«Может ли игра стать лекарством о телесных и душевных недугов?»

Как вести себя при заболевании ребенка, модно ли детям играть во время болезни? Это не праздные вопросы, потому что от правильного поведения взрослых у постели заболевшего ребёнка, от организации его ре-жима и игр во многом зависят быстрота и полноценность выздоровления.

К психическому состоянию больного ребёнка следует относиться с особым вниманием. Существуют некоторые общие правила организации занятий заболевших детей. Подбор игрушек и занятий должен дозиро-ваться в зависимости от течения заболевания и от состояния ребёнка. В наиболее тяжелый период болезни врачи рекомендуют постельный режим. Но и в постели ребёнок может понемногу играть. Полезно подготовить для ребёнка столик, который можно поместить на кровати. Этот же столик очень удобен для кормления малыша. Не следует заставлять малыша иг-рать. Силы ребёнка во время болезни истощены. Позвольте малышам про-сто подержать игрушки в руках, но не уносите их. Это может огорчить ре-бёнка, вызвать слёзы. Интерес к игрушке остался, а вот сил играть нет.

Все игры и занятия должны быть спокойными. Часто бывает, что по-среди даже спокойной игры у больного могут начаться капризы, это озна-чает, что ребёнок переутомился. Надо уложить его, спокойно поговорить с ним, отвлечь рассказом или почитать.

Особые требования предъявляются к выбору игрушек во время бо-лезни ребёнка. Игрушки должны быть не большими по размеру, легкими и неяркими. Когда вам нездоровится, вы инстинктивно стремитесь оградить себя от избыточных раздражителей: притушить свет, уменьшить гром-кость звучания телевизора, радиоприёмника. То же самое испытывают и дети, только самостоятельно они не могут создать себе необходимые для отдыха нервной системы условия. Яркие и большие игрушки, а также предметы, требующие активных движений, даже если до болезни они были любимыми, следует спрятать. Но если же у ребёнка есть особенно любимая кукла или мишка, позвольте ему положить их рядом с собой в постель. Нельзя детям во время болезни давать новые игрушки, действия с которы-ми вызывают умственное напряжение. Это очень важно, так как специаль-ными исследованиями показано, что во время болезни уровень психиче-ского развития ребёнка, а значит, и продуктивность его творческой игро-вой деятельности снижаются. Это хорошо видно на детских рисунках. Во время болезни ребёнок начинает рисовать мелко, не раскрашивает рису-нок цветными карандашами, а просто проводит карандашом по бумаге. Ни в коем случае не следует пугаться этого и делать поспешные выводы относительно психического состояния ребёнка. Если правильное лечение и режим малышу обеспечены, то по мере выздоровления все временно утра-ченные навыки восстанавливаются.

Количество игрушек должно быть небольшим. Если игрушки разбро-саны в беспорядке на постели, это заставляет ребёнка вертеться, игрушки падают, ребёнок делает попытки подняться или ежеминутно зовет взрос-лых. Все это утомляет и вас, и ребёнка. Поэтому для занятий больного от-берите только самое необходимое. Для тех, кто вынужден долго находить-ся на постельном режиме, очень полезны и удобны игры с магнитами, где фигурки детей и животных, а также одежда и другие детали могут свобод-но прикрепляться.

Существуют ли какие-то рекомендации по выбору игрушек в зависи-мости от специфических проявлений болезни? Да, такие рекомендации есть. При некоторых заболеваниях, например ветрянке или диатезах, дети испытывают сильный зуд кожи, а расчесывать ранки никак нельзя. Тут и пригодятся игрушки, которые смогут занять руки ребёнка. Полезны игры-самоделки, «выкладывание» узоров из мозаики, деревянный конструктор. А вот игры с песком и водой надо совершенно исключить.

Детей необходимо отвлекать от фиксирования симптомов болезни. Например, нужно сократить частоту приступов кашля. Для этого ребёнок все время должен быть чем-то занят. Увлеченный игрой, он как бы забыва-ет о кашле. Здесь могут быть полезны игры с теплой водой. Сухой воздух раздражает дыхательные пути и может вызвать приступ. А увлажненный воздух, наоборот, благоприятно влияет на дыхательные пути ребёнка. По-этому постарайтесь приготовить для детей ванночку с теплой водой. Пусть малыш пускает кораблики, моет кукол, стирает.

При любом заболевании легких и верхних дыхательных путей нельзя разрешать детям играть на полу, так как малыши сидят скрючившись, на корточках, сжав грудную клетку. При такой позе нарушается кровообра-щение и вентиляция легких, затрудняется дыхание.

