

Клевцова Марина Николаевна

педагог-психолог

Тимофеева Татьяна Владимировна

педагог-психолог

МБДОУ «Д/С №32 «Дружные ребята»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ В РАЗВИТИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация: проблема эмоционального развития в дошкольном возрасте признана актуальной психологами и педагогами. Многие авторы подчеркивают важность развития способности к пониманию эмоционального состояния другого и управление своими эмоциями. В наше время под воздействием ряда факторов у детей наблюдается нарушение эмоциональной сферы. По мнению авторов, песочная терапия для детей — это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих способностей у ребенка, а также простой и действенный метод научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

Ключевые слова: песочная терапия, песок, эмоции, эмоциональное состояние, эмоциональная сфера, дети, дошкольники, дошкольный возраст.

На современном этапе развития образования особо актуальным является использование нетрадиционных подходов в работе с детьми. Сегодня в арсенале дошкольных образовательных организаций существует огромное количество форм и методов в работе с детьми дошкольного возраста, позволяющих влиять на их гармоничное развитие личности. К одному из таких методов можно отнести песочную терапию, которая представляет собой один из видов арт-терапии.

Песочная терапия является современной методикой «терапии песком», которая обеспечивает развитие положительных эмоций у дошкольников, стимулирует ребенка к развитию познавательных навыков, выступает в качестве развивающего средства.

Эмоции играют важную роль в организации процесса обучения и воспитания детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. На положительном эмоциональном фоне дети легче и эффективнее усваивают образовательную программу, вырабатывают новые умения и навыки. Расстройства эмоциональной сферы детей дошкольников не только снижают работоспособность в целом, но и могут приводить к нарушению поведения.

Эмоциональная сфера детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья имеет ряд особенностей, им свойственны: эмоциональная неустойчивость, эмоциональная возбудимость, частая смена настроения, чувство страха, тревожность, истощаемость нервных процессов, отсутствие длительных волевых усилий, двигательное беспокойство, трудности приспособления к детскому коллективу. Дошкольники затрудняются выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом, рассказывать о своем внутреннем мире, о своих переживаниях, тревогах и страхах, зачастую им сложно понять, описать свое эмоциональное состояние и чувства других людей. В связи с этим дети могут испытывать эмоционально-психологическое неблагополучие. К тому же, в дошкольном возрасте еще не сформирована способность управлять своими эмоциями и контролировать свое поведение.

Песочную терапию можно отнести к инновационным личностноориентированным и здоровьесберегающим технологиям работы с детьми. Ведь посредством песочной терапии можно не только гармонизировать психоэмоциональное состояние, но и решить непосредственно коррекционно-развивающие задачи. Перенос занятий в песочницу дает больший воспитательный и развивающий эффект.

При психолого-педагогическом сопровождении детей с ограниченными возможностями здоровья, данная техника арт-терапии позволяет решать разнообразные психолого-педагогические проблемы: умение адекватно выражать различные состояния, чувства, эмоции; снижает уровень внутренней тревожности, помогают ребёнку чувствовать себя защищённым, в комфортной для него среде; закрепляет новые позитивные формы поведения, развивает способность

² https://interactive-plus.ru

усваивать последовательность необходимых действий; позволяет видеть рабочее пространство, развивая зрительную память; расширяет словарный запас; развивают тактильно-кинетическую чувствительность и мелкую моторику рук; концентрации внимания; способствует координации движений; снимают мышечную напряжённость.

Работа с песком может применяться в рамках коррекционно-развивающей деятельности для развития познавательных процессов ребёнка (памяти, мышления, внимания), совершенствования мелкой моторики и тактильной чувствительности. А если учесть, что песок обладает свойством «заземлять» негативную психическую энергию, то в процессе образовательной работы происходит и гармонизация психоэмоционального состояния ребёнка.

Песочная терапия в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста имеет ряд преимуществ, песок – природный материал, обладающий собственной энергетикой. Мельчайшие частички песка активизируют чувствительные нервные окончания на кончиках пальцев и ладонях. Песок – загадочный материал, обладающий способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользающим или влажным, плотным и пластичным. Строя картинки из песка, придумывая разные истории, педагог-психолог в наиболее органичной форме передает ребенку знания и жизненный опыт, рассказывает о событиях и законах окружающего мира. Играя с песком, дети получают опыт создания своего маленького мира.

Для песочной терапии используется множество разнообразных фигурок – животные, люди, растения, здания и мосты, транспорт, кубики, реальные и сказочные персонажи, красивые и ужасные, из естественных материалов и созданные человеком – все, что может пригодиться для сотворения своего мира.

Фигурки для создания композиции, ребенок может отождествлять с ними себя или конкретную ситуацию в целом, расставлять элементы в определенном порядке, предпочитать конкретные местоположения для каждой из них.

Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние, благодаря им дошкольники учатся прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, эмоции, дети чувствуют себя защищённым, в комфортной для них среде, развивается связная речь, пополняется словарь эмоций. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации, совершенствуется предметно-игровая деятельность, что способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. Важно, что проективные игры на песке открывают потенциальные возможности ребенка с ограниченными возможностями здоровья, развивая его творческий потенциал и фантазию.

Список литературы

- 1. Грабенко Т.М. Практикум по песочной терапии / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. СПб.: Речь, 2008.
- 2. Данилина Т.Л. В мире детских эмоций / Т.Л. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Стёпина. – М., 2014.
- 3. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников / В.М. Минаева. М.: Аркти, 2013.
- 4. Никитина Т.О. Песок как универсальное средство развития дошкольников / Т.О. Никитина, М.А. Афанасьева // Воспитатель ДОУ. 2013. №9.
- 5. Постоева Л.Д. Интегрированные коррекционно-развивающие занятия для детей 4—6 лет / Л.Д. Постоева, Г.А. Лукина. Белгород: Книголюб, 2010.
- 6. Марчук А.В. Коррекция эмоционально-волевой сферы детей с ОВЗ в технике песочной терапии / А.В. Марчук [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/psihologiya/2022/12/27/korrektsiya-emotsionalno-volevoy-sfery-detey-s-ovz-v-tehnike (дата обращения: 17.08.2023).