

Березнева Валентина Юрьевна

воспитатель

Шевченко Любовь Алексеевна

воспитатель

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №134 «Веснушки»

г. Тольятти, Самарская область

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ПО ОВЛАДЕНИЮ ДЕТЬМИ НАВЫКАМИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДРУГ С ДРУГОМ

Аннотация: в статье описана работа с дошкольниками по использованию песочной терапии, как нетрадиционной формы работы по развитию навыков взаимодействия.

Ключевые слова: арт-терапия, юнгианская песочная терапия, песочная терапия, взаимодействие со взрослыми и детьми.

«Все мы родом из детства». Эта фраза Маленького Принца, из одноименной повести Антуана Д. Сент-Экзюпери, как нельзя лучше определяет источник проблем, возникающих во взрослой жизни. Неуверенность в себе, страхи, одиночество, неумение разрешать конфликты, общаться и многое другое. Когда взрослые люди обращаются на консультацию к психологу, так или иначе, затрагиваются моменты из жизни, связанные с детством.

С помощью таких наводящих вопросов, мы погружаем человека в его детство, в его «внутреннего ребенка». И нередко встречаемся с детскими обидами, страхами, тревогой. Есть множество методов в психологии, цель которых помочь человеку реабилитировать свои внутренние состояние. И один из них – метод арт-терапии.

Хочу остановиться на одном из направлений арт-терапии. Это песочная терапия.

Помните ли вы себя в детстве, играющими в песочнице? Песок – это природный материал, живая материя. Он может быть разным. Податливым, или наоборот непослушным. Холодным, теплым, мокрым. Из него можно лепить, а можно устроить песчаную бурю. Нет такого взрослого, который в детстве бы не строил свой замок из песка, свое государство, свой маленький мир.

На сегодняшний день, среди детей раннего возраста, довольно часто встречается такая проблема, как слабое развитие мелкой моторики руки. Конечно, в наш век высоких информационных технологий, ребенку совершенно несложно овладеть навыками проведения указательным пальцем по сенсорному экрану планшета или телефона. Но, навыками рисования, не говоря уже о письме, овладеть довольно сложно. И в связи с этим, работа с песком, является прекрасным инструментом для развития мелкой моторики руки.

Автором метода песочной терапии является швейцарский юнгианский психоаналитик Дора Кальфф, которая является автором книги «Sandplay» (Boston: Sigo Press, 1980). Она считает, что «Картина на песке может быть понята как трехмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния».

Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний, и делается зримым». Данный метод подходит как для работы с детьми, так и со взрослыми.

Юнгианская песочная терапия предполагает использование подноса или ящика с песком, и большое количество миниатюрных фигурок.

Опираясь на разработку технологии Доры Кальфф, мною был разработан цикл занятий по реализации арт-терапии-песочной терапии для детей средней, старшей и подготовительной к школе группы.

Для занятий с песком, мною используются световые планшеты, сухой кварцевый песок и различные природные материалы (шишки, ракушки, каштаны и т. д.).

Работа по овладению технологией проходит в течение трех лет, используя преемственность в игровой деятельности:

1. *На этапе знакомства с технологией* (средняя группа), детям предлагаются свободные игры с песком, который можно пересыпать, трогать, гладить. Это нужно для того, чтобы ребенок привык к материалу, тактильно ощутил его особенности.

2. Тактильные ощущения при работе с песком способствуют снятию эмоционального напряжения, состояния тревоги.

3. *На начальном этапе овладения технологией* (старшая группа), мною используются простые манипуляции с песком, сопровождаемые словесной инструкцией.

4. *На заключительном этапе овладения технологией* (подготовительная к школе группа), дети могут рисовать сюжеты и составлять рассказы по этим сюжетам, сочинять сказки.

Занятия проходят по определенному алгоритму:

1. Вводная часть.

Приветствие, приглашение

2. Основная часть.

2.1. Упражнение на привыкание к материалу, тактильному ощущению особенностей песка, максимальное расслабление. Время выполнения свободной игры 5 мин.

2.2. Работа по инструкции. Время проведения данного упражнения 5 мин.

2.3. Игра на знакомство с эмоциями. Время проведения данного упражнения 10 мин.

3. Заключительная часть.

Форменное прощание.

Таким образом, в обучении технологии песочной терапии, прослеживается процесс усложнения, который способствует навыкам детей взаимодействовать со взрослыми, друг с другом, умению договариваться, разрешать конфликты, совершенствуются навыки работы в парах, малых подгруппах.

Список литературы

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по песочной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2002. – 224 с.
2. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.