МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Детский сад № 422 г. Челябинска»

«Роль песочной терапии в развитии коммуникативных навыков у детей с задержкой психического развития старшего дошкольного возраста»

Выполнила: Альхамова Венера Фаритовна

В настоящее время песочная терапия успешно используется в целях диагностики, коррекции и развития дошкольников. Занятия в песочнице уменьшают невротические проявления у детей: повышенную тревожность, беспокойство при социальных контактах, боязливость в новых ситуациях, а также негативизм в отношениях с близкими и сверстниками.

Теоретическим фундаментом песочной терапии является технология «терапии песком», который был предложен в середине XX века швейцарским психотерапевтом Карлом Густавом Юнгом. Ее идея состоит в том, что она предоставляет человеку возможность избавиться от психологических травм с помощью песка, свои переживания.

Актуальность данной проблемы очевидна на сегодняшний день и заключается в том, что многие современные концепции дошкольного образования признают незаменимое влияние песочной терапии на развитие ребёнка. Совершенствование системы коррекционного образования — не только задача педагогов-практиков, но и ***актуальная проблема*** фундаментальной педагогической науки, динамично меняющейся в условиях современной жизни.

Коммуникативные способности – это умения, которые необходимы для эффективного общения.

Песочная терапия для дошкольника – это игра, которая помогает научиться строить межличностные отношения, выражать свои эмоции и чувства. Песочная терапия – необычная техника, благодаря которой ребенок строит собственный мир в миниатюре.

Детство – важнейшая пора жизни каждого человека, именно в это время происходит формирование и становление личности. В дошкольном возрасте закладываются поведенческие стереотипы, оказывающие влияние на ребенка в будущем.

Группа детского сада - это первое социальное объединение детей, в котором они занимают различное положение. Ребёнок, который не умеет общаться чувствует себя уязвленным, отвергнутым. Это приводит к снижению самооценки, возрастанию робости, замкнутости.

У детей с задержкой психического развития умение общаться не возникает само собой. Наблюдения показывают, что большинство моих воспитанников на момент зачисления в группу в разной степени испытывали трудности в овладении коммуникативной деятельностью, что вынуждало их к игре в одиночестве и жалобам на нежелание других детей включить их в совместную игру.  Проявление конфликтности, не умение по собственной инициативе обратиться к другому человеку, не умение договариваться, не умение адекватно выражать свою симпатию мешает ребёнку наладить дружеские отношения. Кроме того, дети с нарушениями в развитии мало способны осознавать и контролировать свои эмоции, у них часто проявляется негативизм, агрессия: бурное и резкое выражение чувств, которые они не умеют сдерживать – кричат, топают ногами, бросают предметы, падают на пол; либо замкнутость, плаксивость, отсутствие реакции на похвалу и критику. При этом регуляция деятельности и поведения мало сформирована.

Не умение детей выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом, рассказывать о своих чувствах тормозит процесс социализации.

Одним из методов развития коммуникативных навыков, который я использую в своей практике, является песочная арт-терапия. Она включает в себя систему игр с песком, позволяющих раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, научить детей устанавливать вербальные и невербальные контакты в различных видах деятельности, выполнять просьбы и поручения, оказывать посильную помощь.

Создатели песочной арт-терапии – ученики известного психолога и ученого Карла Юнга. Терапия основывается на открытии того факта, что наше бессознательное общается с нами символами, подсказками. Картины, созданные на песке нашими руками, являются отражением бессознательного.  С их помощью мы выводим наружу наши переживания, внутренние проблемы, мучающие конфликты.

Ребёнок может рисовать ладонью, одним или несколькими пальцами, создавать и стирать любые фигуры. При этом его художественные навыки и речевое развитие может быть на любом уровне. Привнесение в песочницу мелких игрушек расширяет простор для творчества ребёнка, развивает его воображение и мышление, помогает устанавливать ассоциативные и причинно-следственные связи. Важно, чтобы игрушки были разнообразными и позволили ребенку задействовать в своих играх разные аспекты жизни. Я использую фигурки людей, животных, растительность (деревья, веточки, цветы), игрушечные здания и мебель, транспорт, соединяющие игрушки (лестницы, веревки, камни, пуговицы, зернышки).

