

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»**

**Программа индивидуальных психокоррекционных занятий с детьми в
кризисной ситуации, после травматического события
«Волшебный песок»
(Возраст : дети от 4-х до 7 лет)**

Автор-составитель: педагог-психолог высшей
квалификационной категории Чернюк О.В.

г. Верхняя Салда

2024 год

Пояснительная записка

Программа предназначена для психокоррекционной работы с детьми младшего и старшего возраста (4 – 7 лет), находящихся в кризисном состоянии после травматического события (потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации). Основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка с помощью игр с песком. Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции. Песочная терапия позволяет снять у ребенка внутреннее напряжение и стимулирует развитие. Свободно строя из песка, используя формочки для игры, миниатюрный игровой и природный материал — ребенок «строит мир». (М. Ловенфельд). Один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребенок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками. Игры с песком являются самым доступным и естественным способом самотерапии. Через игру с ребенком в песочнице, взрослый может ненавязчиво сообщить нормы и правила поведения, обучить социально приемлемым способам нервной разрядки. Для детей, еще слабо владеющих речью, игры с песком становятся своеобразным театром одного актера, сценой для его внутреннего «Я». Через игру с песком у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности. Песок усиливает желание ребенка узнавать что-то новое. В песочнице мощно развивается «тактильная» чувствительность как основа развития «ручного интеллекта». В играх с песком совершенствуется развитие предметно-игровой деятельности, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка. Песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что наиболее актуально в работе с детьми с проблемами в эмоциональной и поведенческих сферах.

Цель программы:

Психокоррекция эмоционально-личностной сферы ребенка, находящегося в кризисной ситуации после травматического события.

Задачи:

Диагностирование адаптационных ресурсов ребенка и степени влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние;

Активизация ресурсов психики, формирование ощущения защищённости в этом мире

Создание внутреннего, “хорошего” персонифицированного объекта, как ресурс восстановления личности после травмы.

Соединение тела и эмоций, работа на соединение “Я – плохого” и “Я-хорошего”, “Я” и травматическое событие

Включает в себя рекомендации родителям по эмоциональному состоянию ребенка в процессе коррекционной работы.

Актуальность программы:

Личность, как объект жизненного процесса подвергается воздействию различных событий жизни как позитивных, так и негативных. Не исключены и такие, как травматические события или ситуации, после которых личностные психологические ресурсы ребенка исчерпываются и ему необходима помощь.

Травматические события, обладающие мощным негативным следствием, такие как: потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации, вызывают травматический стресс. Психологические последствия травматических событий выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), возникающем как затяжная или отсроченная реакция на ситуации, сопряжённая с серьёзной угрозой жизни и психическому и физическому здоровью.

Форма работы:

Основная форма коррекционной работы на первых этапах – индивидуальная. Не исключена и групповая работа на заключительных этапах коррекции, так как социализация ребенка после травмы является одним из ресурсов личности (ведущий вид деятельности подростка по периодизации Д. Б. Эльконина – “интимно-личностное общение”). Психокоррекционная работа по данной программе строится на базе психодинамического (З.Фрейд) и экзистенциально гуманистического подхода (К.Г. Юнг, Х. К. Лёйнер) с использованием техник, песочной психотерапии и арт-терапии (техники использования мандалы), сказкотерапии.

При работе с психологическими травмами и ПТСР предполагается минимально срок психокоррекционной работы – 1 год, с режимом встреч 1-2 раза в неделю. Данная программа состоит из 25 индивидуальных встреч по 1 академическому часу и включение в работу в группе 1 ак.ч.

Теоретическое обоснование методов психокоррекционной работы в данной программе:

Преимущество песочной терапии состоит в том, что она позволяет ребенку воссоздавать в песке различные аспекты проблемы, используя символические объекты, которыми можно манипулировать и которые можно легко изменять. Возможность в реальности, но на территории психологической песочницы проиграть конфликты, продумать и выстроить образ цели и способ достижения её, увидеть модели новых отношений – всё это способствует нормализации внутреннего мира личности, способствует снятию тревог, проработки внутриличностных конфликтов и различных страхов. Этот процесс игры “продвигает” ребенка от ощущения “пострадавшего”, к тому, чтобы чувствовать себя “создателем” своей жизни. Разыгрывая ситуацию в психологической песочнице, ребенок имеет возможность посмотреть на неё со стороны. Это в свою очередь, позволяет соотнести игру с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти конструктивные, приемлемые способы решения проблемы. Атрибуты разных культур, мифологические персонажи способствуют актуализации врожденного психического опыта и его осознания, предоставляя клиенту возможность переживать новый психический опыт и воплощать его в реальную жизнь.

