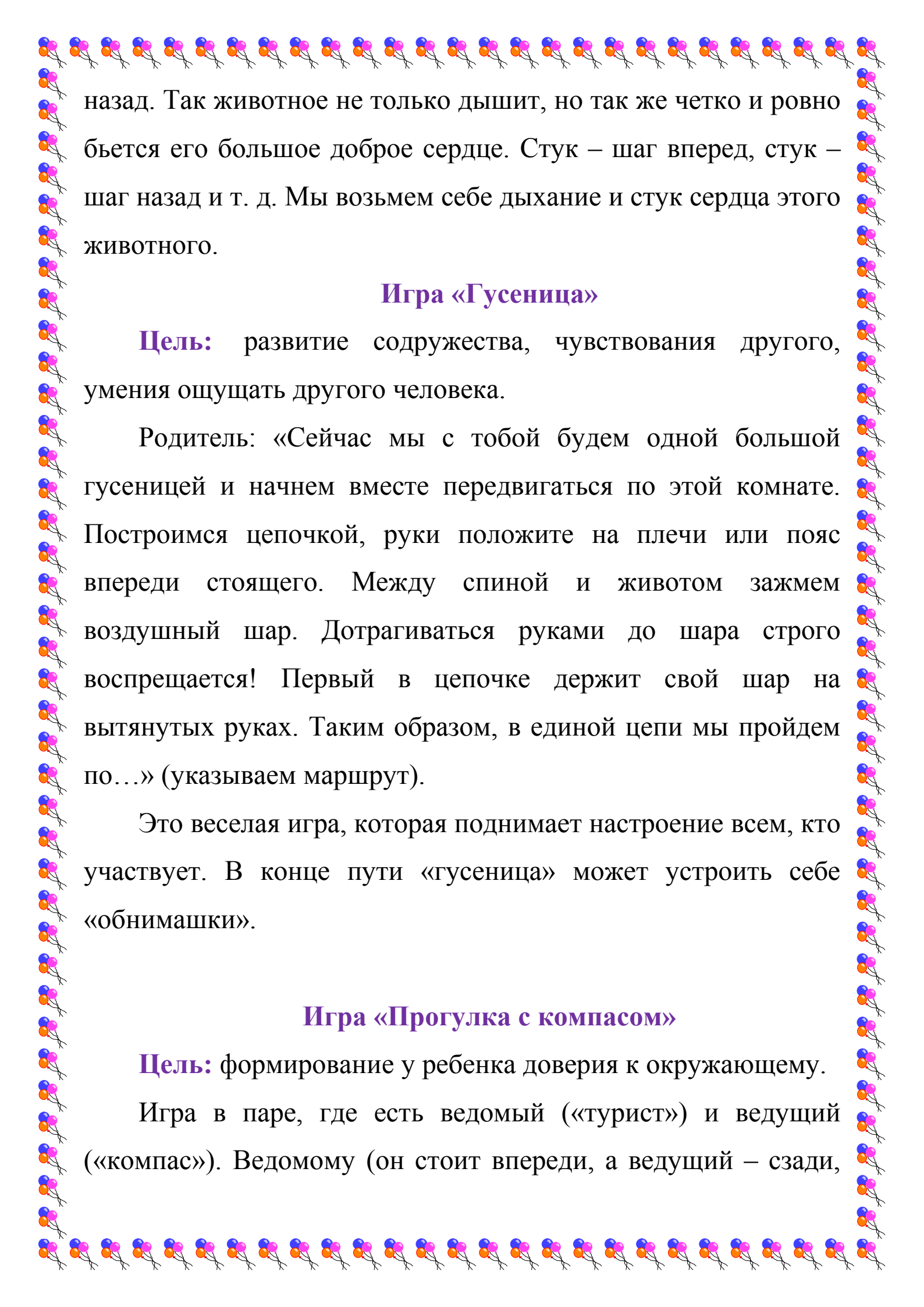
Такие игры можно использовать практически в любых условиях, а взаимодействие ребенка с родителем способствует развитию эмпатии, чувства содружества, единения, чувства безопасности и доверия. В играх ребенок может больше раскрыться, почувствовать себя уважаемым, нужным, любимым.

