

Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Нижнеаремзянская средняя общеобразовательная школа» -
«Малозоркальцевская средняя общеобразовательная школа»

Песочная игротерапия как одна из эффективных форм работы
при создании психоэмоционального комфорта детей с ОВЗ

Автор: Медведева Татьяна Алексеевна,
учитель начальных классов

2021 г.

«Наилучшая для ребенка та игрушка, которую он может заставить по-разному изменяться, для детей наилучшая игрушка – это куча песка».

К. Д. Ушинский.

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы коррекции психоэмоционального здоровья детей с ОВЗ с помощью одного из современных методов. Целью статьи является анализ и изучение достаточно эффективного метода -песочная игротерапия. Статья будет полезна педагогам, психологам, логопедам.

Важнейшая задача образования в соответствии с ФГОС является обеспечение условий для индивидуального развития всех обучающихся, в особенности тех, кто в наибольшей степени нуждается в специальных условиях обучения, детей с ограниченными возможностями здоровья. Коррекционная работа и инклюзивное образование должны быть направлены на коррекцию нарушений развития различных категорий детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении программы; их развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации. Поэтому и возникает вопрос об эффективных методах обучения и развития.

Дети с ОВЗ отличаются повышенной нервной возбудимостью, тревожностью, агрессивностью, гиперактивностью с одной стороны и пассивностью, замкнутостью, зажатостью, закрытостью, неразвитостью эмоциональной сферы, поведенческими расстройствами с другой стороны. Поэтому эти дети нуждаются в особых методах коррекции психоэмоционального здоровья.

Работая с такими детьми, я использую различные современные методы. Очень интересным и эффективным является песочная игротерапия.

Песочная терапия – это форма аналитической психотерапии, которая заключается в проекции различных переживаний ребенка на игру с песком.

Основная цель песочной терапии – достижение ребенком эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения.

Почему именно песок? Потому что игра на песке одна из форм естественной деятельности ребенка. Песок развивает творческие способности ребёнка и воображение. Игры в песке развивают фантазию малыша. Основной акцент делается на творческом

самовыражении ребенка, благодаря этому происходит выход внутреннего напряжения и поиск путей развития. Сама по себе возня в песочнице – процесс очень приятный. Посмотрите, как играют дети! Их не надо заставлять покопаться в песке, и даже лепка куличиков, пересыпание, просеивание песка успокаивают и расслабляют как ребенка, так и взрослого.

Я использую *следующее оборудование* для игр с песком:

1. Водонепроницаемый деревянный ящик
2. Чистый, просеянный песок.
3. Коллекция миниатюрных фигурок (высотой желательно не более 8 сантиметров). В набор игрушек могут войти: человеческие персонажи, здания, животные, машины, растения, постройки; естественные предметы: ракушки, веточки, камни; символические предметы: источники для загадывания желаний, ящики с сокровищами, драгоценности; сказочные герои: злые и добрые, живая зелень, пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры.

Показаниями для проведения песочной терапии вижу: расстройства эмоционально-волевой сферы, психологические травмы, проблемы в семье, нарушения поведения и адаптационных процессов, задержка речевого развития, гиперактивный синдром, детские страхи, коррекция личностной сферы ребенка, нивелирование психосоматических симптомов, проблемы коммуникативной сферы.

К функциям песочной терапии относят:

Диагностическую – игра в песочнице поможет увидеть ответы на вопросы о своем внутреннем мире малыша, понять причины страхов и тревог.

Развивающую – в песке можно проводить развивающие игры. Прямо в песочнице можно проводить занятия по обучению счету, письму, чтению, сортировке.

Коррекционную – можно перенаправить деятельность ребенка так, что его поведение постепенно начнет меняться в лучшую сторону.

Высвобождающую – в песке ребенок может свободно выразить свои эмоции и чувства, выпустить негативные переживания.

Хочется остановиться на *психотерапевтической* функции. В песочнице мы можем исцелить всевозможные трудности малыша, его фобии, страхи, тревоги. Это необычная техника, благодаря которой ребенок строит собственный мир в миниатюре из песка и

небольших фигурок. Он с удовольствием использует миниатюрные фигуры людей, животных, деревьев, зданий, автомобилей, мостов. В течение игры ребенок может смешивать песок с водой, формировать горы, холмы, создавать ландшафты. Ребенок выражает на песке то, что спонтанно возникает в его сознании. Ему предоставляется неведомая вселенная, внутри ее он может создавать свой индивидуальный мир. С помощью этой терапии ребенок может расслабиться, успокоиться. Предлагаю рассмотреть некоторые игры.

"Победим страх" (коррекция страха, боязливости, агрессивности, гиперактивности).

Цель: установление психологического комфорта, положительного эмоционального состояния.

Взрослый предлагает ребенку на мокрой и ровной поверхности песка нарисовать свой страх. Затем поливать рисунок до тех пор, пока нарисованное не исчезнет (не "смывается") и вновь - чистая, ровная поверхность, страх исчез. На том месте, где был нарисован страх, ребенок создает "веселую картинку" из материала и фигурок, которые выбрал.

Взрослый: "У меня сейчас хорошее, спокойное настроение. А какое у тебя настроение, что ты чувствуешь?" (ответ ребенка).

"Теперь возьми меня за руки и повторяй за мной: я теперь спокоен, "страх" убежал и никогда не вернется. Я очень смелый и храбрый".

"Я колючий только снаружи" (коррекция агрессивного поведения)

Цель: установление психологического комфорта и положительных установок, снятие эмоционального напряжения.

Взрослый просит ребенка вылепить из песка своего обидчика, а затем разрушить фигурку и залить водой. Затем взять выбранную фигурку обидчика и закопать в песок (но мы закапываем не обидчика, а свой гнев и озлобленность на него). Все - негативных эмоций и переживаний нет, а значит "обидчик" больше не обидит. В конце работы ребенок выравнивает поверхность песочницы.

Взрослый: "Теперь возьми меня за руки и повторяй за мной: я спокоен, у меня хорошее настроение, я очень добрый и ласковый".

Таким образом, песочная терапия - это способ общения с миром и с самим собой. Это способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает у него уверенность в себе и открывает новые пути

раскрытия. Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу даёт большой воспитательный и образовательный эффект. Создание мыслительных образов, работа руками и получение новых впечатлений и удовольствия- всё это в совокупности и лежит в основе оздоровительного эффекта игры с песком для ребёнка. В игре с песком ребёнок учится концентрации внимания, умению релаксации, становится более любознательным. У детей активизируются как мыслительные, так и эмоциональные резервы. Песочная игротерапия – прекрасная возможность выразить свое отношение к окружающему миру, найти то, что тревожит и беспокоит, рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка. Наблюдения и опыт показывают, что игра с песком позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и является эффективной формой работы при создании психоэмоционального комфорта детей с ОВЗ

Использованная литература:

1. Большебратская Э.Э. «Песочная терапия» Петропавловск,-2010г.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.-СПб.:Издательство «Речь», 2007. – 340 с.
3. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития,1996.