

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

Волкова Алина Ивановна,

педагог-психолог,

МБДОУ «Детский сад №1 «Солнышко»,

п. Вурнары, Вурнарский район, Российская Федерация

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. Данная статья посвящена вопросам использования, организации и проведения песочной терапии с детьми дошкольного возраста. Осуществлен анализ использования песочной терапии для развития тактильного восприятия, мелкой моторики рук, творческих способностей; диагностики и коррекции нарушений поведения, страхов, агрессии, трудностей в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

Ключевые слова: песочная терапия, дошкольный возраст, игры с песком, игровая деятельность.

Annotation. This article is devoted to the use, organization and conduct of sand therapy with preschool children. The analysis of the use of sand therapy for the development of tactile perception, fine motor skills of hands, and creative abilities was carried out; diagnostics and correction of behavioral disorders, fears, aggression, difficulties in communication and interaction with peers and adults.

Keywords: sand therapy, preschool age, sand games, play activities.

Песок - это дар природы, и этот дар природы, который доступен каждому из нас с раннего детства. Песок загадочный материал. Он обладает способностью завораживать ребенка, своей легкостью, пластичностью, способностью принимать любые формы.

Все дети любят играть с песком, он действует на детей как магнит, им хочется рисовать, и они рисуют всем, что попадаетея им под руку, будь то палочка или

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

что-то другое, им хочется выкопать ямку, закопать свои ноги в песок, используя при этом лопатки, формочки, различные совочки. Играя с песком для ребенка важен сам процесс.

В психологической работе с детьми успешно используются различные методы, большинство из которых связаны с творческим самовыражением. Одним из методов, активизирующих фантазию и позволяющих бессознательно стать видимым, является песочная терапия.

Игру с песком, как психотерапевтический метод работы с детьми, впервые описала английский детский психотерапевт М. Ловенфельд (1929г.). Наблюдая за детьми, она обратила внимание на то, что их часто привлекала игра с песком и водой. Ребёнок строит что – то из песка, без сожаления разрушает созданные им самим творения и снова стоит.

Маргарет Ловенфельд изобрела технику «Построение мира», которая использовалась для работы с больными детьми и детьми с проблемами психологического характера. Терапевтический эффект игры с песком был замечен и швейцарским психологом и философом К.Г. Юнгом. Он утверждал, что процесс игры с песком высвобождает заблокированную энергию и «активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике»[6].

В 1950-х годах Юнг предложил своей ученице Д. Калфф изучить методику работы с песком, описанную М. Ловенфельд. После изучения методики «Построения мира» Дорой Калфф была разработана юнгианская «Песочная терапия», которая применялась в работе как с детьми, так и с взрослыми. Здесь используется поднос, наполненный песком, и множество мелких предметов. Главный принцип, положенный Калфф в основу своей работы – «создание свободного и защищенного пространства», в котором ребёнок может выражать и исследовать свой мир, превращая свой опыт и свои переживания, часто непонятные или тревожащие его, в зримые и осязаемые образы. Неосознанная проблема разыгрывается в песочни-

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

це, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым». К 90-м годам XX века метод Д. Калфф получил общее признание во многих странах мира[6].

В современном детском саду игры с песком используются как мощное оружие для развития тактильного восприятия, мелкой моторики рук, творческих способностей; диагностики и коррекции нарушений поведения, страхов, агрессии, трудностей в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

Песочная терапия - это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью множества миниатюрных фигурок, подноса с песком, некоторого количества воды - и ощущения свободы и безопасности самовыражения, возникающей в общении с психологом. Это возможность выразить то, для чего трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, увидеть в себе то, что обычно ускользает от сознательного восприятия[1].

В ходе занятия песочной терапией психолог не ставит перед ребёнком жесткой задачи, а создает условия для проявления его творческого потенциала. Педагог занимает безоценочную позицию. Он находится рядом или в стороне от ребёнка. Создавая сам или с вашей помощью свой мир на песке, ребенок чувствует себя волшебником: он не боится что-то менять, ломать старое или строить новое. А вы можете быть уверены: если в вашем «песочном царстве» все спокойно, то и на душе у ребенка покой и гармония. Поэтому метод песочной терапии очень эффективен при работе с детьми, имеющими повышенную тревожность и застенчивость[4].

С помощью песка в песочнице можно рисовать песочные картины, создать миниатюры реального мира, выдумать различные истории, передавая ребенку, таким образом, знания и жизненный опыт, знакомя с событиями и законами окружающего мира.

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

Играя в песке, дети проявляют уверенность и любознательность, так как все это - Мир Ребенка, в котором он чувствует себя защищенно и безопасно, где ему все близко и понятно. Песочница с ровным песком привлекает детей гораздо сильнее, чем чистый лист бумаги, а нетронутая поверхность песка побуждает к свободному и нестандартному творчеству. Именно поэтому рисование на песке также является оптимальной методикой и при обучении письму[8].