Особенностью большинства игр является и то, что родитель может применять их находясь наедине с ребенком, как способ мотивирования или поддержки.

Игра «Доброе животное»

Цель: развитие навыка у ребенка оказывать поддержку и сопереживать, развитие эмпатии.

Родитель (говорит тихим, таинственным голосом): «Встаем в круг, беремся за руки. Мы с тобой – одно большое доброе животное. Давай послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох делаем 2 шага назад. Вдох - 2 шага вперед. Выдох- 2 шага



назад. Так животное не только дышит, но так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т. д. Мы возьмем себе дыхание и стук сердца этого животного.

Игра «Гусеница»

Цель: развитие содружества, чувствования другого, умения ощущать другого человека.

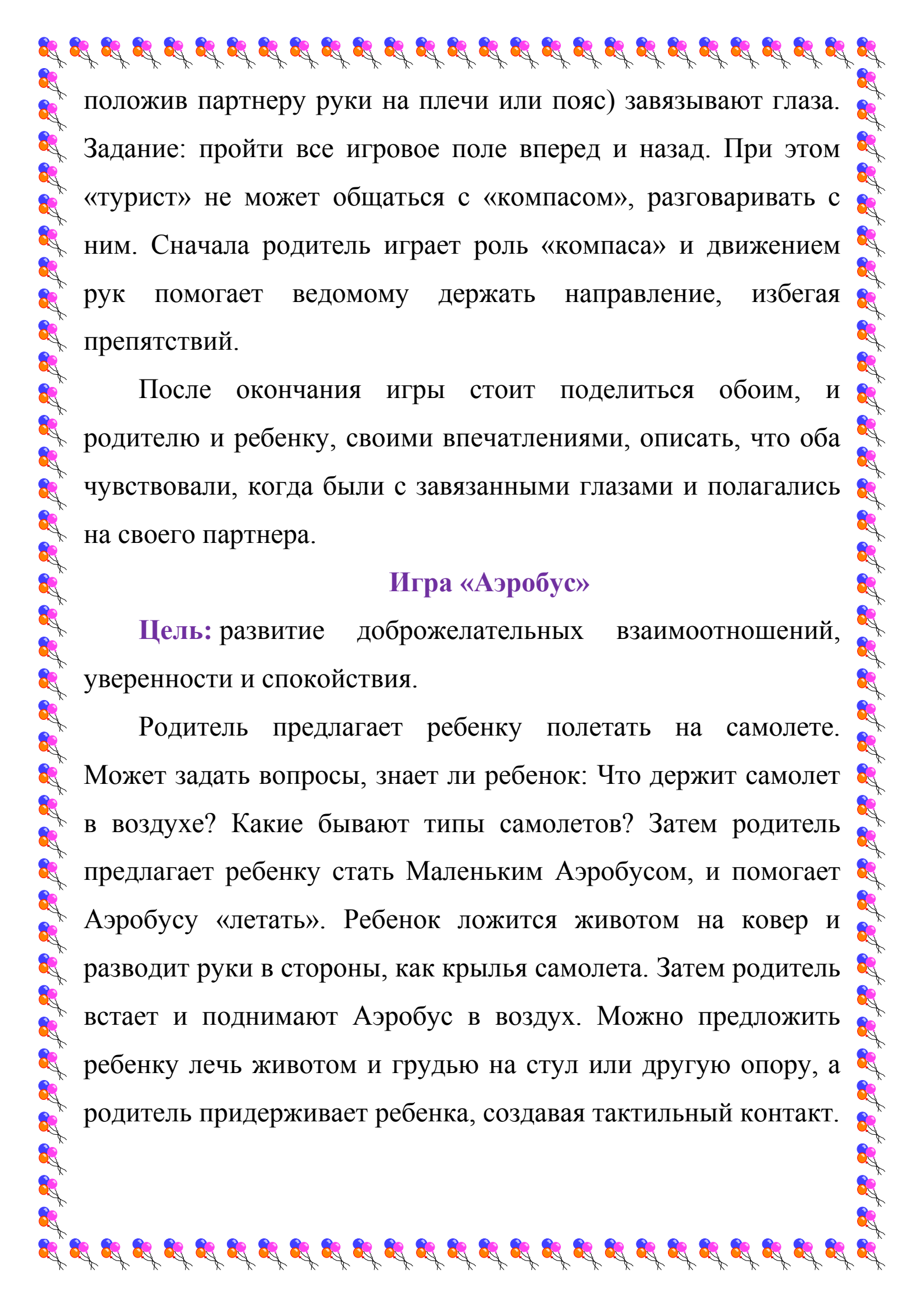
Родитель: «Сейчас мы с тобой будем одной большой гусеницей и начнем вместе передвигаться по этой комнате. Построимся цепочкой, руки положите на плечи или пояс впереди стоящего. Между спиной и животом зажем воздушный шар. Дотрагиваться руками до шара строго воспрещается! Первый в цепочке держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи мы пройдем по...» (указываем маршрут).