Организационные условия:

Для реализации продуктивной работы необходимы: психологическая песочница (лоток с песком) и коллекция миниатюрных игрушек, бумага, аудиоаппаратура и записи релаксационной музыки. Отдельный пункт реализации программы помощи ребенку, это письменное или устное согласие (или запрос) родителей ребенка на работу в психокоррекционной программе.

Тематический план:

Направление работы	Номер встречи п/п	Тематическое содержание (методики диагностики, упражнения, психотехники)	Форма работы	Кол-во часов
Диагностический блок	1	Встреча с ребенком, психотерапевтическая беседа, согласование рамок работы, определение путей помощи	Инд.	1 ак.ч.
	2	Диагностические методики: САН, Диагностическая анкета критических ситуаций ребенка.	Инд.	1 ак.ч.
	3	Встреча с родителями, определение запроса на работу, согласование рамок работы, дача рекомендаций по поддержке ребенка в сложный кризисный период.	Инд.	1 ак.ч.
	4	Диагностическая методика “Человек-Человек под дождём – Дождь в сказочной стране” (диагностика адаптационных ресурсов и степени влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние, ресурсная способность противостоять негативным влияниям стрессовой ситуации)	Инд.	1 ак.ч.
Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков	5	Песочная картина по мотиву. Аналитическая беседа.	Инд.	1 ак.ч.
	6	Встреча с родителями. Дача рекомендаций по эмоциональному	Инд.	1 ак.ч.

		состоянию ребенка в процессе коррекционной работы.		
	7	Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков (проработка эмоций)	Инд.	1 ак.ч
	8	Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков.	Инд.	1 ак.ч
	9	Песочная композиция на тему “Картина про меня” (диагностика эмоционального состояния в процессе коррекционной работы, диагностика внутреннего мировосприятия)	Инд.	1 ак.ч.
	10	Работа с открытками (Активизация чувствования, переживание и отреагирование, в групповой работе происходит невелирование чувства одиночества в опыте переживаний)	Груп.	1 ак.ч.
	11	Диагностические методики: мониторинг. Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков.	Инд.	1 ак.ч.
	12	Терапевтическая беседа с ребенком, подведение итогов, оценка ребенком своего самочувствия и жизненной активности, проговаривание о возможности возвращения к индивидуальной работе, если ребенок почувствует в этом необходимость	Инд.	1 ак.ч.
	13	Консультативная беседа с родителями, дача рекомендаций.	Инд.	1 ак.ч.

Описание используемых техник:

Арт-терапевтическая техника

Работа в песочнице

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.
5. Но самое главное: песочная терапия — это игры с песком, где «ПРАВИЛ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!»

Структура занятий по методу «песочная терапия для детей»

Сначала ребенку рассказывается, что из песка можно что-то построить, а можно на нем рисовать; по желанию, в песок добавляется вода; предлагается набор фигурок. Затем ребенка просят взять корзинку, набрать фигурок, которые понравились. Инструкции можно давать следующие: «Построй сказочный город», «Построй сказочный мир», «Построй город своей мечты».

У детей, в отличие от взрослых, картины редко бывают статичными. Как правило, строя сказочный мир, ребенок разыгрывает сцены, озвучивая своих героев. Даже «молчуны» после нескольких занятий начинают проявлять свои эмоции в звуках, словах, репликах. Кстати, это ещё одно яркое подтверждение тому, что песочная терапия непосредственно влияет на развитие речи у детей.

После того, как ребенок построит свою картину на песке, он должен придумать название и немного рассказать о своей работе. Если не хочет рассказывать о своей постройке, то принуждать не надо. По окончании занятия ребенок должен сам разобрать свою работу, так как в следующий раз «сказочная страна» будет другой.

Как правило, на такие занятия детей берут 1-2 раза в неделю. Курс «песочная терапия» рассчитан примерно на 10-12 занятий.

МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

В песочной терапии для индивидуальных занятий с детьми или с малой группой (3-4 человека) используется водонепроницаемый деревянный ящик размерами 50х70х8см. Дело в том, что такой ящик соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, его целиком

можно охватить взглядом. На языке психологов, занимающихся песочной терапией, он называется «поднос». Обязательно внутренняя поверхность такой песочницы, «подноса», должна быть выкрашена в сине-голубой цвет – символ бессознательного, бесконечности, продолжения. На 2/3 объема «поднос» заполняется просеянным и прокаленным песком.

В песочной терапии могут использоваться любые объекты, встречающиеся в окружающем мире, - разнообразные фигурки (максимальная высота — 8 см). Все они составляют своеобразную коллекцию для песочной терапии.

