

«ПЕСОЧНАЯ ИГРОТЕРАПИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ В РАЗВИТИИ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

*Сонцова Альбина Ивановна,
педагог- психолог
высшей квалификационной категории
Муниципального дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №20» г. Нижний
Новгород*

*«Песок — это не просто материал, это средство,
позволяющее душе говорить, а телу исцеляться».*
Анна Соколова

Проблема развития коммуникативных навыков у детей дошкольного возраста все чаще привлекает внимание педагогов и психологов. В процессе общения дети обучаются выражать свои мысли и чувства, а также понимать эмоции окружающих и адекватно на них реагировать. Это способствует формированию здоровых межличностных отношений, что особенно важно в условиях современного общества, где взаимодействие с другими людьми становится необходимым.

Также стоит отметить, что развитие эмоционального интеллекта у детей положительно сказывается на их способности адаптироваться к различным социальным ситуациям. Например, дети, умеющие распознавать как свои эмоции, так и эмоции других, менее подвержены стрессам и конфликтам. Они легче находят общий язык как с ровесниками, так и со взрослыми, что в свою очередь способствует укреплению их уверенности в себе.

Наш детский сад посещают дети с ограниченными возможностями здоровья, с задержкой психического развития (далее - ЗПР). Каждый день дошкольники с особенностями развития сталкиваются с различными трудностями в эмоционально-волевой сфере и коммуникации.

Для того чтобы определить проблемное поле в организации учебно-воспитательного процесса наших воспитанников, в начале каждого учебного года проводится диагностика. В рамках проведения диагностики используется следующий диагностический инструментарий:

- Выявление индивидуальных психологических особенностей коммуникативного развития (методика «СОМОР»).
- Выявление индивидуальных психологических особенностей эмоционально-личностного развития (методика «Эмоциональные лица»).

Таким образом, после проведения диагностики и беседы с педагогами были сделаны следующие выводы:

- У детей с задержкой психического развития наблюдается незрелость эмоционально-волевой сферы и коммуникативной деятельности, что отрицательно сказывается на их поведении и межличностном взаимодействии.

- Дети не всегда соблюдают дистанцию с взрослыми, могут проявлять навязчивость, бесцеремонность или, напротив, отказываться от контакта и сотрудничества.

- Они с трудом подчиняются правилам поведения в группе и редко устанавливают дружеские отношения со своими сверстниками.

Задерживается переход от одной формы общения к другой, более сложной. Отмечается меньшая предрасположенность этих детей к внедрению в свой опыт социокультурных образцов поведения, наблюдается тенденция избегания обращения к сложным формам взаимодействия, а также фиксируются нарушения поведения, проявляющиеся в повышенной аффектации, снижении самоконтроля и наличии патохарактерологических поведенческих реакций.

Для развития коммуникативных навыков у детей с ЗПР искала метод, позволяющий раскрыть индивидуальность каждого ребенка. Метод, который призван помочь детям научиться выстраивать отношения со сверстниками и внешним миром, выражать свои эмоции и чувства, активно социализироваться, а также формировать уверенность в себе и своих способностях. Важно, чтобы у детей возникало стремление к успешности и ощущение своей необходимости.

Свой выбор сделала в пользу песочной игротерапии. В основе представленного опыта лежит разработка Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т.М. Грабенко, на основании которой была составлена программа игровых сеансов с использованием элементов песочной игротерапии для развития межличностных отношений у детей старшего дошкольного возраста под названием «Песочные фантазии».

Нестандартное применение песочной игротерапии в данной технологии игровых сеансов позволяет решать задачи образовательной области – социально-коммуникативного развития. Игровые сеансы имеют огромное значение для достижения положительного эмоционального благополучия и улучшения взаимоотношений детей в группе сверстников. Они вызывают положительные эмоции, такие как радость и удивление, снижая негативные проявления, включая страх, агрессию, тревожность и застенчивость, а также уменьшают выражение отрицательных эмоций, таких как злость, гнев и обида. Игровые сеансы с песком способствуют развитию гуманных чувств у детей, вызывая у них добрые эмоции и обучая выражать свои чувства в безопасной форме, а также понимать эмоциональное состояние окружающих.

В процессе решения проблемных ситуаций, предложенных взрослыми, ребенок, играя с песком, осваивает навыки бесконфликтного общения и взаимопомощи. Он стремится понять чувства других и выразить свои

собственные без вреда для себя и окружающих, накапливая важный опыт взаимодействия с миром.