С помощью песочницы и песка и при изготовлении различных фигурок можно проигрывать сказки. Из-за того что малыш будет наделять сказочных героев своими переживаниями, тревогой, характером наделять героев, им созданных, на свет вылезут все его обиды и комплексы, которые до этого момента прятались в потаенных уголках его души. А мы взрослые, поняв, что конкретно волнует ребенка, можем помочь ему решить его возникшие проблемы[9].

Более популярна песочная терапия для решения психологических проблем у детей. Если взрослые могут определить и озвучить свое психологическое состояние, то у детей внутренние проблемы могут наблюдать только родители. Дети не могут пожаловаться на ситуации, которые создают внутренний дискомфорт.

Песок обладает способностью струиться и уводить в землю негативные переживания и страхи. Поэтому результатом песочных игр-занятий является освобождение от всего, что беспокоит и волнует. И, самое главное, что это освобождение происходит на подсознательном уровне, без применения психологического воздействия и медицинских препаратов. Занятия песочной терапией при помощи психолога или педагога, который ненавязчиво подталкивает ребенка к освобождению от внутренних проблем, развивают самооценку ребенка и помогают ему самоутвердиться в обществе. Детская песочная терапия не ставит цель переделать ребенка, а позволяет через игру научиться быть самим собой[4].

Дети, пережившие психическую травму, находят для себя такую игру весьма полезной: она помогает им заново пережить травматичное событие и, возможно,

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

избавиться от связанных с ним переживаний. Успешным может быть применение этой техники с детьми, переживающими стресс в результате утраты близких людей или разлуки с ними[2].

Песочная терапия хорошо сочетается с прослушиванием спокойной музыки – звуки природы, релаксационные мелодии позволяют терапевтическим процессам идти на более глубоком уровне. Песочная терапия применяется не только для детей, у которых существуют психологические и эмоциональные проблемы. Эта методика помогает детям разных возрастов преодолеть возрастные кризисы, сложные отношения с друзьями и родителями. Замечено на практике, что дети после нескольких занятий песочной терапии, становятся менее агрессивными, легче идут на контакт и свободнее проявляют свои чувства[3].

Песочная терапия успешно применяется в практике логопедов. Занятия и игры с песком улучшают мелкую моторику пальцев и помогают детям преодолеть логопедические проблемы. Занятия песочной терапии помогают детям лучше узнать себя и открыть свой творческий потенциал. Особо нуждаются в такой терапии дошкольники с речевыми нарушениями. В качестве ведущих характеристик таких дошкольников выделяют слабую эмоциональную устойчивость, нарушение самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивность поведения и ее провоцирующий характер, трудности приспособления к детскому коллективу, суетливость, частую смену настроения, чувство страха, манерничанье, фамиллярность по отношению к взрослому[5].

Все чаще родители приобретают песочницу просто для того, чтобы ребенок полноценно развивался, а не для преодоления психологических проблем. Родители вместе с ребенком могут строить волшебные города, рассказывать сказки, рисовать. Совместное общение и творчество создает в семье атмосферу любви и взаимопонимания. В творческом процессе песочной терапии ребёнок выплески-

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

вает все свои негативные эмоции и страхи, заполнявшие душу маленького человека[6].

Список литературы

1. Большебратская, Э.Э. Песочная терапия. – Петропавловск, 2010. Bolshebratskaya E. E. Sand therapy. – Petropavlovsk, 2010.
2. Гранина, И.В. Песочная терапия в психотерапии. – Екатеринбург, 2002. Granina I.V. Sand therapy in psychotherapy. - Yekaterinburg, 2002.
3. Епанчинцева, О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. – СПб.: Детство – Пресс, 2011. Epanchintseva O.Yu. The role of sand therapy in the development of the emotional sphere of preschool children. - St. Petersburg: Childhood - Press, 2011.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по креативной терапии.- СПб.: Издательство «Речь», 2003. Zinkevich-Evstigneeva T. D., Grabenko T. M. Workshop on creative therapy. - St. Petersburg: Rech Publishing House, 2003.
5. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.- СПб.: Издательство «Речь», 2005. Zinkevich-Evstigneeva T. D., Grabenko T. M. Miracles in the sand. Workshop on sand therapy. - St. Petersburg: Publishing house "Rech", 2005.
6. Картины на песке // Ребёнок в детском саду, №2, 2016 С. 45-48. Paintings in the sand // Child in kindergarten, No. 2, 2016, pp. 45-48.
7. Штейнхард, Л. Юнгианская песочная терапия. – СПб.: Питер, 2001. Steinhard L. Jungian sand therapy. - St. Petersburg: Peter, 2001.
8. Эль, Г.Н. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия. – СПб.: Речь, 2007. El G.N. Man playing in the sand. Dynamic sand therapy. - St. Petersburg: Speech, 2007.
9. Юнг, К. Г. Психологические типы: [Электронный ресурс] // Библиотека психолога // Режим доступа: <http://psy-lib.org.ua/lichnost/12-psy-tupe.html>.