В песочной терапии обычно применяют следующие группы фигурок:

Человеческие персонажи;

Здания (дома, замки, церкви);

Животные;

Машины;

Растения;

Постройки (мосты, ограды, ворота);

Природный материал (ракушки, веточки, камни и т.д.);

Символические предметы (сундуки с сокровищами, драгоценности);

Сказочные герои (добрые и злые);

Религиозные предметы и сувениры;

Домашняя утварь, гайки, болты;

Буквы, цифры, геометрические фигуры, формочки разной величины

Если фигурок будет не хватать, можно предложить ребенку сделать их самому (нарисовать, вырезать, вылепить).

Литература:

Боев И. В. Символдрама: коррекция личностных и поведенческих нарушений: монография / И. В. Боев, Я. Л. Обухов. – Ставрополь: Сервисшкола, 2009. – 167 с.

Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. – СПб.: Издательство “Речь”, 2005. – 340 с.: ил.

Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Кудзилов Д. Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.

Копытин А. И. Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 320 с.

Лейнер Ханскарл. Кататимное переживание образов: Основная Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; ступень; Семинар: пер. с нем. – М.: “Эйдос”, 1996.

Обухов Я.Л. Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков. – М., “Эйдос”, 1997

Штейнхард Ленор. Юнгианская песочная психотерапия.— СПб.: Питер, 2001.-320с.: ил. (Серия “Практикум по психотерапии”)

.

Перечень развивающе-методического обеспечения.

Приборы и оборудование.

1. *Два водонепроницаемых пластиковых ящика* квадратной формы размером 34х34, высотой 12 см., голубого цвета (дно символизирует воду, а борта небо).

2. *Песок* светло - коричневого цвета (просеян и промыт, обеззаражен кварцеванием). Песком заполняется 1/3 ящика. По окончании занятия мокрый песок подсушивается, поверхность сухого песка выравнивается и сбрызгивается водой.

3. *Набор игрового материала* (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями): а) лопатки, кисточки, сита, воронки; пластиковые формы разной величины, геометрические формочки, формочки изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста, различные емкости (лейки, кувшинчики, пластмассовые бутылочки, баночки ;

б) миниатюрные игрушки (высота 5-10 см), изображающие людей разного пола и возраста, различных животных, транспорт и т. д.;

в) набор маленькой игрушечной посуды и игрушечные кровати, мебели (для игр «Песочный детский сад»);

г) пластмассовые конструкторы;

д) природный материал: камешки, ракушки, керамзит, шишки, веточки , сухие листья, сухие ягоды, семена;

е) пуговицы, колпачки, одноразовые соломинки для коктейля.

Аннотация

Программа рассчитана на детей младшего и среднего дошкольного возраста, (с сохранным интеллектом) и для детей старшего дошкольного возраста (с нарушением интеллекта). В игровую деятельность с песком включены игры на развитие тактильно- кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, познавательных и психических процессов, усвоение представлений о сенсорных эталонах, «заземление» негативной энергии, закрепление умения общаться со взрослым и сверстником. Игры, которые включены в программу, снимают страхи и опасения ребенка показаться «неумейкой» или «незнайкой».

Вся программа построена на принципах сотрудничества педагога-психолога с ребенком через игровую деятельность.

Приложение.**Анкета родителей до психокоррекционной деятельности**

Ваш ребенок (Ф.И.) _____, группа _____

1. Есть ли сейчас у ребенка трудности в детском саду? Какие (в познавательной, в эмоционально-волевой сфере, в поведении или в общении со сверстниками, с взрослыми)? _____

2. _____ В _____ каком _____ возрасте появились? _____

3. Устает ли ваш ребенок в детском саду? _____

4. Какие качества могут мешать ребенку развиваться и общаться? _____

5. На какие положительные качества можно опереться? _____

6. Нужна ли сейчас помощь ребенку? Чья (психолога, воспитателя, логопеда, родителей, сверстников) и чем конкретно? _____

7. Ваши пожелание относительно тематики игр с песком (Развитие каких качеств, по Вашему мнению, особенно важно именно сейчас?) _____

Подпись _____

Дата заполнения _____

Спасибо!

Анкета родителей после психокоррекционной деятельности

Какие вы заметили изменения (в отношении к познавательной деятельности, в эмоционально-волевой сфере, в поведении или в общении со сверстниками, с взрослыми) _____

Какие трудности встретились (болезни, перегрузка, изменение в настроения, другое) _____

Отношения ребенка к деятельности с психологом _____

Делится ли ребенок впечатлениями дома? Какими именно? _____

Что Вы считаете самым главным изменением в Вашем ребенке? _____

Изменилось ли Ваше мнение о возможностях ребенка? _____

Ваши пожелания _____

Подпись _____

Дата заполнения _____