

**Использование песочной терапии как способ коррекции  
эмоционально-волевых состояний у детей старшего дошкольного  
возраста (педагогический опыт)**

*Н.А. Вишнякова*

*МАДОУ «Детский сад №94», г. Саранск*

[nata.vishnyakova.79@mail.ru](mailto:nata.vishnyakova.79@mail.ru)

Проблема эмоционально-волевой сферы в развитии дошкольника сегодня весьма актуальна, именно эмоциональное развитие и воспитание является фундаментом, на котором закладывается и всю жизнь реконструируется здание человеческой личности.

Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях, а отрицательные тормозят процесс развития.

Ещё Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции. [6, с.5]

Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. Поэтому проблема развития эмоций и воли, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одной из наиболее важных проблем психологии и педагогики. [4, с.9]

Реализация специфических возрастных возможностей психического развития происходит благодаря участию дошкольников в соответствующих возрасту видах деятельности. Игра с песком – это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в развивающих и

обучающих занятиях. Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. Существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта», развиваются все познавательные функции, совершенствуется предметно-игровая деятельность, песок способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми.

Новизна опыта состоит в использовании метода песочной терапии в работе с детьми дошкольного возраста с целью коррекции и развития эмоционально – волевой сферы.

Исследования, посвященные изучению эмоционально-волевого развития личности ребенка дошкольного возраста, проводились многими отечественными и зарубежными учеными и исследователями (А.В.Запорожец, К.Э.Изард, П.В.Симонов, Л. С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина, Л.И. Божович, Н.М.Амосов, П.К.Анохин, А.И.Захаров, Н.А.Степанова и др.). И все же это направление развития ребёнка всё ещё относится к наиболее неразработанной области дошкольного образования.

В детских садах используют песочную терапию для решения психологических проблем коррекции эмоциональной сферы детей с ОВЗ: при возбудимости и гиперактивности, при проявлениях агрессивности, при конфликтном поведении, страхах, тревожности, обучению взаимодействию в группе и сплочению детей, развитию мелкой моторики и познавательной сферы.

При любом взаимодействии с песком у детей улучшается эмоциональное состояние, активно развивается мелкая моторика, ребенок учится владеть своими руками, успокаивается, тренирует внимание, воображение, в результате чего укрепляется его нервная система.

Песочная терапия позволяет снять контроль сознания; освобождает творческий потенциал и внутренние чувства; позволяет проработать психотравмирующие ситуации; обеспечивает непосредственно игру, где нет никакого правильного или неправильного пути; является непосредственно творческим языком для детей; не имеет ограничений для использования с детьми разных возрастов и имеющих разный интеллектуальный статус; возможность перейти из роли пострадавшего в роли созидателя; дополнение к другим методам работы: изотерапия, сказкотерапия и др.[6, с.23]

В практической деятельности с детьми с ОВЗ особенно часто и плодотворно используются следующие приемы и методы: рисование кулаком, рисование ладонью, рисование ребром большого пальца, рисование щепотью, рисование мизинцами, одновременное использование нескольких пальцев, рисование симметрично двумя руками, отсечение лишнего, насыпание из кулачка.[4, с. 121]

Материалы для рисования: использование кондитерского шприца, использование массажного мячика, использование ситечка, выдувание рисунка через трубочку для коктейлей, использование трафаретов, использование декоративных украшений, использование различных природных материалов: ракушки, камушки, пуговицы, фасоль и т.д.[4, с. 123]

В реализации работы по коррекции эмоционально-волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста используются различные упражнения.

1. Упражнение «Раскопать клад». Этот вариант упражнения предлагается ребенку в виде сказки: «В одной сказочной стране жила прекрасная фея. Она жила в волшебном лесу со сказочными обитателями. Однажды, когда она пролетала над песчаной страной, поднялась песчаная буря, да такая сильная, что Фея растеряла все свои разноцветные

волшебные камешки (*желтые – как песок, зеленые – как трава в ее стране, голубые – как моря и реки*). Фея очень расстроилась, ведь без этих камешков, погибнет ее страна. Давай поможем их найти и разложим по цветам. Ребенок находит разноцветные камешки и раскладывает по цветам. Затем они дарятся Фее.

## 2. Упражнение «Разные настроения».

Можно продолжить тему сказки: «Когда сказочная Фея растеряла свои волшебные камешки, как ты думаешь, что чувствовала Фея, какое настроение у нее было? Попробуй нарисовать на нашем песочном листе. (*Обратить внимание на выражение глаз, рта, бровей разных эмоций*). А когда ты нашел (*нашла*) камешки Феи, что она почувствовала, а ты? Давай попробуем нарисовать.

На следующих занятиях тему Феи можно развить, построить ее сказочную страну, придумать с ребенком приключения для Феи и проиграть их.

Такого рода упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние. Дети учатся прислушиваться к себе, осознавать и проговаривать свои ощущения. Они получают первый опыт рефлексии (самоанализа). Играя, учатся понимать себя и других. Так закладывается основа для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Все дети с удовольствием посещают занятия, с нетерпением ожидают продолжения, с восторгом делятся впечатлениями с родителями и сотрудниками дошкольного образовательного учреждения, что свидетельствует о высокой степени заинтересованности и мотивации к изменениям.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бережная Н. Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей раннего младшего дошкольного возраста /Н. Ф Бережная//Дошкольная педагогика. Январь-Февраль, 2007.
2. Воспитание и обучение детей с нарушениями развития.; № 2 2005г.
3. Воспитание и обучение детей с нарушениями развития.; № 4 2005г.
4. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры/Т. М.Грабенко, Зинкевич-Евстигнеева.– СПб.: Детство-Пресс, 2002. -208 с.
5. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке/Т. М.Грабенко, Зинкевич-Евстигнеева.– СПб., 1998 г.
6. Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста /О. Ю.Епанчинцева. – СПб.: ООО «Издательство «Детство – пресс», 2010. – 80 с.
7. Жителева С. С. Песочная терапия /С. С.Жителева. Ребенок в детском саду.; № 4 2006г.
8. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей /А. И. Захаров.СПб.; Союз, 2000г. – 196 с.
9. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. Как помочь особому ребёнку/ Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. – СПб., 1998 г.
10. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по песочной психотерапии / Т.Д Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. – СПб.: «Речь», 2002 г., Чудеса на песке. – СПб.: «Речь», 2005 г.