Несколько слов об игре больных детей, длительно находящихся на постельном режиме. Бывает так, что дети на долгие месяцы прикованы к постели, а иногда и на годы. Дети лишены возможности двигаться, играть со сверстниками. Замедляется формирование игровой деятельности, что приводит иногда к существенным перестройкам психического мира и лич-ности ребёнка. И здесь могут помочь разумно организованные занятия с ребёнком. Как показали специальные исследования, хорошим помощни-ком может быть сказка. Но нужно не только читать, необходимо с помо-щью специальных игрушек показывать сказку, драматизировать, побуж-дая детей принимать, возможно, более активное участие в такой игре. Слушание сказки в значительной степени является мысленной игрой. Та-кую игру следует всячески поощрять.

Хочется обратить внимание родителей ещё на один существенный мо-мент в занятиях детей, длительно находящихся в постели. Необходимо особое внимание уделять действиям и поступкам героев рассказа. Надо, чтобы в процессе игры-драматизации у детей формировались те же каче-ства личности, которые приобретают здоровые дети в ролевой игре. Такая игра может по тем или иным причинам стать средством полноценного пси-хического развития ребёнка.

Неоценимую пользу может принести игра и в тех случаях, когда вы столкнулись с проявлением детской нервности. Главное условие преодоле-ния подобных состояний – постоянная работа родителей по созиданию и укреплению всего того, что есть ценного в ребёнке, с опорой на положи-тельные стороны его личности. Такая созидательная работа – самое эф-фективное средство борьбы с отрицательными сторонами личности ребён-ка. Эти сильные положительные свойства имеются абсолютно у каждого ребёнка, но часто бывают скрыты, не проявляются в поведении и остаются не замеченными ни родителями, ни тем более самим ребёнком.

Именно поэтому хочется дать родителям конкретные рекомендации по использованию игры для исправления некоторых нежелательных осо-бенностей поведения детей, в которых главные усилия направляются на созидание новых способностей и умений ребёнка, помогающих преодоле-вать трудности.

В лаве о детском воображении уже подчеркивалось недопустимость развития фантазий ребёнка по линии только словесной, речевой деятель-ности. Повышенное фантазирование, как правило, связано с отставанием в развитии моторной сферы. Поэтому необходимо привлекать ребёнка к по-движным играм с правилами, развивать моторную ловкость в упражнени-ях на координацию движений и в конструктивных играх. Но ни в коем случае нельзя запрещать детям говорить на тему излюбленных фантазий. Лучше переключите внимание ребёнка. Предложите игровой сюжет, но так, чтобы в нём отчетливо выступало правило. С детьми, у которых уско-рен темп речевого развития, что, кстати, также может быть признаком нервности, не следует много играть в игры с перевоплощениями в игровые персонажи. Вся игра обязательно должна быть действенной, а не только речевой.

«Игра может быть целительным средством при заикании».

Родителям полезно свести к минимуму речевое общение с ребёнком, но как можно больше уделять ему внимания и тепла в неречевой форме. В доме должна быть совершенно спокойная обстановка, не надо грозно тре-бовать от ребёнка медленной речи, следует дружелюбно и мягко попро-сить малыша не торопиться, четко формулировать вопросы. Полезно об-ратить внимание на темп речи и четкость произнесения звуков и самим ро-дителям. Заикающийся должен слышать спокойную, лаконичную и четкую речь. Очень полезно использовать игры с наручными куклами – бибабо. Обычно, выполняя роли кукол, дети начинают говорить без толчков, за-минок. Большое значение имеет игра для отвлечения от контроля за пра-вильностью речи, который только усиливает заикание. Родителям следует знать: что лучшие результаты лечения заикания в дошкольном возрасте достигаются в процессе игровых занятий, поэтому необходимо использо-вать все возможности для разнообразных двигательных игр. Здесь полез-ны игры с мячом, кеглями, ракетками.

У некоторых детей нервность проявляется в виде двигательной рас-торможенности. И здесь правильно организованная игра – хороший по-мощник родителям. Очень полезны детям игры по правилам, причем та-кие, где двигательная активность контролируется игровой ролью или сю-жетом. Специальными исследованиями было показано, что возможность контроля за движениями значительно облегчается в игре. Кроме того, здесь полезно использовать влияние коллективной игры. Оказалось, что выполнение роли часового в ситуации одиночной игры было более слож-ным, чем в игре со сверстниками. Присутствие партнеров по игре облегча-ет контроль за своими движениями.

