

**«Песочная терапия как современная  
коррекционная технология в работе с  
детьми дошкольного возраста»**



Подготовила: педагог-психолог

Рябкова И.А.

**«Самая лучшая игрушка  
для детей – кучка песка!»**

**К.Д.Ушинский**



**Цель песочной терапии:** развитие и коррекция эмоционально-волевой и познавательной сфер детей дошкольного возраста с использованием песка через формирование психологической защищенности и внутренней эмоциональной раскрепощенности.

## **Задачи:**

1. Сохранить и укрепить здоровье детей в изменившихся условиях, облегчить процесс адаптации.
2. Преодолеть психоэмоциональные расстройства (стресс, страх, тревожность, агрессивность и др.) и предупредить их возникновение.
3. Развивать психические процессы (память, внимание, мышление, воображение, восприятие).
4. Развивать речь, совершенствовать навыки и умения практического общения.
6. Побуждать детей к активным действиям, способствовать проявлению эмпатии.





**Метод песочной терапии можно использовать с детьми со следующим спектром проблем:**



# ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

- Дает уникальную возможность исследовать свой внутренний мир, ощутить чувство свободы, безопасности и самовыражения.
- Поглощает негативную энергию ребенка, стабилизирует его эмоциональное состояние (негативные эмоции уходят сквозь песок).
- Развивает мелкую моторику и повышает тактильную чувствительность;
- Развивает воображение, творческое и пространственное мышление
- Развивает речь;
- Исправление нарушений внимания и поведения, а так же эмоциональных и невротических нарушений;
- Успокаивает и расслабляет, снимая напряжение;
- Устраняет проблемы общения со сверстниками.



## Оборудование для игр с песком:

Песочница представляет собой деревянный ящик. Его размеры: длина 70 см, ширина 50 см, глубина 8-10 см. Именно это пространство комфортно для восприятия глаз, т.е. весь "песочный мир" видно одним взглядом, не перемещая глаз. В дно модуля вмонтирована светодиодная подсветка, позволяющая проецировать изнутри модуля различные световые эффекты, дополняющие рисунки на песке.





## Кварцевый песок



## Цветной песок



## Кинетический песок



## Кинетический песок

На первый взгляд он напоминает влажный морской песок, но как только берёшь его в руки — проявляются его необычные свойства:

- он течет сквозь пальцы и в то же время остается сухим,
- он рыхлый, но из него можно строить разнообразные фигуры,
- он приятен на ощупь, не оставляет следов на руках и может использоваться как расслабляющее и терапевтическое средство.



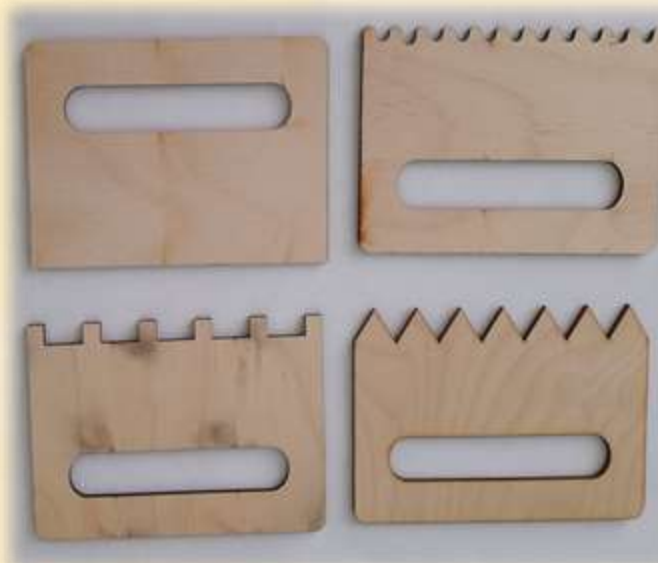


# Игровые принадлежности:

Фигурки людей, животных, птиц, сказочных персонажей. Фигурки должны быть из разных материалов: дерева, пластмассы и металла. Коллекция фигурок должна быть представлена большими и мелкими объектами, красочными и бесцветными. Хорошо использовать и натуральные природные материалы, например, ракушки, веточки, камешки и т.д.



