

У нас есть средства или орудия для установления позитивных отношений в семье: это игры и игрушки, совместная деятельность и детское творчество.

## Игры и игрушки

Важно учитывать возраст детей.

**Для малышей**, пока они не видят, нужно освободить тихонько игровую зону от лишних игрушек (это будет «банк»). Если спросит ребенок, о какой-то конкретной игрушке, сказать, что она скоро «подойдет», а остальные «спят, гуляют» и т. п. Но скорее всего, ребенок и не вспомнит. Отобрать вместе с ребенком любимые или необходимые, показывая по одной и складывая на столике или в манеже. Практика горы игрушек ошибочная: множество ярких предметов рассеивает внимание, угнетает творчество, невротизирует. Педагог Фребель рекомендовал для ребенка одну игрушку в месяц (!), лишь тогда это будет подлинная игра-познание, а не манипуляция. 3-5 игрушек перед ребенком вполне достаточно, после можно, какие-то убрав, заменить на другие из «банка».

**Для дошкольника** можно превратить карантин в игру: халаты, маски, и другая атрибутика «больницы» могут быть настолько востребованы, что ребенок надолго увлечется, а «пациентами» будут куклы, мишки и другие игрушки. Не запрещайте детям играть в «страшный карантин», даже со смертельным исходом, через игру ребенок овладевает своими страхами и тревогой и приходит к счастливому концу.

**Младшим школьникам и даже подросткам** можно ненавязчиво предложить увлекательный «КВЕСТ- карантин», где главный герой Вирус может превращаться (мутировать), прятаться и убегать, а его ищут и сажают в особую клетку под замок и так далее – на помощь бурная фантазия ребенка.

**Старшеклассникам** дать задание «разработать вакцину» и написать свою инструкцию о защите, поговорить о социальной ответственности каждого не только за себя, но и за наиболее слабых и уязвимых людей, в соответствии с девизом «Если бы президентом был я». Дети могут подключать сверстников, друзей и обсуждать стратегию по противодействию пандемии по Скайпу или телефону. Конечно, Ваше участие может быть востребовано, но не в полной мере, главное – вбросить идею.

## Совместная деятельность

Организация детско-родительской *совместной деятельности* – чудесное средство и орудие для создания позитивных отношений. Мы забыли о ней и стоит вернуться: к помощи детей на кухне (замесить тесто для блинчиков, вымыть посуду, натереть свеклу или морковь, накрыть на стол); а также достать белье из машины, подмести пол, протереть пыль; разобрать зимние вещи и достать летние (ведь действительно – будет апрель). Ваша выдумка и фантазия по превращению скучных обязанностей в осмысленное и приятное взаимодействие, при посильном участии детей в делах семьи откроет новые грани семейного единства.

## Детское творчество

Детское *художественное творчество*: рисование, лепка, аппликация, вышивки, изготовление поделок и многое другое – прекрасное средство не просто занять ребенка в режиме изоляции, но и предоставить ему возможность для самовыражения и арт-терапии в переживании экстремальной ситуации. Здесь настоящий простор для подлинной креативности. Например, при отсутствии песка можно тем не менее в домашних условиях организовать *песочную терапию*: для этого нужен поднос (годится форма для запекания) и разнообразные мелкие игрушки (человечки, машинки и транспорт, растения, тряпочки – все, что найдется). Емкость заполняется крупой (гречка, манная, пшено) и придумывается название/тема для построения картины мира, в том числе и тема карантина. Картины, созданные ребенком, лучше сфотографировать и сохранить на память и если их будет несколько, можно проследить динамику образов.

*Детский рисунок*, как известно, прекрасное диагностическое и психотерапевтическое средство, через него открывается скрытый смысл событий и явлений, а также возможность устранения негативных психоэмоциональных отношений. Но это – следующий этап, о котором поведаю позже.

Если, все же несмотря на Ваши усилия, ожидаемого порядка и спокойствия в семье в этот сложный период не удалось организовать, и Вы изнемогаете от навалившихся проблем, предлагаем упражнения «Синхрогимнастики».