Это веселая игра, которая поднимает настроение всем, кто участвует. В конце пути «гусеница» может устроить себе «обнимашки».

Игра «Прогулка с компасом»

Цель: формирование у ребенка доверия к окружающему.

Игра в паре, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Ведомому (он стоит впереди, а ведущий – сзади,



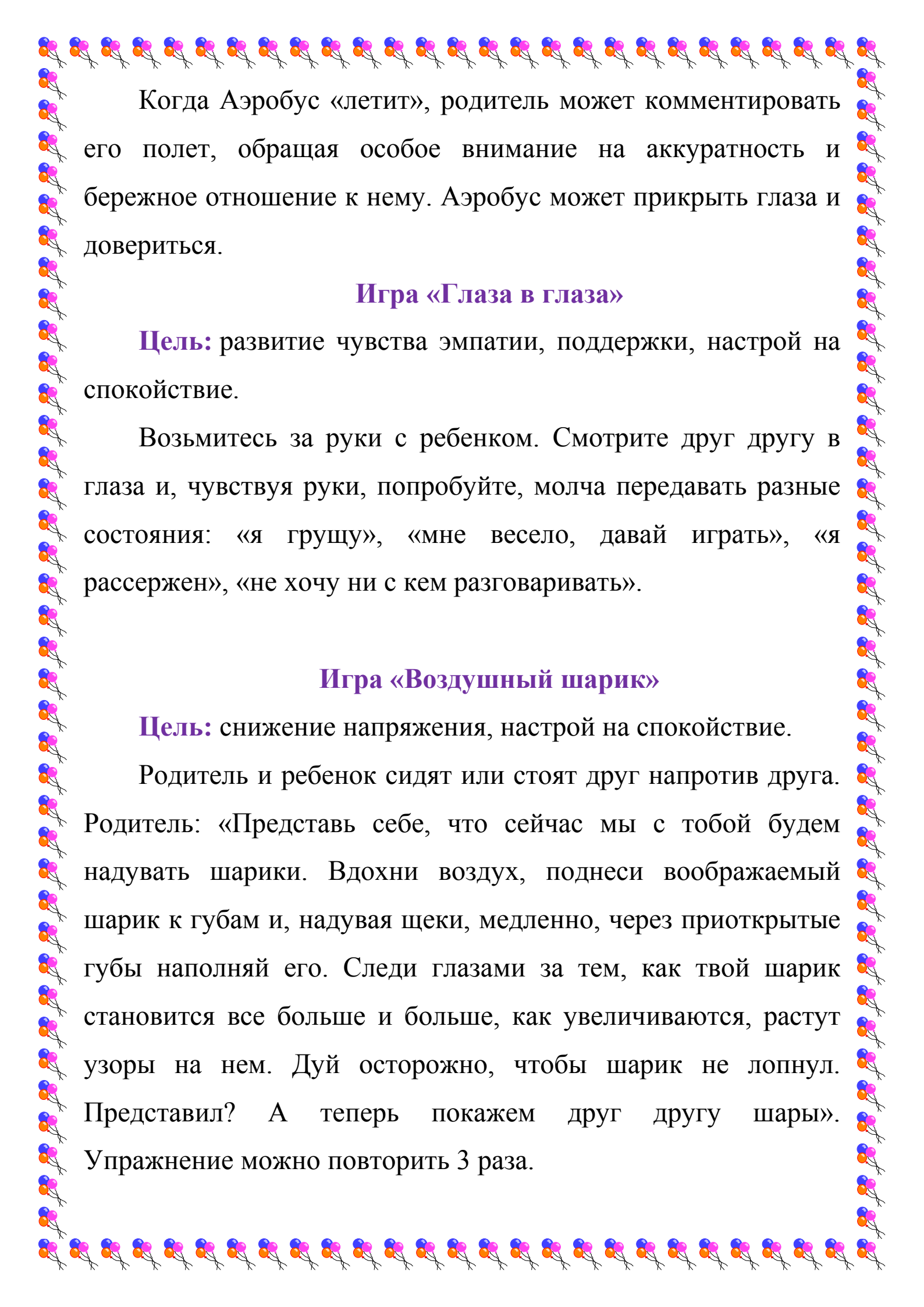
положив партнеру руки на плечи или пояс) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «турист» не может общаться с «компасом», разговаривать с ним. Сначала родитель играет роль «компаса» и движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий.

