

## **«Как играть с аутичным ребёнком. Виды терапевтических игр»**

Перед тем как приступить к описанию вариантов терапевтических игр, представим правила их проведения:

- Поддерживайте ребенка в моменты выражения им эмоций и чувств. Осуществить это можно путем повторения действий ребенка, его слов и вокализаций. Если ребенок закричит - покричите вместе с ним, если упал на пол - присядьте рядом, если произносит слова или фразы - повторите их. Благодаря таким вашим действиям ребенок не будет чувствовать себя одиноким в этот сложный для него момент. Если вы последуете этому совету, то в последующем ребенок будет ждать от вас ответной реакции, проникнется к вам доверием, вы станете для него «своим»;

- Во время терапевтических игр перед взрослым стоит важная задача - объяснить ребенку его поведение путем эмоционального комментария. Основным смыслом комментария - дать ребенку понять, что он «не плохой», а то, что происходит, - это такая игра. Обычно ребенок принимает такой способ «легализации» собственного поведения. И тогда грохот разбрасываемых игрушек становится «землетрясением», а истошные крики ребенка: «Ну, погоди!» перетекают в игру «Заяц и волк»;

- Изучив ребенка, понимая мотивы его поведения, его желания, заручившись его доверием, начинайте предлагать ему новые, более социально адекватные способы проявления эмоций. Так, вместо того, чтобы стучать молотком по полу, предложите «забивать гвоздики», мастера домик для кукол. А когда ребенок играет с водой, переливая ее в бутылки, предложите «полить цветочки». Помните, что такое предложение возможно в том случае, если ребенок уже в более спокойном состоянии, пик эмоционального напряжения миновал.

- Помните, что нельзя допускать проявления агрессии по отношению к людям и игрушкам-прототипам людей (куклам, мишкам и т.п.). В такой ситуации немедленно переведите агрессивные действия ребенка на объекты

предметного мира - крупу, песок, кубики, подушки, воду. Если ребенок замахнулся для удара, спокойно, но твердо перехватите его руку. А в случае, когда ребенок готовится выбросить мишку за окошко, заберите игрушку, сказав твердо: «Нет»;

- Такие игры возникают спонтанно. Например, во время сенсорной игры с крупой ребенок может начать ее разбрасывать. Это значит, что сенсорная игра перетекла в терапевтическую игру. Не делайте попыток «образумить» ребенка и вернуться к спокойной игре, а действуйте дальше в соответствии с принципами терапевтической игры. Так же внезапно игра может вернуться в прежнее спокойное русло;

- Со временем острота переживаемых ребенком во время таких игр ощущений начнет спадать. Как только это произойдет, становится возможным развитие сюжета игры, предложение новых вариантов развития сюжета. Более того, такое развитие необходимо - ребенок не должен заикливаться на единственном варианте игры. К тому же нельзя допустить, чтобы у ребенка был зафиксирован единственный способ действия с данным конкретным материалом или предметом;

- В ходе проведения терапевтической игры, которая нравится ребенку, со временем появится возможность постепенного введения контролирующих правил и запретов. Так, нельзя бросать в воздух мишку, но можно подбрасывать подушку; можно устроить небольшое «наводнение», но после придется собирать воду тряпкой; нельзя вытряхивать содержимое маминной сумочки, но можно высыпать конструктор из коробки. При этом постоянно придется искать компромисс между желаниями ребенка и реальными возможностями их удовлетворить, а также учитывать степень опасности таких желаний ребенка для него самого и окружающих.

### *Игры с крупами*

#### *Дождь, град*

Эта игра обусловлена фактурой материала - мелкие размеры, характерные звуки, издаваемые при падении, особые тактильные ощущения при

перебирании в руках. Вероятность того, что ребенок станет разбрасывать крупу, очень велика. Знание этой закономерности позволяет подготовиться заранее: выберите подходящее место для игр с крупой (лучше играйте на кухне), а в момент, когда сенсорная игра перетечет в терапевтическую игру, тут же словесно обозначьте действия ребенка: «Ой, дождь пошел!» (гречка, рис), «Ой! Град начался!» (горох, фасоль). При проведении такой игры есть опасность, что с этого момента ребенок будет настаивать на использовании крупы только в этом понравившемся ему качестве. В каждом конкретном случае придется принимать решение относительно выбора наилучшей тактики:

- позволить бросать крупу, устроив знакомую игру;
- некоторое время не использовать крупу в играх;
- давать разнообразные способы использования. Например, предлагать крупу в очень небольших количествах, чтобы «покормить птичек». Можно взять пакетик с небольшим количеством крупы с собой на прогулку, чтобы покормить настоящих птиц.