Бывает, что у ребёнка со слабой нервной системой укрепляются черты боязливости и робости в игре со сверстниками. Не следует поспешно тре-бовать включения его в группу играющих. Надо только почаще предо-ставлять возможность играть рядом с детьми, наблюдать за игрой детско-го коллектива и лишь осторожно и постепенно вводить ребёнка в игру. Можно сначала пригласить одного ребёнка, с которым уже сложились дружеские отношения. Привыкнув к парной игре, дети легче войдут в иг-рающий коллектив.

Частым проявлением детской нервности являются страхи. В основе любых устойчивых страхов – повышенная общая тревожность ребёнка. Игра здесь – лучшее лекарство. Детям со страхами необходимо повышать уверенность в своих силах, самооценку. В этом могут помочь подвижные соревновательные игры. Надо постоянно отмечать успехи и достижения ребёнка. «Смотри, каким ты стал ловким, вот как у тебя стало здорово по-лучаться!». Ребёнок должен осознавать и чувствовать себя любимым, ува-жаемым, умным, ловким, сильным.

Специалистам хорошо известно, что при лечении любых форм дет-ской нервности успех достигается не тогда, когда удается устранить тот или иной недостаток, симптом, а тогда, когда удается удовлетворить ос-новные потребности формирующейся личности ребёнка, раскрыть пер-спективы её развития. Это помогает не только преодолевать уже сложив-шиеся неблагоприятные формы поведения, но, главное, ликвидировать почву для возникновения новых осложнений развития.

Хочется ещё раз подчеркнуть, что главным условием устранения дет-ской нервности является внушение ребёнку чувства уверенности, веры в свои силы, в свою способность преодолевать встречающиеся в жизни пре-пятствия.

Играя с ребенком, родителям необходимо постоянно отмечать любой, даже самый незначительный успех малыша. Не забывайте положительно оценить выбор игрушек, удачный сюжет, ловкое игровое действие, вдох-новенно разыгранную роль. Не бойтесь такими похвалами избаловать ре-бёнка, помните, что упрямыми и капризными становятся обычно не уве-ренные в себе дети. Совершенно неверно думать, будто ребёнок всегда идет по линии наименьшего сопротивления. Наоборот, он любит преодо-левать препятствия, любит демонстрировать себе и другим свою силу. Ма-лыш как бы всегда находится в состоянии соревнования с самим собой. Он добивается определенного, значимого для него места в семье, признания своей ценности и в своих глазах, и в глазах близких для него людей.

Играйте с вашими детьми, постоянно подкрепляйте их естественную потребность к развитию и совершенствованию.

Итак, при лечении нервных детей, прибегая к помощи лекарств и ле-чебных процедур, не забывайте об игре – самом эффективном методе ле-чения детской нервности!

Заканчивая разговор об игре как одном из метолов гигиены душевной жизни, повторим кратко главные требования здорового психологического климата семьи, поддержанию которого способствует игровая деятель-ность.

Во-первых, это чувство жизнерадостности и бодрости, которое долж-но стать постоянным спутником жизни вашего малыша. Специальные экс-перименты показали, что невосприимчивость к инфекционным заболева-ниям выше у жизнерадостных детей. Атмосфера юмора, шуток, веселья и обязательно игры помогает и взрослым и детям успешнее преодолевать трудности и невзгоды, с которыми всем нам приходится сталкиваться в жизни.

Во-вторых, удовлетворение потребности малыша в любви, ласке и внимании. Не всегда потребности эти удовлетворятся сполна.

В-третьих, для нормального психического развития ребёнка у него должно быть ощущение полноты жизни, его день должен быть заполнен увлекательной деятельностью. Но ведь об этом мы все время и говорим. Полноценное развитие детской игры в любом возрасте – залог психиче-ского здоровья малыша! Относитесь с нежностью и теплотой к любой вы-думке вашего ребёнка, ни в коем случае не будьте равнодушными к обра-зам детской фантазии. Внимание и тактичное отношение к детским играм – лучшее выражение любви к ребёнку.

Воспитание ребёнка – это большая ответственность, большой труд и огромная творческая радость, дающая сознание полезности нашего суще-ствования на земле. Хочется пожелать родителям успехов на этом пути. И выразить надежду, что игра станет вашим истинным другом и помощни-ком. Существует множество игр, есть на свете самые разные игрушки, но каждому ребёнку важен наполненный любовью взгляд взрослого, тепло и нежность материнских рук.

Пусть для всех нас, родителей, станут близкими слов Януша Корчака: «Воспитатель, который не сковывает, а освобождает, не подавляет, а воз-носит, не комкает, а формирует, не диктует, а учит, не требует, а спраши-вает, переживает вместе с ребёнком много вдохновенных минут». Пусть совместная игра в вашим ребёнком умножит эти минуты.