После окончания игры стоит поделиться обоим, и родителю и ребенку, своими впечатлениями, описать, что оба чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

Игра «Аэробус»

Цель: развитие доброжелательных взаимоотношений, уверенности и спокойствия.

Родитель предлагает ребенку полетать на самолете. Может задать вопросы, знает ли ребенок: Что держит самолет в воздухе? Какие бывают типы самолетов? Затем родитель предлагает ребенку стать Маленьким Аэробусом, и помогает Аэробусу «летать». Ребенок ложится животом на ковер и разводит руки в стороны, как крылья самолета. Затем родитель встает и поднимают Аэробус в воздух. Можно предложить ребенку лечь животом и грудью на стул или другую опору, а родитель придерживает ребенка, создавая тактильный контакт.



Когда Аэробус «летит», родитель может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Аэробус может прикрыть глаза и довериться.

Игра «Глаза в глаза»

Цель: развитие чувства эмпатии, поддержки, настрой на спокойствие.

Возьмитесь за руки с ребенком. Смотрите друг другу в глаза и, чувствуя руки, попробуйте, молча передавать разные состояния: «я грущу», «мне весело, давай играть», «я рассержен», «не хочу ни с кем разговаривать».

Игра «Воздушный шарик»

Цель: снижение напряжения, настрой на спокойствие.

Родитель и ребенок сидят или стоят друг напротив друга. Родитель: «Представь себе, что сейчас мы с тобой будем надувать шарики. Вдохни воздух, поднеси воображаемый шарик к губам и, надувая щеки, медленно, через приоткрытые губы наполняй его. Следи глазами за тем, как твой шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Дуй осторожно, чтобы шарик не лопнул. Представил? А теперь покажем друг другу шары». Упражнение можно повторить 3 раза.

Игра «Смена ритмов»

Цель: развитие чувства единения, доверия, чувства ритма и внимания.

Родитель задает ритм, отстукивая его одной рукой, например «2-2-3» (в начале освоения дается зрительное подкрепление - дети видят руки родителя, а в процессе освоения происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, то есть с закрытыми глазами). Затем ребенок повторяет ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно. Затем предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами.

Игра «Тень»

Цель: развитие у ребенка наблюдательности, внутренней свободы и раскованности, эмпатии.

Звучит спокойная музыка. Игра в паре. Один участник – «путник», другой - его «тень». «Тень» старается в точности скопировать движения «путника», который ходит по помещению и делает разные движения: неожиданные повороты, приседания, нагибается сорвать цветок, подобрать красивый камушек, кивает головой, скачет на одной ноге и т. п.

Желаем успехов!