(cc) BY

Юракова Валентина Федоровна
педагог-психолог
Целовальникова Екатерина Сергеевна
педагог-психолог
Пузанова Марина Николаевна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №52»
г. Белгород, Белгородская область

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация*: в статье представлены актуальность и характеристика метода песочной терапии в работе с детьми дошкольного*

Ключевые слова*: песочная терапия, релаксация, гиперактивность, концентрация, саморегуляция, самоконтроль, воображение, мышление.*

Песочная терапия – это один из методов лечения искусством, который строится на теории Юнга о том, что «каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного» [3, с. 10]. По результатам психологических обследований, в последнее время, увеличилось количество детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, в коррекции которого используются различные методы, одним из которых является песочная терапия. Этот метод объединяет множество упражнений и игр, направленных на общую релаксацию, снятие двигательных стереотипов, на повышение концентрации внимания и усидчивости. Благодаря играм с песком, активные дети быстрей успокаиваются, а дети, которым с трудом дается общение со сверстниками, находят общий язык [1, с. 35].

Песочница является прекрасным посредником для установления контакта с ребенком, даже если он плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможно. «Игры с песком

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

развивают восприятие, мышление, память, внимание, речь, навыки самоконтроля и саморегуляции, творческого мышления, воображения и фантазии; формируют у ребенка представления об окружающем мире; развивают мелкую моторику, глазомер; успокаивают и расслабляют, снимая напряжение» [4, с. 38].

Игры с песком воспитывают чувство успешности и уверенности в себе; помогают познавать внешний и свой внутренний мир. Ребёнок является хозяином в ящике с песком и, переживая это чувство, он становится внутренне сильнее, потому что может изменять свои картинки, сюжеты, отношения и настроения. Эффект песочной терапии: позитивное влияние на эмоциональное состояние детей, положительная динамика в развитии образного мышления, тактильной чувствительности, зрительно-моторной координации, ориентировки в пространстве, сенсорно-моторного восприятия. Песочная терапия способствует развитию следующих навыков: развитие творческих, созидающих возможностей личности; формирование эмоционального равновесия и позитивного восприятия мира; формирование позитивных коммуникативных моделей; творческая коррекция проблемных ситуаций; коррекция страхов, замкнутости, агрессивности; повышение личностного потенциала ребёнка (уверенность, самостоятельность, ответственность); развитие познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, воображения); развитие навыков общения [4, с. 29].

Песочная терапия сродни игре, а в игре ребенок познает окружающий мир, преодолевает трудности, учится решать взрослые проблемы. Здесь важно участие педагога или психолога, который вовремя поможет найти малышу решение и выход из сложившейся ситуации. Для развития необходимы игры, в которых дети осваивают что-то новое; новые свойства вещей, новые движения, новые действия с предметами. Все это требует определенных усилий, но в тоже время дарит им и взрослому радость открытия и преодоления. Методы применения песочной терапии дают возможность разработать и научить детей играть в игры с песком. Развивающие занятия на песке эффективнее, чем стандартные приемы обучения. Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребенок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает понятия «право» и «лево», временные

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

понятия дня и ночи, времен года. С помощью построений на песке мощно развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика руки. Занимаясь играми на песке, ребенку становится интересно, он старается сделать правильно, красиво, аккуратно и, что немаловажно, быстро. Ученые доказали, что песок поглощает негативную энергию, успокаивает, наполняет гармонией. Именно поэтому так полезно малышам играть в песочнице. За время проведения цикла «песочных» занятий уровень тревожности у детей снижается. А это значит, что, выпускаясь из стен детского сада, дети пойдут в школу не только с определенным багажом знаний и умений, но и психически здоровой личностью.

Таким образом игры с песком – это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения и раскрывается, а взрослые получают возможность увидеть внутренний мир ребенка. А самое главное ребенок приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций.

Список литературы

1. Белоусова Е.Д. Синдром дефицита внимания и гиперактивности / Е.Д. Белоусова, М.Ю. Никанорова // Российский вестник перинатологии и педиатрии. – 2000. – №3. – С. 39–42.

2. Брязгунов И.П. Дефицит внимания с гиперактивностью у детей / И.П. Брязгунов, Е.В. Касатикова. – М.: Медпрактика-М., 2002. – С.38–39, 48–53.

3. Зинкевич Т.Д. Чудеса на песке: практикум по песочной терапии / Т.Д. Зинкевич, Т.М. Грабенко. – М.: Изд-во «Речь», 2005.

4. Юнгианская Ш.Л. Песочная терапия / Ш.Л. Юнгианская. – СПб.: Питер, 2001. – 230 с.

5. Котова Е.В. Применение технологии формирующего оценивания на уроке информатики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://infourok.ru/dokladpesochnaya-terapiya-kak-innovacionniy-metod-raboti-s-detmi-doshkolnogo-vozrasta-2236845.html (дата обращения: 22.11.2021).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)