Разворачивая театрализованную игру в песочнице, ребенок может более точно показать свои отношения к себе, событиям в своей жизни и окружающим, чем словами. Чувства и установки, которые дошкольник может стесняться выразить открыто, можно проецировать на выбранные им игрушки, тем самым перенести свои переживания и проработать их в игровом формате.

Основная цель программы игровых сеансов заключается в формировании общности и единства у старших дошкольников с их сверстниками, возможности воспринимать сверстников как друзей и партнеров, а также в развитии гуманных отношений друг к другу через использование элементов песочной игротерапии.

Для достижения данной цели были определены следующие задачи:

1. Формировать умения понимать чувства окружающих.
2. Развивать самоконтроль поведения и эмоциональную устойчивость.
3. Развивать умения принимать ведущую роль в общении.
4. Обучить технике общения в различных формах и ситуациях.
5. Сформировать представления об основных нравственных категориях.

Во время игровых сеансов дети включаются в такие арт-практики, как театрализованные этюды-импровизации, сказка и изобразительная деятельность (рисунки-впечатления), которые реализуются в песочнице.

В программу «Песочная фантазия» вошло 28 игровых сеансов. Продолжительность каждой игры составляет 20–30 минут. Игровые сеансы проводятся в подгруппе, состоящей из 4–6 детей, и проходят один раз в неделю.

Для проведения игровых сеансов использую следующее оборудование:

- интерактивная песочница;
- световые столы;
- кинетический песок;
- разнообразие материалов: помимо песка, можно использовать различные по размеру и текстуре материалы: мелкие камушки, ракушки, стеклянные шарики, природные материалы (шишки, листья). Это расширяет возможности для творчества и сенсорного развития;
- набор фигурок: важно иметь разнообразный набор фигурок: люди, животные, растения, предметы быта, сказочные существа. Фигурки должны быть выполнены из безопасных материалов и соответствовать возрастным особенностям ребенка.
- освещение: мягкое, приглушенное освещение создает спокойную атмосферу, способствует расслаблению и концентрации.
- звуковое оформление: тихая, расслабляющая музыка или звуки природы помогают создать фоновый фон для игры.

Данный инструментарий предоставляет подходящее пространство для занятий, позволяя детям свободно экспериментировать и выражать свою креативность. Регулярные занятия песочной терапией значительно улучшают уровень общения детей и развивают их социальные навыки.

Использование светового стола позволяет детям создавать уникальные композиции, а интерактивная песочница делает занятия более увлекательными и обучающими. Кинетический песок, в свою очередь, стимулирует тактильные ощущения и способствует развитию сенсорных навыков.

Программа игровых сеансов построена на создании сказочного сюжета. В нее вошли игры-сказки: «Дружная семейка эмоций», «У каждого настроения свой наряд», «Замороженная страна», «Магазин страхов», «В стране эльфов», «Вредная радость», «Страна хороших детей».

- Проблемы с агрессией: Сказки о животных, которые учатся контролировать свою силу, о героях, которые находят мирные способы разрешения конфликтов.

- Трудности в общении: Сказки о дружбе, сотрудничестве, о том, как важно уметь слушать и понимать друг друга.

- Страхи и тревоги: Сказки о преодолении страхов, о том, как найти поддержку и уверенность в себе.

- Проблемы с самооценкой: Сказки о героях, которые преодолевают трудности и достигают успеха.

Комбинируя песочную терапию с коррекционными сказками, создается более глубокая и многослойная среда для обучения и развития ребенка.

Таким образом, песочная игротерапия является универсальным инструментом, способствующим всестороннему развитию детей с ОВЗ, предоставляя им возможность не только осознать свои внутренние состояния, но и овладеть навыками взаимодействия с окружающими.

Вся система игровых сеансов осуществляется с учетом основных принципов организации игр на песке:

- создание естественной стимулирующей среды, в которой дети чувствуют себя комфортно и защищенными, проявляют творческую активность. Для этого подбираются задания, которые соответствуют возможностям ребёнка; инструкция формируется к играм в сказочной форме; исключается любая негативная оценка действий детей и их идей, поощряется фантазия;

- «оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур и др. Реализация этого принципа позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию к играм и личностную заинтересованность детей в происходящем;

- реальное «проживание» и проигрывание всевозможных ситуаций вместе с персонажами сказочных игр.

При проведении игровых сеансов выдерживается структура, которая состоит из следующих этапов:

1. Организационный – ритуал вхождения.
 - Инициация (начало встречи, знакомство).

Мотивационный – погружение в тему (ознакомление с целями встречи).