### ***Игры с ватой***

Вата - очень нежный и приятный на ощупь материал. Вы используете вату для игры в больницу или в сенсорных играх. Вата может оказывать на ребенка терапевтическое воздействие. Помня о том, что ребенок может захотеть трогать ее, рвать, бросать, зарываться в нее, подготовьтесь заранее - запаситесь большим куском непрессованной ваты, и когда ребенок затеет игру, предложите ему весь объем материала.

#### *Снег идет*

Отщипывайте вместе с ребенком небольшие кусочки ваты, подбрасывайте вверх со словами: «Снег идет». Наблюдайте за падением «снега», подуйте на него, чтобы он подольше не падал.

#### *Снежки*

Из небольших кусков ваты «лепите снежки» (формируете руками комок), и со словами: «Давай играть в снежки» бросаете друг в друга.

### Сугробы

Ребенок зарывается в большие комки ваты, а взрослый помогает ему «спрятаться в сугробе». Можно вместе с ребенком прятать в «сугробе» и любимую игрушку.

### Снежная крепость

Затем, когда острота переживаемых ребенком в ходе игры ощущений станет спадать, предложите дальнейшее развитие сюжета игры. Для этого можно задействовать в игре разнообразные игрушки. Сделайте мишке «снежную берлогу», а куклам постройте «снежную крепость».

## **Игры с кубиками, деталями конструктора и коробками**

### Игры с кубиками

Во время занятия ребенок может вдруг подбежать к коробке с кубиками и опрокинуть ее или подбросить коробку с мелкими деталями конструктора. При этом он с явным удовольствием вслушивается в раздавшийся грохот. В этом случае следует организовать игру.

### Салют

Подбрасывайте вместе с ребенком мелкие детали конструктора или шарики, бусины. Затем собирайте их в коробку и, если ребенок захочет, возобновите игру – «салют продолжается».

### Землетрясение

Если ребенок начинает подбрасывать более крупные предметы и детали – кубики, крупный конструктор, коробочки, – пусть это будет «землетрясение». При этом страхуйте ребенка, следите, чтобы подбрасывались только легкие, безопасные предметы. Если степень возбуждения ребенка превышает допустимые границы, и он начинает бросать предметы, применяя силу, не глядя, – переключите его на стереотипную игру.

### Мусорка

Возьмите картонную коробку больших размеров и сбрасывайте в нее разнообразные ненужные предметы – коробочки, пластиковые бутылочки,

тряпочки со словами: «Выбрасываем мусор!» При этом следует «выбрасывать» только безопасные (неострые, небьющиеся) предметы.

Игры с небольшими подушками, полотенцами, веревками, коробками (перетягивание, подбрасывание, легкие удары)

### Игры с подушками

У аутичных детей есть следующая особенность: они могут наносить себе удары, часто – по голове. Причина таких действий – либо самоагрессия, либо самостимуляция. В подобных случаях затевайте игру. Обычно дети сразу включаются в нее, тем более, если она уже знакома по прошлым занятиям. А вы получаете возможность контролировать силу ударов, переключить ребенка с агрессивных действий на игру.

### Кто сильнее

В этой игре взрослый предлагает ребенку взяться за конец веревки и начинает тянуть за другой конец со словами: «Отдай! Отдай!». Ребенок включается в игру, тянет веревку на себя. Можно использовать также подушку или полотенце.

### Подушечные бои

Для игры потребуются маленькие мягкие подушки. Кидайтесь друг в друга подушечками, издавая победные кличи. Можно «поколотить» друг друга подушками, стараясь попадать по различным частям тела.

### Выбиваем пыль

Выбиваем пыль. Подавая ребенку пример, усердно колотите руками по подушке (любого удобного размера) со словами: «Давай выбивать пыль из подушки – вот так, вот так!»

### Детский футбол

Дети любят бросать вещи на пол и пинать их ногами. Постарайтесь дать ребенку представление о том, что нельзя поступать так со всеми вещами подряд. Например, недопустимо пинать по полу мамину сумочку или фен. Объясняйте это и словами, и на практике. Сказав: «Это нельзя!», если ребенок схватил неподходящую вещь, тут же предложите ему более адекватный

заменитель. Организуйте игру в «футбол», используя вместо мяча подушку, пустую коробку из-под сока или пластиковую бутылку. Играть можно руками и ногами, подушку (коробку, бутылку) можно пинать, кидать, отнимать.

### Падающая башня

Из больших и маленьких подушек строится башня, на которую ребенок с криками запрыгивает. Башня строится такой высоты, чтобы прыжок был безопасен для ребенка.