Через создание картин, арт-построек из песка, я, совместно с ребёнком или группой детей, проигрываю всевозможные ситуации, которые позволяют соотнести игру с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблем.

Ребенок получает опыт создания маленького мира, в который бессознательно переносит проблемные ситуации из своей жизни. Дети часто не могут ясно сформулировать или назвать то, что с ними происходит. Строя различные сюжеты, ребёнок может проигрывать собственные трудности, например, сложности в общении с детьми, нерешительность или свои страхи, и приобретать бесценный опыт позитивного разрешения множества ситуаций. Например, Ваня К. боялся врачей, при появлении медсестры начинал плакать, убегать, прятаться; необходимость посещения медицинского кабинета провоцировала истерику. Из беседы с родителями и наблюдений за мальчиком было выявлено, что он избирателен к собакам (любит их рисовать, смотреть мультфильм про щенков, собирает коллекцию игрушек-собак). На основании этого индивидуальная работа на начальном этапе предполагала «заболевание» зверей, собаки и необходимость использования услуг ветеринара. Серия игр песочной арт-терапии «Добрый доктор Айболит», «Пёс Барбос и раненый нос», «Приключения щенка Кузи», «Айболит спешит на помощь» позволила мальчику оказаться и в роли хозяина пациента, и в роли ветеринара. Дальнейшие игры перешли в русло «врач-человек». На сегодняшний день страх врачей сохраняется, но порог страха значительно снижен. При появлении медсестры мальчик не убегает, не плачет.

Ребёнок является хозяином в ящике с песком и, переживая не один раз это чувство, становится внутренне сильнее, потому что может изменять свои картины, сюжеты, отношения и настроения. Строя и разрушая, а затем, снова воссоздавая сказочные замки или просто красивую картинку, ребёнок снимает внутреннее напряжение и гармонизирует внутри себя психоэмоциональное состояние. Например, некоторые дети вначале взаимодействовали с песком неохотно, робко, настороженно, а сейчас смело, с интересной фантазией.

При этом я исключаю негативную оценку действий ребёнка, его результатов, поощряю фантазию и творческий подход.

Коррекционно-развивающая работа с использованием песочной арт-терапии используется мной в качестве элемента подгруппового занятия или как полное занятие по индивидуальной работе с ребёнком, и происходит в несколько этапов.

1. Демонстрация песочного мира.

Для организации песочной арт-терапии я использую столы с цветовой подсветкой. Подсветка стола служит адекватным раздражителем для зрительного анализатора и обеспечивает комфортные условия для работы глаза. Спектр цветов очень широк и включает в себя как основные цвета, так и оттенки. Мягкий свет песочницы наполняет творчество ребёнка волшебством. Выбирая совместно с ребёнком цвет основы, я не сообщаю его значение, а предлагаю самому пофантазировать. Например, фиолетовый цвет дети чаще ассоциируют с космосом, зелёный – с лужайкой, а синий – с водой.

2. Напоминание правил игры с песком и ритуал вхождения в песочный мир.

Ритуал «входа» включает приёмы, способствующие развитию чувства единения, созданию благоприятного психологического настроя, например, встать вокруг песочницы, взяться за руки, посмотреть друг другу в глаза, улыбнуться, прочитать волшебное заклинание.

Вначале дети окунают руки в песок, пересыпают с одной ладошки на другую, разравнивают. Этот процесс очень завораживает детей, умиротворяет, успокаивает и расслабляет, помогает настроиться на игру и сконцентрировать внимание.

Правила игры с песком обсуждаются в начале цикла занятий: не ломать постройки, сделанные другими детьми, не вырывать игрушки, не кидаться песком, не бить, не толкаться, доброжелательно общаться, спокойно высказывать недовольство поступками, извиняться, играть аккуратно, не высыпая песок на пол, не брать песок в рот или выносить его из песочницы. Правила зарисованы в виде опорных картинок и висят на уровне глаз детей.

