Здравствуйте. Сегодня я бы хотела поговорить об одной из актуальных проблем для меня, как для психолога, это изучение и развитие эмоционально-личностной сферы детей дошкольного возраста. И представить вам технологию песочной терапии, которая помогает мне в решении данной проблемы.

«Детство – золотой век эмоционального в нас», - отмечает В.В. Зеньковский. Никакое общение и взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны понимать эмоциональное состояние другого и управлять собственными эмоциями. Эмоции играют важную роль в жизни детей: они помогают воспринимать действительность и реагировать на нее. Выражение ребенком своих чувств, понимания им собственного внутреннего мира – важный показатель, свидетельствующий о психическом состоянии, благополучии, перспективах развития.

Проблема эмоционально-личностной сферы в развитии дошкольника сегодня весьма важна - нравственное и эмоционально-коммуникативное развитие современных детей вызывает серьёзную тревогу. Это обусловлено чрезмерной “интеллектуализацией” воспитания, “технологизацией” нашей жизни. Ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребёнка – это телевизор или компьютер, планшет, а любимое занятие – просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только с взрослыми, но и друг с другом. Современные дети менее отзывчивы к чувствам других

На фоне прогрессивных изменений развития эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Однако, как справедливо указывали Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем, их единства может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Именно поэтому, в рамках реализации ФГОС ДО в содержании образовательной деятельности более пристальное внимание я уделяю достижению целей и решению задач образовательной области «Социально-коммуникативное развитие». Она включает в себя такие компоненты как, общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками; усвоение норм и ценностей, принятых в обществе; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания; развитие самостоятельности, целенаправленности, саморегуляции; формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками.

Согласно исследованиям М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, «эмоциональное благополучие» определяется как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных..

Именно в дошкольном возрасте эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи. Формирование «умных» эмоций, коррекцию недостатков эмоциональной сферы я рассматриваю в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания.

Распознавание и передача эмоций – сложный процесс, требующий от ребенка определенных умений и знаний. Особые трудности в этом испытывают дети с ограниченными возможностями здоровья, которые посещают наш детский сад. Помимо того, что у них страдают высшие психические функции: память, внимание, мышление, но и нарушена эмоционально-личностная сфера: недостаточная сформированность дифференциации эмоциональных состояний и саморегуляции; небольшой объем мимических средств (выразительных движений мышц лица) и пантомимических средств (выразительных движений всего тела), слабость артикуляционной и тонкой моторики, - все это ведет к проблемам развития эмоциональной и коммуникативной сфер ребенка. А ведь общение со сверстниками становится все более привлекательным для старшего дошкольника, поскольку именно этот период сенситивен для формирования ситуативно-деловой формы общения с другими детьми.

Специфика детей дошкольного возраста заключается в том, что у ребенка всего три способа получения знаний: наблюдение, общение, практическая деятельность, т.е. для того, чтобы развиться ребенку необходимо, чтобы было что наблюдать, с чем действовать и с кем общаться. Для меня, как педагога-психолога, важно создать такую среду развития для ребенка, которая обеспечивает реализацию деятельности ребенка на уровне, актуальном в данный момент, содержит потенциальную возможность дальнейшего развития деятельности. Поэтому, избегая традиционных методов, остановлюсь на возможностях песочной терапии.

 Если бы меня попросили назвать универсальную всевозрастную игровую среду, то я бы, ни на секунду не сомневаясь, сказала: «Песок!». Обыкновенный песок – это нечто волшебное…Уверенна, что вы с этим согласитесь! Трудно найти человека, которому слово «песок» тотчас не навеяло бы живые воспоминания из детства.

Песочная терапия – одна из разновидностей игротерапии. К.Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей – кучка песка!». Игра с песком – это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности.

Терапевтический эффект игры с песком впервые был замечен швейцарским психологом и философом Карлом Густавом Юнгом. Разработанная им техника активного воображения рассматривается как теоретический фундамент песочной терапии.

От других форм арт-терапии этот процесс отличается простотой манипуляций, возможностью изобретения новых форм, кратковременностью существования создаваемых образов.

