

«Песочная терапия в работе педагога-психолога в МБДОУ с.Князе-Волконское»

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-педагогике, 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. Основной принцип 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.

- Проектные игры. Проектные 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.

В качестве песочной терапии используется следующее оборудование

1. Световой стол для рисования на сухом песке.
2. Песочница для построения песочных картин из кинетического песка.
3. Чистый, просеянный песок.
4. Кинетический песок.
5. «Коллекция» миниатюрных фигурок

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.

В заключительной части которая называется ритуалом прощания песочный персонаж объявляет об окончании путешествия или игры.

Преимущество песочной терапии выражаются в том, что она:

- *способствует процессу индивидуализации;*
- *снижает скованность, освобождает творческий потенциал, внутренние чувства, обостряет восприятие и актуализирует воспоминания;*
- *развивает воображение, обеспечивает многократный опыт благодаря множественности символических значений;*
- *создает мост между бессознательным и сознательным, внутренним и внешним, духовным и физическим, невербальным и вербальным;*
- *позволяет снять контроль сознания, обеспечивает непосредственную игру, где нет никакого правильного или неправильного пути;*
- *является естественным языком для детей;*
- *не имеет ограничений для использования с детьми разных культур, рас, возрастов и интеллектуальных статусов;*
- *даёт ребёнку возможность от роли «пострадавшего» перейти к роли «создателя» своей жизни.*

Методы и формы работы с песком:

- рассказ
 - беседа
 - коммуникативные, символические, ролевые игры,
 - моделирование ситуации,
 - пальчиковая гимнастика, логоритмические упражнения,
 - конструирование из дидактического материала (Блоков Дьенеша, Палочек Кюизенера).

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.