# Трафареты, формы, грабельки



## Правила работы в песочнице или пять шагов организации игрового процесса:

*Первый шаг* - демонстрация песочницы.

*Второй шаг* - демонстрация коллекции фигурок. Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете их рассмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки».

*Третий шаг* - знакомство с правилами игр на песке.

*Четвертый шаг* - формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия. Этот шаг может осуществлять как сам педагог, так и сказочный герой.

*Пятый шаг* - завершение занятия, ритуал выхода. Завершая работу в песочнице, дети обязательно разбирают свои постройки, расставляют игрушки по своим местам и разравнивают песок.





# Основные способы работы с песком по возрастам:

## ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Дети раннего возраста только начинают познавать мир и у них формируются первые понятия о формах и положении предметов, ролевая игра еще не сформировалась, детям свойственно манипулирование с предметами. Поэтому занятия по песочной терапии в этом возрасте направлены на формирование новых навыков, на познание среды, предметов.



Во время занятий ребята прячут и находят предметы в песочном поле, пересыпают песок, лепят из него, делают отпечатки рук, игрушек, строят горы, реки, углубления и ямки.



## ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-4 года)

Переход от раннего возраста к дошкольному характеризуется становлением новых черт личности ребенка. В это период ребенок может проявлять негативизм, строптивость, упрямство. Он изучает себя и взрослых, окружающий мир, нащупывает границы. Ребенку все хочется делать самому. В этом возрасте на занятиях по песочной терапии дети получают возможность самостоятельно создавать свои миры, где являются полноправными хозяевами, там они проигрывают свои скрытые страхи и тревоги, волнующие ситуации, дают выход агрессии, получают новую модель поведения, становятся спокойнее и увереннее, усваивают первичные нравственные нормы.

### Игра «Отпечатки»

Отпечатки можно делать с помощью разнообразных предметов, формочек. Затем ребенок по словесной инструкции должен сделать такие же. Такие игры очень хорошо развивают воображение.





## Песочные прятки

«Игрушки хотят поиграть с тобой в песочные прятки. Выбери понравившиеся тебе игрушки. Ты закроешь глаза, а они спрячутся в песок. После того как я скажу: «Открываются глаза, начинается игра, ты должен их найти в песке».



## ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5-6 лет)

Ведущей деятельностью этого возраста – сюжетно-ролевая игра, а ведущая потребность – потребность в общении и творческая активность. Песочная терапия позволяет раскрыть потенциал ребенка в естественной и безопасной среде путем создания различных сюжетных линий песочных картин. Построив мир на песке, ребенок начинает обыгрывать его, переставляя фигурки, меняя ландшафты, картина его внутреннего мира оживает. На песке появляется то, что нужно ему в данный момент, то, что ему не хватает и помогает.





Строим замки на песке, используя игровой набор «Дары Фребеля»