### Штурм крепости

Из подушек, одеял, пустых коробок строим «крепость», собирая все предметы в одну кучу. Затем с криками: «Бабах! Стреляем по крепости!» бросаем в «крепость» мячи. Игра продолжается, пока куча не разлетится на куски.

## Игры со старыми газетами или журналами

### Птицы летят

Подброшенный в воздух журнал или газета издают своеобразный шелестящий звук, к тому же интересно наблюдать за их «полетом». Поиграйте вместе с ребенком в «летающих птиц»: подбрасывайте в воздух газеты или журналы. Можно взять в каждую руку по листу газеты и поноситься по комнате, взмахивая руками, изображая летящую птицу. При этом дайте ребенку понять, что подобные действия недопустимы в отношении книг, а также новых журналов и газет. Как всегда, объясняйте это на практике: не запрещайте ему эту игру, а выделите ненужные журналы и газеты и положите их в определенном месте – объясните ребенку, что с ними он может поступать по собственному усмотрению.

### Бумажная битва

Приготовьте «снаряды» – скомкайте страницы ненужных газет или журналов. Битва начинается: с криками: «вот тебе!» бросайте друг в друга комки бумаги. В конце такой игры соберите «снаряды» в коробку или пакет.

### Бумажный листопад

В этой игре можно порвать страницы газет и журналов на куски, а затем подбрасывать охапки бумаги вверх со словами: «Листья кружатся и падают!» В конце игры обязательно организуйте «уборку листьев».

### Игры с водой

Игры с водой. Обычно в такую игру перетекают сенсорные игры с водой – ребенок начинает разбрызгивать воду, переворачивает емкости с ней. Предполагая заранее такое развитие игры, расположитесь на кухне или в ванной комнате. Не порицайте ребенка и не пытайтесь его остановить, а организуйте игру. К сожалению, в играх с водой есть жесткие границы, если занятие проходит в городской квартире. Но летом на даче никаких ограничений быть не должно – брызгайтесь и разливайте воду, сколько захотите. Если дело происходит в квартире, будет очень хорошо, если вы вместе с ребенком «устраните последствия наводнения», собрав воду шваброй.

### Брызгалки

Летом на улице или на даче организуйте игры с разбрызгиванием воды. Можно использовать водяной пистолет, резиновую грушу, шланг с водой. В этой игре допустимо «промокнуть до нитки», но по окончании игры переоденьте ребенка в сухую одежду.

Уже из описания игр становится понятным, что их проведение окажется для психолога (или педагога) непростым делом, потребует терпения, выдержки, постоянного контроля за ходом игры и страховки ребенка. И, пожалуй, главной трудностью станет контроль за эмоциями ребенка, адекватностью их проявления.

Не всегда удастся придумать социально приемлемое объяснение действиям аутичного ребенка. Например, малыш одержим желанием выбрасывать в окно игрушки и предметы или бросает на кафельный пол стеклянные банки и лампочки, подбрасывает вверх тяжелый молоток, который задевает люстру. Такие действия ребенка опасны как для окружающих, так и для него самого. Как же поступать в подобных случаях? Посоветуем

действовать по обстановке, искать выход, исходя из особенностей данной конкретной ситуации. Но для начала постарайтесь исключить провоцирующие моменты, например, спрячьте потенциально опасные предметы (молотки, иголки, стеклянные лампочки и др.) в недоступное для ребенка место. Конечно, все предусмотреть невозможно, тем более что дети часто обладают поразительной интуицией и находят спрятанные вещи в любом месте. Если поведение ребенка во время игры вышло за пределы допустимого, переключите его на стереотипную игру.

Проведение такой психотерапевтической работы дает следующие результаты:

– В ходе терапевтических игр ребенок, используя помощь взрослого, может избавиться от негативных эмоций, постепенно его эмоциональный фон нормализуется и в целом становится более положительным. При такой работе мы исходим из предположения, что по мере нейтрализации накопленных ребенком негативных эмоций проведение терапевтических игр станет менее напряженным, а потребность в их проведении будет возникать реже.

– В ходе таких игр выходят на поверхность, тем самым проявляясь, глубинные эмоции, в том числе страхи. Это позволяет начать работу по их преодолению.

– Подтверждение правильности ваших действий – реакция ребенка: он нуждается в вашей помощи и благодарен за поддержку. Это проявляется в том, что на следующих занятиях ребенок сам предлагает поиграть в одну из таких игр, например, протягивает подушку со словами: «Отдай!». А если вы внезапно прекратите участвовать в игре, скорее всего ребенок остановится и начнет искать вас глазами.

В ходе психотерапевтической работы с ребенком могут возникнуть игры, которые здесь не описаны. Не пропустите появление новых возможностей и действуйте, как всегда, в интересах ребенка.