

## «Песочная терапия в работе педагога-психолога в ДОУ»

В системе традиционных и нетрадиционных методов психологической коррекции все больше места занимают специальные техники, куда входит и такое направление как пескотерапия.

Пескотерапия (песочная терапия) — это вид современной арт-терапии и арт-педагогике, включающий систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, разрешить его психологические затруднения, развить способность осознавать свои желания и возможность их реализации, помогающих ребёнку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выразить свои эмоции и чувства, слышать внутреннее настоящее «Я», подсказывающее выход для решения проблемы. Песок — прекрасный материал для работы с детьми любого возраста.

Для коррекции и развития психологического здоровья детей в детском саду существуют различные средства: развивающие игры и упражнения, **разнообразный** дидактический материал, игротерапия, сказкотерапия. Все это я использую в повседневной работе. Но такими средствами обучения пользуются все педагоги детского сада и для того, чтобы, поддержать познавательный интерес к моим занятиям, необходимо было найти новый прием для развития эмоционального мира детей, такой который бы вызывал не только интерес, но и много положительных эмоций. Свой выбор я остановила на работе с песком в комплексе с сказкотерапией и коммуникативными технологиями, что и реализовываю в своем опыте работы. Это стало новизной моего опыта. Сегодня песочная терапия в России уже зарекомендовала себя как эффективный практический метод в психотерапии, педагогике. Однако законченная концепция песочной терапии еще не сформирована. Это дает возможность внести свой вклад в распространение и осмысление этого метода.

В основу работы по работе средствами песочной терапии и сказкотерапии были положены следующие принципы:

- единства диагностики и коррекции;
- ориентация на будущее. Использование песочной терапии позволяет расширять зону ближайшего развития ребёнка;
- гармонизация эмоционально-волевой сферы, направленную на преодоление негативных состояний, нарушение функционирования в развитии ребенка, а так же компенсация негативных особенностей личности, складывающихся на основе данных процессов;
- опора на активность ребенка - обеспечение развития у ребенка способностей становится субъектом познавательной деятельности. Соответственно, этот принцип диктует особенность психологического воздействия, заключающегося в том, чтобы постоянно и неуклонно апеллировать к сознанию ребенка, предоставляя ему возможность воспринимать и понимать суть происходящего явления. Данный принцип позволяет выработать психологические качества, необходимые для самовыражения в деятельности;
- художественно-коррекционное воздействие;
- свободы и самостоятельности. Позволяет ребенку самостоятельно определять свое отношение к среде, выбирать то, что ему по душе;

- охраны интересов ребенка. Построение коррекционных вмешательств в эмоциональную сферу с учетом того, что коррекционное воздействие ни в коем случае не должно нанести ущерб ребенку, его психическому и физическому здоровью.

### **В качестве песочной терапии используется следующее оборудование**

1. Световой стол для рисования на сухом песке.
2. Песочница для построения песочных картин из кинетического песка.
3. Чистый, просеянный песок.
4. Кинетический песок.

Для усиления воздействия песочной терапии в процессе игр и упражнений используются музыкальные произведения, например: «Звуки природы», релаксационную и классическую музыку, рекомендованную для детей дошкольного возраста.

Преимущество песочной терапии выражаются в том, что она:

- способствует процессу индивидуализации;
- снимает скованность, освобождает творческий потенциал, внутренние чувства, обостряет восприятие и актуализирует воспоминания;
- развивает воображение, обеспечивает многократный опыт благодаря множественности символических значений;
- создает мост между бессознательным и сознательным, внутренним и внешним, духовным и физическим, невербальным и вербальным;
- позволяет снять контроль сознания, обеспечивает непосредственную игру, где нет никакого правильного или неправильного пути;
- является естественным языком для детей;
- не имеет ограничений для использования с детьми разных культур, рас, возрастов и интеллектуальных статусов;
- даёт ребёнку возможность от роли «пострадавшего» перейти к роли «создателя» своей жизни.

### **Анализ результативности.**

Реализация песочной терапии в коррекционной и развивающей работе позволила создать предпосылки, способствующие гармонизации психологической сферы детей.

Опыт работы показал, что использование песочной терапии дает положительные результаты:

- у обучающихся значительно возрастает интерес к занятиям;
- обучающиеся чувствуют себя более успешными;
- на занятиях нет места монотонности и скуке.

В результате занятий пескотерапией наблюдается следующая картина:

- у обучающихся формируются умения видеть эмоции другого и собственный эмоциональный образ;
- развивается эмоциональная произвольность, дети учатся конструктивно управлять собственным поведением;
- развивается мелкая моторика, воображение, конструктивное мышление, образная память;
- значительно увеличивается словарный запас и формируются средства коммуникации.