На организационном этапе встречи осуществляется ритуал «входа», включающий приемы, способствующие развитию чувства единства и созданию благоприятного психологического настроения. Во время ритуала входа создаётся положительная мотивация, вспоминаются правила обращения с песком, происходит первичный контакт с песком (обращение к нему с приветствием: «1, 2, 3, 4, 5 начинай с песком играть. Из ладошки на ладошку наш песок пересыпать»).

2. Содержательный:

- интерактивная подача материала для размышления (передача и объяснение информации);
- практическая проработка темы (групповая работа участников).

В содержательной практической части дети знакомятся со сказкой, сюжет которой иллюстрируется в пространстве песочницы. Им предоставляется возможность интерактивно включаться в действия сказки, импровизированно выполняя роли. Также организуется групповая проработка темы.

При выполнении этих упражнений дети получают практический опыт применения теоретических знаний: они договариваются, обсуждают, выполняют драматизацию в песке или выражают свое отношение к героям и событиям сказки через создание инсталляций в песочнице. В завершении этого этапа идёт фиксация созданного в песке образа с помощью любых изобразительных средств на выбор детей.

При переходе к продуктивной деятельности используется присказка: «Мы с песочком поиграли, наши пальчики размяли. Мы песочек отряхнем, мастерить сейчас начнем».

Детям объясняется, что сыпучий непрочный материал, такой как песок, в конце встречи будет разобран, поэтому важно сохранить созданные в нем композиции. Для этого дети зарисовывают свои работы (выполняют творческую работу, лепят). Это задание может быть выполнено также и отсрочено — дома или в группе во время свободной деятельности.

3. Заключительный:

- подведение итогов (рефлексия);
- эмоциональная разрядка (свободная деятельность детей в созданном ими игровом пространстве).

При рефлексии подводятся итоги, выражаются мысли и чувства о проведенной встрече. Здесь происходит проговаривание результатов деятельности, личных достижений и открытий. Дети показывают свои творческие работы друг другу, отмечают успехи в соблюдении правил, и выражается благодарность за хорошую работу.

Детям в конце игрового сеанса предоставляется время для свободной игровой деятельности с созданными ими композициями в пространстве педагогической песочницы. В ходе работы было замечено, что детям очень

хочется просто поиграть с пространственными песочными композициями и героями сказки. Любопытно, что, играя, дети воспроизводят свой опыт, полученный на занятии: они могут воспроизводить сказку в точном соответствии с сюжетом или интерпретировать её по-своему. Это свидетельствует о том, насколько данная практика понята и принята детьми. В ритуале выхода будут уместны релаксационные упражнения, такие как, погладь песок, загадай желание, данные упражнения развивают эмоциональную сферу детей.

В конце происходит прощание с участниками игрового сеанса («Мы на славу потрудились, все работы получились. Будем их теперь беречь, всем пока, до новых встреч!»).

Результативность и эффективность программы «Песочная фантазия» с использованием песочной игротерапии определяются путем обследования до начала и по окончании курса игровых сеансов с применением одного и того же инструментария.

Опыт работы с программой «Песочная фантазия» показал, что дети дошкольного возраста с ЗПР достигли следующие результаты:

1. Улучшились коммуникативные навыки: дети начали активнее участвовать в диалогах, высказывать свои мысли и чувства, что способствует развитию социальных связей.
2. Повысился уровень самооценки: позитивный опыт взаимодействия в группе позволяет детям чувствовать себя более уверенно и комфортно.
3. Развиваются творческие способности: работа с песком стимулирует фантазию и креативное мышление, позволяя детям выражать себя через творчество.
4. Снизился уровень тревожности и агрессии: процесс песочной терапии помогает детям снять стресс и напряжение, а также учит контролировать свои реакции.
5. Формируется положительный опыт совместной деятельности: дети учатся работать в команде, что является важным аспектом их социального развития.

Вышеперечисленные результаты показывают, насколько важна и эффективна программа «Песочная фантазия» для всестороннего развития ребенка дошкольного возраста с ЗПР.

Список литературы:

1. Аромштам, М. «Игры на влажном песке»/М. Аромштам. /Дошкольное образование: издательского дома «Первое сентября». 2006. N 12. С. 6.
2. Бережная, Н. Ф. «Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей раннего и младшего дошкольного возраста» /Н. Ф. Бережная. / /Дошкольная педагогика. -2007.-N1.-С. 50-52
3. Бондарцева, С. Н. «Домик развития можно строить на песке»/С. Н. Бондарцева // Педагогический вестник. -2006.-N3.-С. 5.
4. Васильченко, Л. «Песочная терапия как средство развития деятельности ребёнка» /Л. Васильченко /Развитие и коррекция-2001.-вып. 10.-С. 42-47.
5. Грабенко, Т. М. «Игры с песком, или песочная терапия» /Т. М. Грабенко/ /Дошкольная педагогика. -2004.N5.-С. 26-29
6. Е.В.Шакирова «Рисуем на песке» парциальная образовательная программа для детей 6-8 лет.
7. Зобова Н.А. ««Сказки в Песочной стране»: Программа развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста /Н.А. Зобова – Армавир: ООО «Редакция газеты «Армавирский собеседник» подразделение Армавирская типография, 2020. – 69 с

