

Консультация для педагогов

"Использование песочной терапии в работе педагога с дошкольниками с ОВЗ"

Автор: Захарова Е.А., воспитатель

Песок загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека—своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользающим или влажным, плотным и пластичным. Игра в песок захватывает и взрослых, и детей - вспомните, как приятно бывает присоединиться к игре в «куличики», построить замок на морском берегу или просто смотреть, как высыпается сухой песок из вашей ладони.

Песок - это дар природы, и этот дар природы, который доступен каждому из нас с раннего детства. Очень загадочен этот песок, он обладает способностью завораживать ребенка, своей легкостью, пластичностью, способностью принимать любые формы.

Люди познают мир через 5 органов чувств и самое древнее из них тактильное ощущение. Первое ощущение ребенка в мире — это тактильное ощущение.

Игры с песком очень полезны для психического здоровья и всестороннего развития детей.

Все дети любят играть с песком, им хочется рисовать, и они рисуют всем, что попадаете им под руку, будь то палочка или 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.

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.

Маргарет Ловенфельд изобрела технику «Построение мира», которая использовалась для работы с больными детьми и детьми с проблемами психологического характера. После изучения методики «Построения мира» Дорой Кальф была разработана юнгианская «Песочная терапия», которая применялась в работе как с детьми, так и со взрослыми. Здесь используется поднос, наполненный песком, и множество мелких предметов.

Песок нередко действует на детей, как магнит, они неосознанно начинают пересыпать его, возводить горы, тоннели, выкапывать ямки.

Ребёнок строит что – то из песка, без сожаления разрушает созданные им самим творения и снова стоит.

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».

А 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.

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.

Песочная терапия - 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.

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.

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.

Рисование на песке связывает знакомые образы с ощущением получаемого удовольствия. При этом результат не является целью - цель заключается в самом процессе творчества. 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.

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.

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

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.

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, фамильярность по отношению к взрослому.

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.

Список литературы

1. Гранина И.В. Песочная терапия в психотерапии. Екатеринбург, 2002. 65
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. СПб.: Издательство «Речь», 2003. 400 с.: ил.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. СПб.: Издательство «Речь», 2005. 340 с.: ил.
4. Юнг К. Г. Психологические типы: [Электронный ресурс] // Библиотека психолога // Режим доступа: <http://psy-lib.org.ua/lichnost/12-psy-tupe.html>
5. Юнг К. Г. Трансцендентальная функция: [Электронный ресурс] // Центр Аналитической Психологии // Режим доступа: <http://psycho.org.ua/pap51.htm>