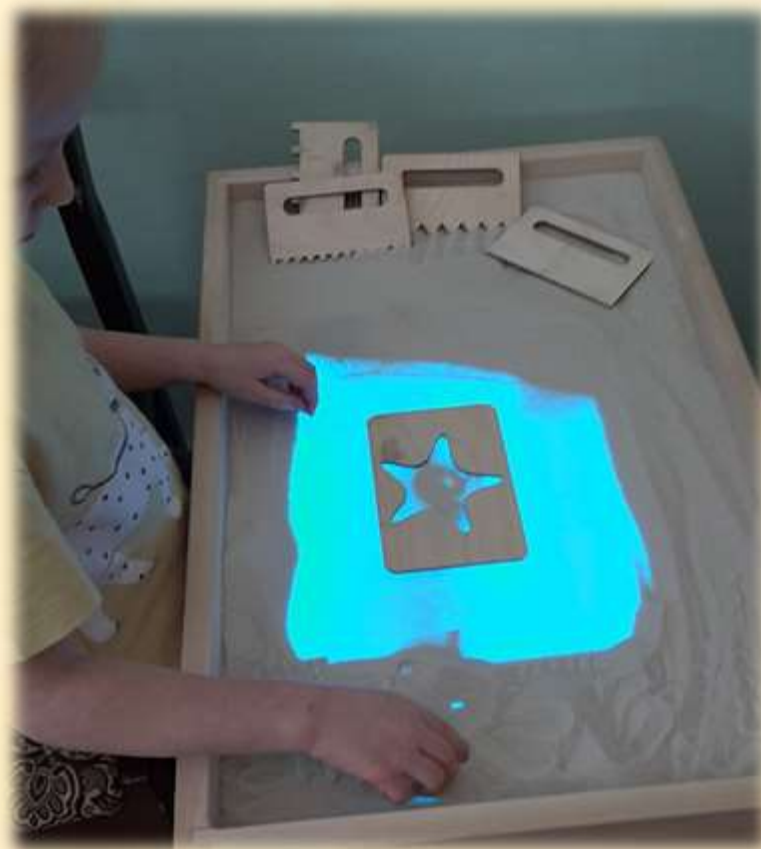
Создаем на песке композиции, используя различные игрушки



## Рисуем кварцевым песком

Рисование песком – это погружение в сказку, мир фантазий, причудливых образов, извилистых линий. Создание картины песком – увлекательный процесс, он затрагивает все сферы чувств, пробуждает творчество, расслабляет и вдохновляет одновременно.

**«Темным по светлому»**





«Светлым по темному»





# Рисуем цветным песком по трафаретам



## Работа со страхами

Метод песочной терапии очень эффективен при работе с детьми, имеющими повышенную тревожность и застенчивость. Такие дети боятся доминирующих взрослых, поставленной задачи, новой неизвестной ситуации... Им кажется, что окружающие к ним очень плохо относятся. Всю свою тревожность ребенок может перенести в мир, созданный в песочнице. Кроме того, ситуацию, вызывающую тревожность можно проиграть в песочнице, устраняя тем самым эту тревожность. Ребенок увидит ситуацию со стороны, осознает её вариативность.



## Работа с агрессией

При помощи песка агрессивный ребенок может создать свой микрокосмос, а затем сломать его, выплеснув свою агрессию. Создавая песочную композицию, ребенок рассказывает о себе без слов. Это дает возможность психологу проанализировать причины агрессивного поведения ребенка без травмирующих для него расспросов. Песочная терапия позволяет работать с агрессивными детьми в направлении отработки стереотипов реагирования в возможных конфликтных ситуациях. Такую конфликтную ситуацию очень легко «проиграть» в песочнице и выбрать наиболее приемлемый вариант поведения. Таким образом, песочная терапия способствует и проявлению потенциальных, ресурсных возможностей ребенка.





## Подведём итоги

Итак, на сегодняшний день, широкий спектр случаев применения песочной терапии в работе с детьми показывает эффективность этого метода. Песочная терапия – это особенный метод. Песок — это естественный природный материал. Когда руки ребенка прикасаются к песку – происходят чудеса... Всё, что находится в бессознательном маленького человека проявляется вовне. Вдохновленный игрой с песком, он черпает из бессознательного идеи и образы, которые воплощаются в картине на песке. И это дает возможность проработать и решить внутренние проблемы ребенка, а значит – продолжать расти и развиваться уже здоровой личности.





A collection of various seashells and a starfish on a sandy beach background. The shells include a large, multi-lobed, reddish-brown shell in the upper left, a large, light-colored, multi-lobed shell in the upper right, a large, ribbed, light-colored shell in the lower left, and a five-pointed starfish in the lower right. The background is a textured, golden-brown sand.

Спасибо за внимание!