По мере необходимости я напоминаю и проговариваю с детьми некоторые правила.

3. Основное содержание занятия.

Тематика и содержание игр с песком разнообразны и зависят от доминирующей психолого-педагогической задачи.

Песочная арт-терапия в игровой и непринуждённой форме позволяет мне не только развивать коммуникативные навыки, но и расширять знания детей. Например, при изучении темы «Дикие животные» дети создали в песочнице макет леса в соответствии с выбранным ими временем года (весна), населили лес зверями и подружили их между собой, моделируя ситуацию приветствия, знакомства, прощания; веселили грустного зверя, говоря ему комплименты; помогали зверям справляться с трудностями, при этом описывая чувства персонажей.

Отдельный акцент я делаю на чувствах, которые испытывает персонаж ребёнка, оказывающий помощь: чувство радости, гордости за свой поступок, желание помогать и заботиться в дальнейшем.

Совместная деятельность детей при создании коллективных сюжетов помогает учиться взаимодействовать друг с другом, договариваться, учитывать интересы партнёра, способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков каждого ребенка. Например, при создании «Сказок на песке» дети сами выбирают героев и придумывают историю. Не всегда ребёнку хочется учитывать желание партнёра, тогда я использую «приём очерёдности». Один из детей придумывает начало истории, другой продолжение, а финал проигрывается или прорисовывается во всех вариантах, которые придумают дети.

Посредством песочной арт-терапии у детей развивается волевая сфера за счёт формировании сознательного контроля за своими действиями. Желание ребёнка создать своё видение этого мира позволяет ему достигать цели в виде готового продукта творческой деятельности, а все его волевые усилия оказывают влияние на становление любой деятельности, развивают все психические процессы: восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь.

4. Завершение занятия: рефлексия, ритуал выхода.

Завершая работу в песочнице, я проговариваю с детьми ключевые моменты занятия: чувства героя вначале и в конце истории, варианты решения различных ситуаций, спрашиваю о чувствах самого ребёнка и его отношение к герою, напоминаю речевые модели при обращении к другому человеку. Затем дети разбирают свои постройки и игрушки; разравнивают песок.

В индивидуальной форме работы я выявляю наличие трудностей в общении и их причину, уровень и направленность агрессии, уровень развития эмоциональной сферы, потенциальные возможности ребёнка и способы преодоления трудностей. Например, Матвей С. выхватывал у детей игрушки и убегал с ними, при попытке ребёнка вернуть игрушку обратно начинал драться. Часто толкал детей, кусался. Присутствовала аутоагрессия (кусал себе руки). Речевое развитие мальчика ниже возрастной нормы, в повседневной жизни речь использует мало. На начальных занятиях песочной арт-терапией Матвей сгребал песок, закапывал игрушки, рисовал хаотичные линии, которые тут же стирал. После занятия Матвей становился спокойнее. В дальнейшем в его песочный мир я ввела героев (фигурки зверей, людей). Я подобрала для Матвея простые речевые шаблоны, которые с ним заучила: «Привет», «Пока», «Хочу играть», «Дай мне», «Помоги мне» и т.п. Данные речевые шаблоны отрабатывались в играх с песком и параллельно в коллективе детей. Постепенно уровень агрессии Матвея снизился, появились самостоятельные попытки речевого контакта, попытки рисования узоров, героев на песке, движения стали спокойнее, линии более плавные.

В групповой форме работы я выявляю характер взаимодействия детей в группе, стиль поведения в коллективе каждого ребёнка.

На песке каждая выбранная фигурка воплощает какой-либо персонаж, который может взаимодействовать с другими героями. Ребенок сам придумывает, о чем они говорят или что делают.

