**«Коррекция эмоционально- волевой и социальной сферы детей старшего**

**дошкольного возраста средствами песочной терапии» (обобщение опыта работы)**

**педагог-психолог Махина Светлана Ивановна**

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Центр развития ребенка - детский сад №12 "Березка" (МДОУ "ЦРР - детский сад № 12 "Березка")

Архангельская область, Котласский район, п.Приводино

Педагог-психолог

**Актуальность темы.**

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

Ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка — это телевизор или компьютер, а любимое занятие — просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции.

Работая с детьми, каждый педагог по собственному опыту знает, что в настоящее время увеличилось число детей с различными трудностями в поведении. В каждой группе есть дети, отличающиеся повышенной тревожностью, беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.    Подобные нарушения в эмоционально-волевой сфере в конечном итоге могут привести к социальной дезадаптации, к неуспеху в учебной деятельности, а в некоторых случаях могут вызвать различные невротические состояния.

Очевидно, что эти проблемы достаточно серьезны. И совершенно не случайно, что в Федеральном государственном образовательном стандарте ДО на первом месте стоит задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

   А обеспечение эмоционального благополучия трактуется как одно из условий, необходимых для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста. На основании всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что данная проблема является очень актуальной.

    Это и стало побудительной причиной к началу работы по коррекции эмоционально-волевой и социальной сферы дошкольников средствами песочной терапии.

**Цель**: повысить уровень своей компетенции в вопросах коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей старшего дошкольного возраста средствами песочной терапии.

Для достижения поставленной цели решались следующие **задачи:**

-исследовать актуальность проблемы эмоционально-волевой регуляции и социального поведения детей дошкольного возраста в ДОУ;

- изучить влияние песочной терапии на коррекцию эмоционально-волевой и социальной сфер детей старшего дошкольного возраста;

- способствовать регулированию психоэмоционального состояния дошкольников;

Работа строилась в несколько этапов:

1. Научно-исследовательский:

*- изучение психолого-педагогической литературы*

*-проведение психолого-педагогического мониторинга*

*- определение целей и задач*

*- составление перспективного плана работы*

2. Практический:

*- создание условий для использования пескотерапии в работе с дошкольниками*

*- организация работы с детьми*

*-организация работы с педагогами*

*-организация работы с родителями*

3. Рефлексивно-аналитический этап *(проведение повторной диагностики, подведение итогов, определение дальнейших перспектив в работе)*

При проведении обследования использовались следующие методики:

1. Для выявления уровня тревожности - проективный тест тревожности Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен, который помогает определить общий уровень тревожности ребенка;

2 Методика выявления детских страхов “Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова) выявление и уточнение преобладающих видов страхов.

3. Тест «Сделаем вместе» И.Б.Дерманова для выявления и оценивания уровня развития нравственной направленности личности ребенка, проявляющейся во взаимодействии со сверстником. Эта методика позволяет учитывать такие параметры, как правильное выражение своего желания и просьбы, поддержание контакта с партнером, готовность к сотрудничеству, желание помочь партнеру по игре, забота о партнере, желание поделиться.   
1.Был составлен тематический план занятий по программе «Путешествие в песочную страну» (с использованием программы «Песочная терапия» автор Э. Э. Большебратская)

2.Так же было проведено собеседование с родителями с целью получения характеристики состояния своих детей преимущественно в семье.

3.Собеседование с педагогами и их оценка состояния детей в результате наблюдения за ними. Для наблюдения были выбраны следующие параметры: общий эмоциональный фон, познавательная и игровая деятельность, взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

   Почему именно элементы песочной терапии?

 Пескотерапия (песочная терапия) — это вид современной арт-терапии и арт-педагогики, включающий систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, разрешить его психологические затруднения, развить способность осознавать свои желания и возможность их реализации, помогающих ребёнку научиться строить отношения со сверстниками и с внешним миром, выражать свои эмоции и чувства, слышать внутреннее настоящее «Я», подсказывающее выход для решения проблемы.

*Песочная терапия* - один из методов [психотерапии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F), возникший в рамках [аналитической психологии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F). Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, повышения уверенности в себе, что способствует дальнейшему развитию.

Песочная терапия для детей – это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

       Песочная терапия замечательно развивает мелкую моторику (песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев), фантазию, образное мышление и многое другое.

  Для организации работы с использованием песочной игротерапии нами были созданы определенные условия. Была оборудована песочница (водонепроницаемый деревянный ящик, дно и борта, голубого цвета со съемной крышкой, высота бортов 8 см. — 50x70 см).

  Занятия с использованием песочницы я провожу в форме подгрупповой работы (по 3-4 человека) 1 раз в неделю по 25-30 мин и в качестве индивидуальных занятий с детьми, состоящих на учете ППк, с детьми ОВЗ.

Работа по коррекции эмоционально – волевой и социальной сферы детей с использованием песочной терапии организована в трех направлениях (с детьми, педагогами и родителями)

Основная их **цель:** развитие произвольной регуляции эмоциональных состояний и гармонизации положительных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

В процессе работы решаются следующие **задачи:**

* Обогащать эмоциональную сферу ребенка положительными эмоциями;
* Развивать фантазию, образное мышление и творческие способности дошкольников;
* Способствовать регулированию психоэмоционального состояния дошкольников, повышать самооценку детей;
* Способствовать формированию эмоциональной адекватности при контактах с окружающими;
* Развивать мелкую моторику рук, воображение.

