

# **Песочная терапия в работе педагога-психолога в ДОУ**

**Варфоломеева.С.И**

**2020г**

Модернизация современного образования предполагает достижение нового современного качества на всех его ступенях. Это вызывает необходимость не только активно применять современные коррекционно-образовательные технологии, но и разрабатывать собственные, способствующие повышению уровня образования на должный уровень, соответствующий федеральным государственным образовательным стандартам. В системе традиционных и нетрадиционных методов психологической коррекции все больше места занимают специальные техники, куда входит и такое направления как пескотерапия.

Пескотерапия (песочная терапия) — это вид современной арт-терапии и арт-педагогики, включающий систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, разрешить его психологические затруднения, развить способность осознавать свои желания и возможность их реализации, помогающих ребёнку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои эмоции и чувства, слышать внутреннее настоящее «Я», подсказывающее выход для решения проблемы. Песок — прекрасный материал для работы с детьми любого возраста.

Основной идеей ФГОС дошкольного образования и соответственно содержания образовательной программы, является идея позитивной социализации, важно зафиксировать возможные и разнообразные формы, методы и способы, направленные на формирование у детей уверенности в себе и своих силах; желания и стремления детей быть успешными и необходимыми; готовности и способности проявлять инициативу и творчество. Именно методы песочной терапии и при помощи песочных столов помогут в реализации ФГОС ДО. Статистические данные свидетельствуют о том, что в настоящее время большое количество детей остро нуждаются в организации специализированной помощи. Среди них дети с эмоционально-волевыми проблемами в особенности с чувствами страхов и тревожных состояний.

Для коррекции и развития психологического здоровья детей в детском саду существуют различные средства: развивающие игры и упражнения, **разнообразный** дидактический материал, игротерапия, сказкотерапия. Все это я использую в повседневной работе. Но такими средствами обучения пользуются все педагоги детского сада и для того, чтобы, поддержать познавательный интерес к моим занятиям, необходимо было найти новый прием для развития эмоционального мира детей, такой который бы вызывал не только интерес, но и много положительных эмоций. Свой выбор я остановила на работе с песком в комплексе с сказкотерапией и

коммуникативными технологиями, что и реализовываю в своем опыте работы. Это стало новизной моего опыта

Сегодня песочная терапия в России уже зарекомендовала себя как эффективный практический метод в психотерапии, педагогике. Однако законченная концепция песочной терапии еще не сформирована. Это дает возможность внести свой вклад в распространение и осмысление этого метода.

Цель психолого-педагогической работы: коррекция и профилактика различного рода проблем, средствами песочной терапии и сказкотерапии.

Задачи:

- совершенствование предметно-игровой деятельности,
- формирование учебной деятельности,
- развитие познавательных функций (восприятие, внимание, память, мышление), речи и моторики.

- коррекция речи и поведения,
- повышение интереса к занятиям;
- создание ситуации успеха,

В основу работы по работе средствами песочной терапии и сказкотерапии были положены следующие принципы:

- единства диагностики и коррекции;
- ориентация на будущее. Использование песочной терапии позволяет расширять зону ближайшего развития ребёнка;

- гармонизация эмоционально-волевой сферы, направленную на преодоление негативных состояний, нарушение функционирования в развитии ребенка, а так же компенсация негативных особенностей личности, складывающихся на основе данных процессов;

- опора на активность ребенка - обеспечение развития у ребенка способностей становится субъектом познавательной деятельности. Соответственно, этот принцип диктует особенность психологического воздействия, заключающегося в том, чтобы постоянно и неуклонно апеллировать к сознанию ребенка, предоставляя ему возможность воспринимать и понимать суть происходящего явления. Данный принцип позволяет выработать психологические качества, необходимые для самовыражения в деятельности;

- художественно-коррекционное воздействие;
- свободы и самостоятельности. Позволяет ребенку самостоятельно определять свое отношение к среде, выбирать то, что ему по душе;

- охраны интересов ребенка. Построение коррекционных вмешательств в эмоциональную сферу с учетом того, что коррекционное воздействие ни в коем случае не должно нанести ущерб ребенку, его психическому и физическому здоровью.

В основе всей коррекционной работы с детьми лежит положение о неразрывности психологии и педагогики. Основным принципом психолого-педагогической теории связи психического развития ребенка с его воспитанием и обучением был сформулирован известными отечественными исследователями Л.С. Выгодским, П.Я. Гальпериным, А.В. Запорожцем, А.Н. Лурия, С.Л. Рубинштейн и др. Эти теоретические положения являются основой для разработки методического обеспечения для работы с детьми. Выдающиеся педагоги и психологи (Л.С. Выгодский, Д.Б. Эльконин, М. Монтессори и др.) давно показали важность диагностирования детей раннего возраста, охватывающего сенситивные периоды целого ряда функций в психическом развитии ребенка, т.е. те периоды, когда данная функция особенно чувствительна к внешним воздействиям и особенно бурно развивается под их влиянием. Существует ряд методических разработок отечественных ученых (Е.М. Мастюкова, Е.А. Стребелева, Н.Н. Печора, Э.Л. Фрухт и др.), представляющих систему ранней диагностики и психолого-педагогической помощи детям раннего возраста.