Техники рисования песком на световом столе

1. В начале ребенку с ограниченными возможностями здоровья демонстрируют и создают условия, позволяющие ему удерживать материал в кулаке и высыпать его в необходимом количестве. Попросите его взять щепоть песка и повернуть руку так, чтобы он сыпался тонкой струйкой. Совместно показывается, что контролировать процесс можно, сжимая и разжимая ладонь. Важно, чтобы руки ребенка были абсолютно сухими.
2. Дифференциация: как выглядят тонкий и толстый слои на световом столе. Большая куча песка выглядит темной и не пропускает свет, в то время как участки с небольшим количеством песка излучают яркий свет. Предложите ребенку пофантазировать, что можно изобразить, используя как много, так и мало материала.

3. Изучение основных приемов рисования песком. Насыпание и заполнение пространства.

Красота познания: песок зажимается в кулаке и равномерно распределяется на столе. Его можно бросать горстями — в этом случае поверхность будет заполняться неравномерно. Если же пропускать песок сквозь пальцы, перемещая руку из стороны в сторону, удастся добиться одинаковой плотности рисунка.

Красота формы: с помощью насыпи изображаются линии, которые могут быть разнообразными: прямыми, зигзагообразными, спиралевидными. При их создании важны два фактора: положение руки (чем ниже она находится, тем линия точнее и тоньше) и скорость (чем быстрее, тем прозрачнее).

Предложите ребенку нарисовать различные линии, то поднимая, то опуская руку, изменяя скорость движения. Таким образом можно создавать фигуры — треугольник, круг, квадрат и другие простейшие рисунки. Качество песка определяет, как будут ложиться линии — более темные по краям или в центре.

Кулак

Ребёнок сжимает ладонь, и тыльной стороной формирует пустое пространство — пятно. Таким образом можно создавать основу для фигур животных или людей, лиц и крупных предметов.

Также при помощи этой техники можно изображать объекты с лёгкой текстурой — облака или пену.

Ладонь

С помощью ладони разравнивается слой песка, стирается предыдущий рисунок, создаются крупные световые пятна. Можно просто оставить след ладони и превратить его в забавную зверюшку. Ладонью с расставленными пальцами можно изобразить сразу несколько параллельных световых линий — например, изображая нотный стан, струны или провода.

Красота жизни: Ребро большого пальца

Используется для создания толстых световых линий и изображений предметов с изменяющимися размерами. Ширина рисунка регулируется площадью прижатия пальца к поверхности. Так можно изобразить, например, луну, кита или различных животных.

Рисование пальцами

Могут быть задействованы как все пальцы, так и по отдельности (начиная с указательных — так привычнее многим современным детям). Рисуя пальцами, можно создавать не только основные линии рисунков, но и множество различных точек, изображая огоньки, свет, звездочки и мозаику. Пальцами также рисуются параллельные детали — к примеру, крылья бабочки или листья цветка. С помощью пальчиков можно корректировать линии и добиваться большей четкости рисунка.

Щепоть

Способ рисования, который для ребенка напоминает движение «посолить еду». Ребенок набирает в щепоть песок и засыпает им выделенные участки. Таким образом он создает оттенки и полутона, тень и полутень.

Отсечение лишнего

Ребром ладони «отсекается» лишнее и сметается со световой доски: часто, когда рисунок уже готов, фон вокруг него представляет собой неразборчивое зрелище. Этот же метод можно использовать для изучения долей, частей и работы с цифрами.

Освоив основные техники с ребенком, педагог вместе с ним сможет переходить к созданию полноценных картинок и изучению художественных приемов.

Создание психокоррекционной сказки на песке.

1. Для начала нам необходим образ главного героя. Это может быть реальный человек с настоящим именем, животное, выбранное самим ребенком, которое подсознательно будет нести в себе некоторые черты характера ребенка; сказочный персонаж; любой предмет по выбору ребенка или природное явление, например, облако, ветерок, дождик или солнышко.