Для реализации коррекционно-развивающей работы в своей деятельности использовала следующие **принципы** песочной терапии:

1. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с   героями детских игр и детских сказок – на основе этого принципа песочной   терапии осуществляется взаимный переход Воображаемого в Реальное и наоборот.

2. Осмысление опыта и ситуации – разыгрывая ситуацию в песочнице, ребенок имеет возможность посмотреть на нее со стороны. Этот принцип песочной терапии позволяет соотнести игру с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблемы.

3. Принцип обмена – в играх с песком ребенок и психолог легко обмениваются идеями, мыслями, чувствами. Таким образом песочная терапия позволяет построить партнерские взаимоотношения.

4. Принцип оживления абстрактных символов – песочная терапия позволяет сформировать чувство реальности происходящего.

На примере одного из занятий я хочу рассказать о том, как проводится коррекционно-развивающая работа с детьми.

     Первый этап занятия - ритуал «входа» в песочную страну. Основное его назначение - создать настрой на совместную работу. Работа с песком требует определенных правил поведения. Обычно они обговариваются в начале занятия специально подобранным песчаным персонажем. Он приглашает в песочную страну и определяет правила поведения в ней. Персонажем может быть песчаная фея, король песка, черепашка, верблюд. У нас хозяйка песочной страны- Мудрая Черепаха.

     Затем происходит повторение того, что делали в прошлый раз. Для этого задаю детям вопросы о том, что было в прошлый раз; что они помнят; использовали ли они новый опыт в течение тех дней, пока не было занятий; как им помогло в жизни то, чему они научились в прошлый раз.

      Следующий этап занятия – расширение.  Детям рассказывается новая сказка. Спрашиваем, хотят ли они попробовать, помочь какому-либо персонажу из сказки. Вместе с детьми обсуждаем и анализируем, как лучше поступить, какой выход из трудной ситуации можно использовать, кто нам может помочь, в каких ситуациях их жизни они могут использовать тот опыт, который приобрели сегодня.

В заключительной части которая называется ритуалом прощания песочный персонаж объявляет об окончании путешествия или игры.

В ходе коррекционно-развивающих занятий используем самые различные **методы и приемы**: сюрпризные моменты, приход сказочного героя, различные ритуалы (произнесение «волшебных» слов), различные действия с песком – создание песочной страны с помощью разных мелких предметов, пересыпание песка, поиск фигурок в песке руками и с помощью кисточки. Занятия включают игры в песочнице, тематические сказки, этюды на выражение эмоций и другие.

       В заключении занятия происходит закрепление нового опыта, подготовка ребенка к взаимодействию в привычной социальной среде. Выполняется ритуал «выхода» из песочной страны. Говорим слова: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему мы научились». Ребята протягивают руки над песочницей, совершают действие, как будто что-то берут и прикладывают руки к груди.

   На втором этапе практической работы большое внимание уделялось работе с педагогами ДОУ. Мне было важно познакомить педагогов с возможностями песочной игротерапии, с методами и приемами, которые позволяют решить многие проблемы в межличностных отношениях детей в группе, с приемами индивидуальной работы с детьми, имеющими трудности в общении. С этой целью был проведена консультация на тему «Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы ребенка», были проведены практические занятия работы с песком, создана картотека игр и упражнений для гармонизации эмоционального состояния детей.

Повышать уровень развития эмоционально-волевой и социальной сферы детей дошкольного возраста посредством пескотерапии, помогла организованная работа с родителями:

- актуализация проблемы на первичных консультациях;

- индивидуальные консультации по воспитанию и развитию ребенка;

- буклеты для родителей «Играем с песком»;

- семинар-практикум для родителей «Чудеса на песке».

Данная работа проводилась в течение 2 лет (2018-2019, 2019-2020гг.).

Результаты диагностики позволяют сделать вывод об эффективности системного использования элементов песочной терапии для эмоционально – волевого и социального развития детей старшего дошкольного возраста.

В результате проведенной работы мы наблюдали положительные изменения у детей:  
- эмоции приобрели значительно большую глубину и устойчивость;

- преобладают положительные эмоции; развивается умение сдерживать свои бурные, резкие выражения чувств;

- некоторые дети стали более уверенными в себе; повысилась самооценка;

- повысился интерес родителей к вопросам воспитания и развития детей;

- педагоги получили дополнительные психолого-педагогические знания, умения и навыки для более качественной работы с детьми старшего дошкольного возраста для развития эмоционально – волевой и социальной сферы.

Таким образом, пескотерапия, как метод психолого-педагогической коррекции, является наиболее эффективным средством психокоррекционного воздействия на эмоционально-волевую и социальную сферу детей. Дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает при интерпретации вытесненных переживаний, способствует осознанию ощущений и чувств, выплескиваются отрицательные эмоции, высвобождается психологическая энергия, которая обычно тратится на неэффективное напряжение, повышается самооценка, дети становятся более спокойными и расслабленными.

Список литературы:

1. Грабенко, Т. М. Основы сказкотерапии / Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкович-Евстигнеева. – СПб.: Детство-Пресс, 2006.

2. Грабенко, Т. М. Чудеса на песке: практикум по песочной терапии / Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкович-Евстигнеева. – СПб.: Детство-Пресс, 2007.

3. Епанчинцева, О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста / О. Ю. Епанчинцева. – СПб.: Детство-Пресс, 2011.