

ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ И ЭМПАТИИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Минькова Е.С.

Бобровский образовательный центр «Лидер» имени А. В. Гордеева
структурное подразделение – детский сад, г. Бобров.

В современном образовательном процессе все большее внимание уделяется развитию познавательных процессов и эмпатии у детей дошкольного возраста. Психологи педагоги и родители ищут новые методы и подходы, которые помогут малышам лучше понимать окружающий мир, развивать свою креативность и социальные навыки. Одним из таких методов является применение элементов телесно-ориентированной терапии.

Телесно-ориентированная терапия – это комплексное направление в работе с детьми, основанное на использовании двигательной активности для стимуляции когнитивных функций и эмоционального развития. Элементы данной терапии, такие как физические упражнения, игры с использованием движений и телесные прикосновения, позволяют детям более полно воспринимать информацию из окружающего мира, развивать свое воображение и фантазирование.

Особое внимание в рамках телесно-ориентированной терапии уделяется развитию эмпатии – способности понимать и сопереживать чувствам других людей. На занятиях с использованием этого метода дети учатся распознавать эмоции на лицах других людей, общаться и взаимодействовать с окружающими, выражать свои эмоции и устанавливать эмоциональную связь со сверстниками.

Применение элементов телесно-ориентированной терапии в работе с дошкольниками может значительно повысить эффективность образовательного процесса. Данный подход не только способствует развитию

познавательных процессов, но и помогает формированию ключевых социальных навыков, необходимых для успешной адаптации ребенка в обществе. В данной статье мы рассмотрим основные принципы работы с детьми дошкольного возраста посредством телесно-ориентированной терапии и представим некоторые практические рекомендации для педагогов и родителей.

Введение

Телесно-ориентированная терапия – это метод психотерапии, который активно использует физическую активность и движение для достижения эмоционального и психологического благополучия. Этот подход становится все более популярным в работе с детьми, особенно дошкольниками, так как он способствует развитию познавательных процессов и эмпатии.

Одной из основных целей телесно-ориентированной терапии является помощь детям расширить свое телесное сознание и улучшить связь между мыслительными и двигательными процессами. Дошкольники часто имеют ограниченный опыт взаимодействия со своим телом, что может негативно сказываться на развитии когнитивных функций. Телесная активность через игры, упражнения и двигательные задания помогает улучшить координацию движений, пространственное восприятие, концентрацию внимания и другие когнитивные навыки.

Кроме того, телесная ориентация помогает детям развивать эмпатию и социальные навыки. В процессе телесно-ориентированной терапии дошкольники учатся осознавать свои эмоции, понимать эмоциональное состояние других людей и адекватно отреагировать на него

Основные элементы телесно-ориентированной терапии и их влияние на развитие эмпатии у дошкольников

Основные элементы телесно-ориентированной терапии, такие как движение, сенсорная стимуляция и саморегуляция, имеют значительное влияние на развитие эмпатии у дошкольников. Движение помогает детям осознать свое тело и его возможности, а также развивает координацию и

гибкость. Сенсорная стимуляция, включающая тактильные ощущения и зрительные восприятия, способствует развитию чувственного восприятия и позволяет детям лучше понять своих сверстников. Саморегуляция тренирует умение контролировать эмоции и реагировать адекватно на окружающую среду. Все эти элементы помогают детям стать более открытыми к эмоциональным состояниям других людей и выражать свою эмпатию через физический контакт или невербальные сигналы. Используемые методы телесно-ориентированной терапии, такие как игры с массажем или двигательными активностями, способствуют развитию познавательных процессов и эмпатии у дошкольников, создавая благоприятную среду для их физического и эмоционального развития.

Практические методы применения телесно-ориентированной терапии для развития познавательных процессов у дошкольников

Применение элементов телесно-ориентированной терапии в работе с дошкольниками может значительно способствовать развитию их познавательных процессов. Один из таких методов - использование двигательной активности, направленной на стимуляцию моторных навыков и координации движений.

Различные игры, а также упражнения на растяжку и релаксацию помогают детям осознать свое тело, улучшить контроль над его частями, а также развить пространственное восприятие. В процессе выполнения этих заданий дети учатся ориентироваться в пространстве, определять свое положение в нем и распознавать относительные расстояния.

Другой эффективный метод - использование пальчиковых игр и массажа. Это помогает детям развить мелкую моторику пальцев и ладоней, что в свою очередь способствует развитию общей моторики рук и подготавливает к письму. Кроме того, пальчиковые игры стимулируют активность мозга, повышая концентрацию и внимание.

Также, использование элементов телесно-ориентированной терапии может способствовать развитию эмпатии у дошкольников

Результаты исследований: эффективность применения телесно-ориентированной терапии в развитии эмпатии у дошкольников

Результаты исследований показывают, что применение элементов телесно-ориентированной терапии способствует развитию эмпатии у дошкольников. В одном из исследований было обнаружено, что дети, которые участвовали в занятиях по телесно-ориентированной терапии, проявляли большую эмоциональную отзывчивость и понимание чувств других людей.

Другое исследование показало, что дети, занимающиеся телесно-ориентированной терапией, имели более развитые навыки социального взаимодействия. Они лучше распознавали выражения лица других людей и проявляли большее понимание и сопереживание к эмоциональным состояниям своих сверстников.

Также было обнаружено, что дети после занятий по телесно-ориентированной терапии лучше справляются с конфликтными ситуациями. Они проявляют большую готовность к компромиссам и активно используют невербальные коммуникационные навыки для разрешения конфликтов.

В целом, результаты исследований подтверждают эффективность применения телесно-ориентированной терапии в развитии эмпатии у дошкольников

Выводы: перспективы применения телесно-ориентированной терапии для развития познавательных процессов и эмпатии у дошкольников

В результате исследования применения элементов телесно-ориентированной терапии для развития познавательных процессов и эмпатии у дошкольников можно сделать несколько выводов. Во-первых, использование данного подхода способствует активизации двигательной активности у детей, что, в свою очередь, положительно влияет на развитие когнитивных функций. Дети, занимающиеся телесно-ориентированной терапией, проявляют больший интерес к окружающему миру и лучше справляются с задачами требующими анализа и решения проблем.

Во-вторых, данный метод помогает формированию эмпатических навыков у дошкольников. Различные игры и упражнения направленные на расширение чувства сопереживания позволяют детям лучше понимать эмоции других людей и выражать свою сострадательность. Это имеет большое значение для социального развития ребенка.

Таким образом, применение элементов телесно-ориентированной терапии является перспективным подходом для развития познавательных процессов и эмпатии у дошкольников. Данный метод способствует активизации двигательной активности и формированию эмпатических навыков, что важно для всестороннего развития ребенка.

Список литературы:

1. Белкина В. Н. Психология раннего и дошкольного детства. — М.: Юрайт, 2020.
2. Болотина Л. Р. Дошкольная педагогика. — М.: Юрайт, 2020.
3. Гонина О. О. Психология дошкольного возраста. — М.: Юрайт, 2020.
4. Микляева Н.В., Тихонова О.А, Чудесникова Т.А. Шакирова О.А. Развитие эмоционального и социального интеллекта у дошкольников. – АРКТИ, 2021. Научный журнал «Актуальные исследования» #16 (146), апрель 2023.