Далее мы обсудим, в чем этот герой созвучен с ребенком. Этот герой отражает определенные черты характера, но необязательно все. Основные черты, над которыми нужно поработать, должны быть у героя. У него есть особенности поведения, схожие с тем, как ведет себя ребенок, а его имя может отражать характер персонажа. Например, Дракончик Трусишка или Волчонок Зубастик.

2. После того как герой был описан полностью, мы создаем конфликтную или проблемную ситуацию. Этот конфликт становится реальной ситуацией, которую вы превращаете в метафору. Например, если это конфликт между страхом и преодолением страха у ребенка. И страшно, и хочется его преодолеть; тогда мы можем построить ситуацию как нападение на сказочную страну некоего ужасного существа, такого как дракон или баба Яга. Если речь идет о постоянных конфликтах между детьми, то в сказке можно воссоздать противостояние между царствами или различных героев. Однако для того чтобы понять, что нам делать в сказке, необходимо сначала разобраться в причинах конфликта в реальной жизни.

3. После того как наш сказочный герой был описан полностью, мы создаем конфликтную или проблемную ситуацию. Например, если ребенок трусишка, то сказочный его герой тоже будет трусить и убегать. Если же ребенок склонен к нападению и мы через сказку работаем с агрессией, то герой будет проявлять агрессию. Мы показываем ребенку, что такие действия героя приводят к негативным последствиям.

Затем важно получить от ребенка признание — нравится ли ему такое поведение героя. Мы помогаем ему понять, почему это поведение не является хорошим. Например, трусишка испугался и убежал, не смог защитить свою страну, и на нее напали враги. В этот момент мы спрашиваем у ребенка: «Это хорошо или плохо? Нравится это тебе или нет?»

Чаще всего ребенок понимает, что это плохо, и ему это не нравится. И тогда мы можем подвести его к осознанию того, каким бы он хотел видеть своего героя, каким результатом хотелось бы ему достичь.

4. С этого момента у нас начинается новый этап игры, этап сказки. В этой сказке появляются и друзья, и враги. Враги — это те преграды, которые

мешают ребенку достичь нужных результатов. Это могут быть как реальные существа, такие как люди или животные, так и абстрактные элементы, например, черты характера или чувства, такие как страх или трусость.

К примеру, в нашем сюжете может появиться волшебник, олицетворяющий трусость, который постоянно сковывает героя своими чарами и не позволяет ему действовать. Он может создавать ситуации, когда герой испытывает страх, что не дает ему двигаться вперед.

С другой стороны, в сказке также присутствуют помощники — существа, которые олицетворяют ресурсы ребенка. Например, для трусишки важно иметь возможность позвать на помощь другого человека, который сможет его поддержать в трудную минуту. Также ему будет нужен волшебник, который дарует ему силу и уверенность, помогая преодолеть свои страхи и стать смелее.

Таким образом, через эту аллегорическую форму мы можем работать с внутренними конфликтами ребенка, показывая ему, как справляться с трудностями и использовать свои ресурсы для достижения целей.

5. Следующий этап. И нам останется лишь наблюдать за тем, как герой продолжает свой путь, используя новые знания и навыки, приобретенные в процессе борьбы. Эта трансформация станет основой его дальнейших действий и решений. Он уже не тот, кто был в начале сказки; он обрел уверенность, стойкость и понимание себя.

На этом этапе также важно подчеркнуть важность помощи, которую герой получил от своего помощника и волшебных предметов. Эти элементы символизируют поддержку, которую каждый из нас может найти в своей жизни — будь то друзья, семья или мудрые наставники, которые направляют нас в трудные времена.

Когда герой столкнется с новыми вызовами, он сможет применять те уроки, которые он усвоил, и использовать свои новые качества, чтобы справляться с обстоятельствами. Это позволит ему не только преодолевать препятствия, но и вдохновлять других своим примером.

Таким образом, каждая победа, даже если она была достигнута при помощи, становится ключевым моментом в развитии героя, открывая перед ним новые горизонты и возможности для роста. Важно помнить, что путь героя — это путь самопознания, и каждый этап этого пути имеет своё значение.

Итог работы со сказкой состоит в том, что мы извлекаем решения, представленные в ней, и желаемые модели поведения, а также черты характера, переносим их в реальную жизнь. В завершение сеанса со сказкой полезно провести с ребенком шеренг, что позволит закрепить его знания о понимании желаемой модели поведения в конкретной ситуации. Ребенок узнает, как использовать эту модель поведения в повседневной жизни. Таким образом, он выйдет из сказки с новым арсеналом поведенческих сценариев,

которые существенно могут улучшить качество его жизни и естественным образом способствовать разрешению воспитательных задач. Сказки — это волшебный ключ к сердцам детей!