**Практическая значимость.**

Находясь в постоянном поиске оптимальных, увлекательных, развивающих приемов и средств коррекционной и развивающей работы с детьми, я пришла к идее внедрения песочной терапии в нашем детском саду.

Технология песочной терапии представляет собой эффективный инструмент развития личности ребенка, познавательных процессов, имеет большое значение для поддержания психического здоровья.

Взаимодействуя с песком, ребёнок, незаметно для себя, снимает эмоциональное напряжение, развивает речь, воображение. Игры с песком всегда вызывают у детей интерес, удивление, создают творческую атмосферу. Таким образом, дети сами делают выводы, испытывают разные ощущения и эмоции, учатся слушать себя и окружающих, развивают внимание и сосредоточенность, проявляют смекалку и находчивость.

**Ведущей целью моей** работы является создание условий и гибкой, универсальной системы работы в детском саду для развития эмоциональной - личностной сферы дошкольника через использование технологии песочной терапии, в том числе в рамках инклюзивного образования.

 Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционно-развивающей работы (как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих проблем). В другом случае – в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, или наоборот, снизить эмоционально напряжение и т.д. Часто я использую песочницу в качестве профилактического, развивающего средства.

**Данная технология позволяет мне решать следующие задачи:**

-определять и изучать состояния эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста;

- способствовать обеспечению психологического благополучия детей;

- расширять сенсорную чувствительность ребенка;

- способствовать снятию мышечной напряженности, стабилизации эмоционального состояния;

- побуждать познавательную активность детей, расширять коммуникативные навыки;

- способствовать развитию объективной самооценки, чувству контроля своего поведения;

- развивать творческое воображение.

**Условия реализации технологии песочной терапии:**

- наличие специального оборудования для игр с песком;

- обеспечение психологического комфорта в проведении игр и коррекционно-развивающих занятий;

- объединение усилий педагогов и семей воспитанников ГБДОУ для достижения качественного результата.

**Для реализации поставленных выше задач моя работа делится на основные этапы** разработки и внедрения техники песочной терапии:

1. Информационно-диагностический. Предполагает сбор информации о детях, проведение первичной диагностики уровня развития ребенка.
2. Деятельностный. Разработка теоретического инструментария (целеполагание, разработка конспектов, виды игр с песком). Совместная коррекционно-развивающая деятельность, где проводятся индивидуальные и подгрупповые занятия интегрированного характера. Вовлечение семьи.
3. Итоговый. Проведение итоговой диагностики уровня развития ребенка. Обобщение результатов.

**Принципы в работе с детьми с использованием песочной терапии:**

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищенно, проявляя творческую активность. Цитируя Дору Калфф (швейцарский аналитик) — это «создание свободного и защищенного пространства», в котором ребенок может выражать и исследовать свой мир, превращая свой опыт и свои переживания, часто непонятные или тревожащие, в зримые и осязаемые образы».

Для реализации этого принципа я подбираю задания, соответствующие возможностям ребенка, формулирую инструкцию к играм в сказочной форме, поощряю фантазию и творческий подход.

1. «Оживление» абстрактных символов. Позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию и личностную заинтересованность ребенка в происходящем.
2. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями сказочных игр. Дети получают возможность проиграть разные ситуации с героями сказочных игр. Происходит механизм идентификации, то есть эмоциональное объединение себя с персонажем и присвоение норм, ценностей, образцов как своих. Они начинают использовать свой «песочный» опыт. «Сначала внутренняя реальность переносится вовне – на песочный «лист», потом опыт песочной сказки переносится обратно во внутренний мир, где прорабатывается бессознательным и уже в виде некоторых моделей переносится на реальное поведение ребенка», отмечает Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева.

Для детей - это игровой способ рассказать о своих проблемах, показать свои страхи и избавиться от них, преодолеть эмоциональное напряжение.

Основываясь на уже разработанных ранее методических материалах, я составила план-программу песочной терапии «Волшебный песок» с учетом индивидуальных психолого-физиологических возможностей детей старшего дошкольного возраста. Разработанная мною система игр и занятий направлена на устранение негативных эмоции, на повышение общительности у детей, сохранение и поддержание психического здоровья путем тесного взаимодействия с семьями воспитанников и педагогами, на развитие личностных особенностей каждого ребенка с учетом его возможностей.

