

## **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА**

**Бабудаева Зоя Александровна,**

*педагог-психолог,*

*МБДОУ ДС №52 «Ласточка»*

*г. Старый Оскол, Белгородская область, Россия*

**Катаржнова Раиса Сергеевна,**

*педагог-психолог,*

*МБДОУ ДС №52 «Ласточка»*

*г. Старый Оскол, Белгородская область, Россия*

**Кадина Наталья Владимировна,**

*учитель-логопед,*

*МБДОУ ДС №52 «Ласточка»*

*г. Старый Оскол, Белгородская область, Россия*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**Аннотация.** *Статья посвящена актуальной проблеме поиска наиболее эффективных методов развития самосознания у детей дошкольного возраста. Для решения данных задач авторы рекомендуют игры в песке.*

**Ключевые слова:** *песочная терапия, рефлексия, методы коррекционного воздействия.*

Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребёнка. Во время таких игр наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с нарушениями речи. Но главное - ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

В песочной терапии используется деревянный поднос стандартного размера (50 x 70 x 8 см), песок, вода и коллекция миниатюрных фигурок. Коллекция включает в себя все

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

возможные объекты, которые только встречаются в окружающем мире. Используются фигурки реальные и мифологические, созданные человеком и природой, привлекательные и ужасные. Использование натуральных материалов позволяют ощутить связь с природой.

Преимущества песочной терапии: помогает выразить те мысли и переживания, которые сложно сформулировать словами; освобождает творческий потенциал, внутренние силы для разрешения трудной ситуации; актуализирует воспоминания, возвращает к прошлому опыту с целью повторного переживания и освобождения; дает возможность попробовать новые способы построения отношений и решения конфликтов, выбрать подходящий.

Игра с песком предоставляет ребенку возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения вовне, на плоскость песочницы, фантазий и формирования ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями. Ребенок в процессе песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму.

Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь ему: стать более ответственным в своих действиях и поступках; выработать большую способность к самопринятию; в большей степени полагаться на самого себя; овладеть чувством контроля; развить сензитивность (чувствительность) к процессу преодоления трудностей; развить самооценку и обрести веру в самого себя.

Цель такой терапии - дать возможность ребенку быть самим собой. Игра ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям. Игра в песке дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств. Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребенка, задачами работы и ее продолжительностью.

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

Игровые методы могут применяться: с целью диагностики; с целью оказания первичной психологической помощи; в процессе краткосрочной психотерапии; в процессе долгосрочного психотерапевтического воздействия; в процессе обучения; в работе с ребенком не только психолога, но и логопеда и дефектолога, воспитателя. Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия (как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих нарушений невротического характера). В других случаях - в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение и т.д.

Часто можно использовать песочницу в качестве психопрофилактического, развивающего средства. Применение песочницы особенно благотворно с детьми дошкольного возраста. До 3 лет игра ребенка в песке носит познавательный и развивающий характер. С 3 лет работа в песочнице носит уже терапевтический, коррекционно- развивающий характер. Часто маленькие дети затрудняются в выражении своих переживаний из-за недостаточного развития вербального аппарата, бедности представлений или задержки развития, предлагаемая техника может оказаться весьма полезной.

Невербальная экспрессия с использованием разнообразных предметов, песка, воды, а также конструктивных и пластических материалов для них наиболее естественна, что становится особенно значимо при наличии у ребенка определённых речевых нарушений. Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают на них свое внимание. Дети же с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны; игра дает им богатые кинестетические ощущения. Агрессивные дети легко выбирают персонажей, символизирующих «агрессора» и его «жертву». Детям, пережившим психическую травму, такая игра весьма полезна: она помогает им заново пережить травматичное событие и, отыграть связанных с ним переживания столько раз и в такой форме, в которой они для них приемлемы. Успешным может быть применение этой техники с детьми, переживающими стресс в результате утраты близких или разлуки.

В процессе проведения песочной психотерапии выделяют три стадии игры с песком:

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

хаос, борьба и разрешение конфликта.

На стадии «хаоса» ребенок берет множество игрушек, беспорядочно расставляет их на песочном листе, часто перемешивает их с песком. Подобные действия отражают наличие тревоги, страха, смятения, недостаточно позитивной внутренней динамики. Через «хаос» происходит постепенное «проживание» психоэмоционального состояния и освобождение от него. Многократное повторение психотравмирующей ситуации, позволяет изменять эмоциональное отношение к ней. Стадия «хаоса» может занимать от одной до нескольких занятий. Можно заметить, как от картины к картине уменьшается количество используемых фигурок и появляется сюжет.

Стадию «борьбы» можно наблюдать у сложных детей, подростков, взрослых. На песочный лист бессознательно переносятся внутренние конфликты: агрессия, обиды, тревога, недомогания, реальные конфликтные взаимоотношения и пр. Существа в песочнице убивают друг друга, идет схватка, война, противоборство. Через некоторое время может появиться герой или силы, которые наводят порядок и восстанавливают справедливость.

На стадии «разрешение конфликта» можно наблюдать более благополучные картины: мир, покой, возвращение к естественным занятиям. В зависимости от задач поставленных в работе педагог выполняет разные роли: становится внимательным зрителем его позиция - это «активное присутствие», для наибольшего самораскрытия ребенка; становится ведущим песочной игры, в процессе которой дети осваивают новые знания, закрепляют приобретенные навыки (звукопроизношения, умения классифицировать предметы, развитие фантазии и т.п.).

Часто в процессе работы возникают вопросы: сколько, занятий пройдет, прежде чем ребенок изменится, у него улучшится состояние и поведение. Иногда достаточно и одного занятия, а может быть их потребуется 5-10, а возможно коррекция займет несколько лет.

Основные принципы игры на песке:

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляя творческую активность. Для этого подбираются задания, соответствующее возможностям ребенка; формулирую инструкцию к играм в сказочной

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

форме; исключая негативную оценку его действий, идей, результатов, поощряя фантазию и творческий подход.

2. «Оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур, и пр. Реализация этого принципа позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию к занятиям и личностную заинтересованность ребенка в происходящем.

3. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями сказочных игр. На основе этого принципа осуществляется взаимный переход воображаемого в реальное и наоборот. Например, оказавшись в роли спасителя, ребенок не просто предлагает выход из ситуации, но и реально разыгрывает ее на песке с помощью миниатюрных фигурок. Так, он «на деле» убеждается в правильности или ошибочности выбранного пути.

Каждое занятие должно носить характер игровой деятельности для ребенка, быть эмоционально окрашено, привлекать ребенка, вызывать у него живой интерес и порождать радостное ожидание новых занятий.

### **Список литературы**

1. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. *«Чудеса на песке. Песочная игротерапия»* - СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. - 50 с.
2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. *«Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии»*. СПб.: Речь, 2005 - 340 с.