В настоящее время разработано множество игр, упражнений и игровых программ с использованием песочницы, облегчающих процессы обучения, коррекции и развития детей. Адресованы они, прежде всего дошкольникам и детям, имеющим проблемы развития. Подробно эти игры описаны в книгах Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т. М. Грабенко («Песочная игротерапия», «Игры в сказкотерапии»). Среди них выделены следующие виды:

- Обучающие игры. Они облегчают процесс обучения ребенка чтению, письму, счету и грамоте, способствуют развитию мелкой моторики рук, фонематического слуха, помогают корректировать звукопроизношение.

- Познавательные игры. Игры на знакомство с окружающим миром, географические игры, фантастические, исторические, игры-экскурсии.

- Проективные игры. Проективные игры можно проводить индивидуально и в группе, с их помощью осуществляется психологическая диагностика, коррекция и развитие ребенка

Для реализации коррекционно-развивающей работы в своей деятельности использовала следующие принципы песочной терапии:

1. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями детских игр и детских сказок – на основе этого принципа песочной терапии осуществляется взаимный переход Воображаемого в Реальное и наоборот.

2. Осмысление опыта и ситуации – разыгрывая ситуацию в песочнице, ребенок имеет возможность посмотреть на нее со стороны. Этот принцип песочной терапии позволяет соотнести игру с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблемы.

3. Принцип обмена – в играх с песком ребенок и психолог легко обмениваются идеями, мыслями, чувствами. Таким образом песочная терапия позволяет построить партнерские взаимоотношения.

4. Принцип оживления абстрактных символов – песочная терапия позволяет сформировать чувство реальности происходящего.

Игры с песком я использую:

- в качестве ведущего метода коррекционного воздействия;
- в развивающих и обучающих занятиях;
- в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развивать его сенсомоторные навыки;
- в качестве диагностики и психопрофилактики и др.

Для усиления воздействия песочной терапии в процессе игр и упражнений используются музыкальные произведения, например: «Звуки природы», релаксационную и классическую музыку, рекомендованную для детей дошкольного возраста.

В своей работе использую две формы работы с песком.

Это работа в песочнице с использованием кинетического песка и работа с сухим песком на световом столе.

Классический вариант в песочной терапии это построение песочной картины. Ребенку предлагается построить волшебный мир или сказочную историю на песке. Обязательный компонент для работы в песочнице - маленькие фигурки или их изображение.

Работа с песком требует определенных правил поведения. Обычно они обговариваются в начале занятия специально подобранным песчаным персонажем. Он приглашает в песочную страну и определяет правила поведения в ней. Персонажем может быть песчаная фея, король песка, черепашка, верблюд.

Здесь же песчаный персонаж дает задание ребенку.

Основная часть это выполнение задание.

Приемы, используемые на занятии: «Поскользнуть» по поверхности песка (как змейка, машина, и т.д.); «пройтись» ладошками, оставляя свои следы; оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней, создавая узоры (солнышко, цветок, и т.д.); «пройтись» каждым пальчиком поочередно, правой и левой руки, провести массаж рук ребенка (при этом можно использовать не только растирание рук, но и различные массажёры, а так же самомассаж с помощью сосновой или еловой шишки).

Организацию игр-занятий с песком можно разделить на 3 типа:

1) совершение определенных манипуляций с песочной поверхностью (дети заполняют песком формочки, трафареты, рисуют на песчаной поверхности, делают отпечатки, собирают песок в комочки и создают горки);

2) проникновение в толщу песка, рытье ямок и тоннелей, прятанье в песок предметов с их последующим извлечением;

3) организация сюжетов, создание композиции, моделирование игровых ситуаций.

Формы работы

Индивидуальные игры - позитивно влияют на эмоциональное самочувствие детей, являются прекрасным средством для развития и саморазвития ребёнка.

Групповые игры - игры с песком в группе направлены в основном на развитие коммуникативных навыков, т.е. умения гармонично и эффективно общаться друг с другом, взаимодействовать.

#### **Анализ результативности.**

Реализация песочной терапии в коррекционной и развивающей работе позволила создать предпосылки, способствующие гармонизации психологической сферы детей.

Опыт работы показал, что использование песочной терапии дает положительные результаты:

- у обучающихся значительно возрастает интерес к занятиям;
- обучающиеся чувствуют себя более успешными;
- на занятиях нет места монотонности и скуке.

В результате занятий пескотерапией наблюдается следующая картина:

- у обучающихся формируются умения видеть эмоции другого и собственный эмоциональный образ;

- развивается эмоциональная произвольность, дети учатся конструктивно управлять собственным поведением;

- развивается мелкая моторика, воображение, конструктивное мышление, образная память;

- значительно увеличивается словарный запас и формируются средства коммуникации.

### **Трудности и проблемы при использовании данного опыта.**

В России песочная терапия получила распространение не так давно и имеет некоторые особенности. Зарубежные специалисты, практикующие песочную терапию, работают в рамках определенного психотерапевтического направления, т. е. по определенному заданному алгоритму (знают, что и когда предложить, когда и какой вопрос задать, как отреагировать). У нас же в России это направление слабо развито и отмечается недостаточность подготовки по данному вопросу. Это создает, с одной стороны, немало трудностей для использования песочной терапии, с другой стороны, стимулирует творческий поиск и формирует собственный опыт в данном направлении.

Данный психологический опыт представляет интерес для практических психологов, педагогов-психологов, социальных педагогов, воспитателей и методистов ДОУ.