

**Котлярук Оксана Викторовна**

педагог-психолог

МБДОУ «Д/С №41»

г. Белгород, Белгородская область

**Пешкова Галина Викторовна**

педагог-психолог

МБДОУ «Д/С №34»

г. Белгород, Белгородская область

## **ТЕЛЕСНАЯ ТЕРАПИЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ,**

### **МЕТОД ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНОГО СИРОТСТВА**

*Аннотация: семья формирует отношение ребенка к миру и самому себе.*

*Воздействие значимого взрослого формирует личность ребенка. Социальное сиротство оказывает негативный опыт, приводит к серьезным психологическим проблемам у дошкольников. Потребность ребенка быть любимым естественна как для детей, так и для взрослых. Телесные практики в работе с семьей помогают поселить в душе родителей надежду и веру в собственные силы, научить справиться с трудностями и поможет избежать психологических последствий у детей во взрослом возрасте.*

*Ключевые слова:* социальное сиротство, родительское равнодушие, телесно ориентированный тренинг, диада родитель – ребенок, групповые практики взаимодействия.

*Психика не просто «проявляется» в движении, в известном смысле движение формирует психику.*

А.Н. Леонтьев

Отсутствие или отстраненность родителей от взаимодействия с ребенком лишает детей дошкольного возраста живых впечатлений и ласки, родительского внимания. Родители фактически самоустранились от участия в жизни детей и переложили ответственность за его воспитание на старшее поколение – дедушек, бабушек.

Родители обеспечивают детей материально, но такое детство нельзя назвать счастливым, дефицит родительского общения имеет серьезные последствия для развития детской психики. Нехватка семейных, дружественных разговоров между родителями и детьми может привести к нарушениям эмоциональной связи между ребёнком и родителями, у детей наблюдается нарушение социальных контактов, назойливость и неутолимая потребность в любви и внимании.

Конечно, в общении и воспитании детей многие родители могут допускать ошибки. Это нормально, идеальных родителей не бывает. Социальное сиротство – не проблемные дети, а поддержка и внимание взрослых, которым предпочтительнее быть рядом с ребенком.

Только семья создает среду, где ребёнок успешно развивается физически, психически, эмоционально и интеллектуально. Дети, обделенные вниманием со стороны родителей – социальные сироты. Они выделяются в группе сверстников и подают тревожные сигналы: у них нарушены правила этикета, поведение, грустные глаза и наличие усталости.

Потеря контакта родителя с ребёнком может привести к тому, что ребенок может требовать внимания через негативное поведение. Педагогам важно понять, что стоит за таким поведением ребёнка. Заботливые бабушки, приходят на замену маме, которой необходимо устроить личную жизнь. В современном мире увеличиваются семьи, где дети испытывают родительское равнодушие, среди них встречаются и многодетные семьи.

Функция педагогов вовремя заметить и помочь исправить ошибки, поддержать семью, дать шанс восстановить гармоничные детско-родительские отношения, вернуть семейные традиции и привычки, что поможет понять интересы в жизни ребёнка и откроет возможность делиться друг с другом мыслями и чувствами. Повысить мотивацию родителей изменить качество жизни дошкольника, выделить время на общение с ним, наполнить ее моментами счастья и приятными воспоминаниями.

Нами была разработана программа телесно ориентированных тренингов для работы в диаде – родитель-ребенок. Это активный живой процесс, где работа с телом идет через выполнение техник дыхания, движения и упражнений на осознание ощущений. Движения выполняются в спокойном темпе, родители, следуя за движениями детей, прислушиваются к своему телу и познают возможности психики ребенка, формируя культуру межличностных отношений.

Структура занятия имеет свою последовательность и соблюдается участниками.

1 – Приветствие, разминка.

2 – Работа по теме: игры, рисование, дискуссии, упражнения.

3 – Рефлексия.

Применяя технику арт-терапии, как процесс совместного творчества, мы стимулируем активность родителя на совместное взаимодействие с ребенком, расширяя умение выразить свои и понять эмоции ребенка без слов.

Организация групповых практик взаимодействия родителей и детей с элементами телесно – ориентированной терапии включает в себя комплекс методических средств: подвижные игры и дыхательные упражнения, релаксацию, прикосновения, игры на развитие навыков общения, упражнения на снятие эмоционального и мышечного напряжения, рисование, лепка. Эти методы являются прекрасным источником установления взаимосвязи с детьми, помогают родителям найти оптимальные возможность взаимодействия с ребенком, наладить эмоциональный контакт через воздействие на физическое тело. Игры учат посмотреть своим детям в глаза, позволяют повысить чувство взаимопонимания, уважения и поддержки. Они являются инструментом в руках педагога, он помогает проработать подавленные эмоции, освободится от напряжения, развить чувство эмпатии и приятия.

Мотивацией для выполнения упражнений служит сюжетно – ролевое взаимодействие. У каждой встречи свой сюжет: волшебное путешествие, мультприключения с любимыми героями и т. д. Выбор зависит от предпочтений, фантазии и творческих предложений семей.

В процессе межличностного взаимодействия с использованием двигательных игр и упражнений способствует осознанию телесной активности, расширению различных способов контакта в диаде и коллективе взрослых и детей.

Дети получают массу положительных эмоций от общения и игры со своими родителями, взаимоотношения наполнены теплотой, вниманием и любовью. В игре расширяются телесные ощущения и способы взаимодействия, возрождается эмоциональное равновесие, дети испытывают уверенность и благополучие.

Родители расширяют знания об играх и упражнениях для успешного взаимодействия с детьми, которые можно использовать дома. Семейное времяпрождение – шанс для родителей лучше понять собственного ребенка, увидеть и услышать, чем он живет, раскрыть таланты детей и творческий потенциал родителей. Совместное выполнение игровых упражнений эффективный и безопасный способ научиться выражать свои эмоции и восстановить гармонию в детско-родительских отношений в диаде «мать – дитя».

Телесные практики раскрывают потенциальные возможности ребенка для дальнейшего стабильного и успешного его развития в социуме.

### ***Список литературы***

1. Баскаков В.Ю. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике / В.Ю. Баскаков. – М., 1992.
2. Комплексная методика психомоторной коррекции / Е.А. Воробьева, А.В. Семенович, Б.А. Архипов [и др.]. – М., 1998.
3. Кениг К. Развитие чувств и телесный опыт / К. Кениг. – М.: Владос, 2001. – 180 с.
4. Тхостов А.Ш. Психология телесности / А.Ш. Тхостов. – М., 2002. EDN QXSLJR
5. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 1999. – 656 с.