

ИРАВ

онлайн



**Руководство “10 игр для
развития привязанности у
маленьких детей”**

✕ Что такое привязанность?

Согласно теории привязанности, разработанной английским психиатром и психоаналитиком Джоном Боулби, привязанность — это базовая биологическая потребность человека во взаимодействии со значимым для него человеком.

Мы испытываем это чувство с младенческого возраста. Вначале оно обусловлено нашей беспомощностью: родители (чаще всего мама) — это источник защиты, который создаёт чувство безопасности. Но уже после трёх месяцев жизни мы нуждаемся не только в защите, но и в эмоциональном контакте со значимым для нас взрослым.

Иными словами, привязанность - это качество отношений между младенцем и ухаживающим за ним взрослым.

Отношения, которые формируются к концу первого года жизни ребенка - это фундамент, который сохраняется всю жизнь и передается из поколения в поколение.



Игра - это язык, на котором разговаривает ребенок.

Играя с ним, мы даем ему понять, что он значим, его понимают и поддерживают. В игре происходит переживание совместных эмоций, и ребенок и родитель испытывают радость от общения.

Существуют особые типы игр (телесные, двигательные, социально-эмоциональные), которые помогают ребенку почувствовать любовь, безопасность, базовое доверие к миру, в которых привязанность особо укрепляется.

Рекомендуйте эти игры родителям, если вы специалист, или используйте со своими детьми в случае, если вы - родитель.

- ✓ **1. Касайтесь ребенка:** гладьте, тискайте, качайте, кладите на себя. Стимулируйте его органы чувств.
 - "коза рогатая",
 - "ехали-поехали".

- ✓ **2. Показывайте, что разделяете интересы малыша:**
 - ползайте с ним на одном уровне, переползайте через препятствия;
 - игра в "ку-ку";
 - подражайте животным, машинам, повторяйте звуки, которые произносит малыш.

- ✓ **3. Если ребенок уже начинает ходить:**
 - доставайте/убирайте вещи вместе;
 - бегайте, прыгайте, карабкайтесь по лестницам.

- ✓ **4. На улице дайте малышу волю, пусть он двигается.** Повторяйте его движения, покажите свой интерес. Используйте песни, ритуалы:
 - хоровод;
 - "сиди Яша под ореховым кустом";
 - "жили у бабуся два веселых гуся".

- ✓ **5. Изображайте животных:** как двигается кошка или скачет лошадка.

- ✓ **6. Самолёт.** Поднимите ребенка на плечо и “летайте” вместе.
- ✓ **7. Папа/мама лаз.** Держа папу за руки, ребенок залезает на плечи, кувыркается.
- ✓ **8. Кошки - мышки.** Родитель лежит, малыш подкрадывается и родитель его ловит.
- ✓ **9. Болталки.** Ребенок висит на ноге, а взрослый ею болтает.
- ✓ **10. Обезопасьте дом и дайте малышу свободу движения.** Но объясняйте, что, например, горячее и острое может быть опасно. Помогите понять малышу границы своего тела.
 - “альпинисты” - какой малыш не любит лазить?
 - “пираты” - используйте коробки в качестве “кораблей” и вот вы уже бороздите просторы океана,
 - “секретная лаборатория” - разведите на кухне разные жидкости, например, пальчиковые краски и приготовьте эликсир силы.

Важно дать понять малышу, что он справится, преодолеет препятствия сам. Но его всегда поддержат, подстрахуют, помогут.