На начальном этапе песочной арт-терапии сюжет детей в игре не четкий и чаще всего наблюдается конфронтация, борьба за территорию, параллельная игра. Некоторые дети захватывают все фигурки, весь песок, а другие, наоборот, отказываются от игры, потому что не могут её поддержать, не могут придумать речь героя.

Обучение взаимодействию строится на основных сюжетах: «Сказочные истории», «Мои друзья», «Волшебные узоры».

В сюжете «Сказочные истории» дети строят собственное сказочное королевство, подбирают декорации и населяют его позитивными и негативными героями. Осознание ребёнком права выбора героя помогает ему раскрепоститься и почувствовать себя более уверенно. Выбор действий и поступков героя отражает внутренний мир ребёнка. Взаимодействие с другими героями показывает ему многообразие финалов истории, объясняет причинно-следственные связи. В реальной жизни пережитый опыт позволит ему быть дружелюбнее, придаст уверенности, сделает менее тревожным и более счастливым. Например, после того как все звери песочной страны помирились и встали в хоровод, дети тоже дружно идут в группу, помогают друг другу в раздевалке.

В случае, когда ребёнку/детям сложно самостоятельно действовать с персонажем, строить высказывания, я разыгрываю хорошо знакомые сказочные истории. Например, сказка «Колобок» позволила отработать модель приветствия и прощания с разными персонажами, а сказка «Репка» помогла детям научится обращаться с просьбой.

Используя сюжет «Мои друзья», я задаю детям игровую ситуацию, например, «Во дворе», «В детском саду», «На дне рождения», «В игровом центре». Дети выбирают фигурки, дают им имена, проигрывают предложенные сюжеты с воображаемыми персонажами или с реально существующими людьми. У ребёнка происходит идентификация себя с миниатюрным предметом. Подбирая в друзья или недруги игрушечных персонажей, ребёнок моделирует своё окружение. В играх с песком дети обмениваются идеями, мыслями, чувствами, что позволяет им выстраивать доверительные отношения. Разрешая конфликты в процессе игры, ребёнок приобретает полезный опыт для преодоления трудностей в реальной жизни.

Сюжет «Волшебные узоры» замечательно развивает мелкую моторику детей. Песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев.

У детей с задержкой психического развития с трудом формируются графомоторные навыки. Неумение правильно держать карандаш и проводить им прямые линии с определённым нажимом может проявляться в отказе работать на листе бумаги. Тогда как создание изображений на столах для пескотерапии вызывает у ребят живой интерес. Вследствие этого снимается мышечное напряжение, налаживается работа высших психических функций, снимается тревожность, которая зачастую мешает им справляться с заданиями.

Оживить и разнообразить узоры помогают всевозможные подручные средства. Я с детьми использую воронки разного диаметра, ситечки, штампы, трафареты. Иногда, при создании песочных композиций и водной стихии (дождь, лужи и др.), я использую чистую воду.

Занятия песочной арт-терапией я провожу в системе два раза в месяц с подгруппой детей и внепланово по мере необходимости в индивидуальной работе.

С родителями (законными представителями) воспитанников детского сада я регулярно провожу консультативную работу по использованию метода песочной арт-терапии в домашних условиях: даю методические рекомендации групповой (посредством интернет-ресурсов) и индивидуальной направленности, предоставляю информацию о проведённых занятиях, фотографии получившихся картин и макетов.

Песочная арт-терапия помогает мне снимать эмоциональное напряжение детей, успокаивать раздражительных и агрессивных ребят, направляя их неуёмную энергию в творческое русло. Эмоциональные реакции детей становятся более адекватны ситуации, снижается уровень агрессии. Замкнутые и стеснительные ребята раскрепощаются, становятся увереннее в себе.

В итоге, не сразу, но рано или поздно, я замечаю положительные изменения. Дети становятся усидчивее, аккуратнее, внимательнее, у них закрепляются навыки работы в команде. Ребёнок, каждый в своём темпе, начинает усваивать этические нормы, принятые в обществе, подчинять свое поведение этим нормам. Сначала на песке, а затем и в реальной жизни.