Форма организации – групповая, подгрупповая; индивидуальная. Моделирование бытовых ситуаций в педагогической песочнице позволяет изучать ситуацию в семье, группе детского сада и др.

Узнать о личностных особенностях детей помогают творческие задания с использование песочной игротерапии.

По результатам диагностики:

- Включаются упражнения на коррекцию страхов, агрессивности, гиперактивности: «Рыцарский турнир», «Победим страх», рисунки на песке «Добро и зло» и др.

- В снятии тревожности и неуверенности помогают игры: «Что спрятано в песке», «Сундук с сюрпризом» и др.

 - На развитие эмоциональной сферы и навыков общения: упражнение «Грустное дерево», «Помощь другу», и др.

- На создание положительного эмоционального настроя помогают игры «Волшебные камушки доброты», «Секретки» и др.

Мой опыт работы с разными категориями воспитанников, в том числе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи, с умственной отсталостью и сложным дефектом развития), показывает, что песочная терапия намного эффективнее, чем стандартные приемы и методы обучения и коррекции. Данная технология позволяет решать проблему социализации детей с ОВЗ, включая их в систему социальных отношений под руководством психолога, строя их деятельность с нормально развивающимися сверстниками на взаимных игровых предпочтениях.

Во-первых, усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно. Во - вторых играя в песочнице у детей развивается мелкая моторика. В – третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, память, мышление и т.д.). В – четвертых, совершенствуется предметно-игровая деятельность, что способствует развитию коммуникативных навыков и эмоциональной сферы ребенка.

Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга, и поэтому у меня определена система взаимодействия с семьями, в т. ч. с использованием технологии песочной терапии в целях полноценного развития ребенка-дошкольника и коррекции детско-родительских отношений. Данная технология применима и доступна в семейном образовании и воспитании.

Взаимодействие с семьями по данному направлению строится с использованием разнообразных форм:

 - анкетирование родителей;

 - просветительская и консультативная работа с семьями в форме семинаров-практикумов, тренингов;

 - привлечение родителей к изготовлению методических пособий для работы с песком;

 - совместные конкурсы поделок из песка (“Волшебства из песка”, “Песочные фантазии”) и других.

А также мною успешно реализуется программа занятий с детьми в диаде «мать-ребенок» «Играем вместе», в ходе которой происходит коррекция эмоционально-волевой сферы детей, снижение уровня тревожности путем снятия эмоционального и телесного напряжения, обучение родителя методам решения социальных, эмоциональных и поведенческих проблем детей посредством прямого вовлечения их в процесс взаимодействия.

**Новизна использования данной технологии:**

Новизна использования данной технологии заключается в оптимальном сочетании педагогических и здоровьесберегающих технологий, технологий деятельностного типа. Комбинировании различных методов и приемов в работе с песком с целью развития эмоциональной сферы дошкольника, в т. ч. в рамках инклюзивного образования. Создание условий для согласованного функционирования двух систем: эмоциональной сферы и интеллекта.

Включение данной технологии в совместную деятельность психолога с детьми дает возможность для всестороннего развития личности ребенка с учетом его возможностей и потребностей, поддерживать интерес к образовательной деятельности, а включение сюрпризных моментов, сказок делает процесс развития и обучения дошкольника более интересным и выразительным.

**Результативность.**

В результате проводимой работы с использованием песочной терапии у дошкольников снизились негативные проявления (страх, агрессия, тревожность). Уменьшилось проявление отрицательных эмоций (злость, обида, гнев). Повысилась самооценка, улучшились коммуникативные навыки, навыки самоконтроля.

Таким образом, при помощи песка и сказки, через восприятие сказочного мира можно создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы дошкольника и обеспечения его социально-психологического благополучия.

Свое представление технологии хочется закончить замечательным стихотворением из книги «Чудеса на песке. Песочная игротерапия» Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т. М. Грабенко:

Что нужно для игры в песок?

А нужно, в сущности, так мало:

Любовь, желанье, доброта.

Чтоб Вера в детство не пропала.

Спасибо за внимание.