**Эссе на тему:**

**«Коррекция эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста посредством технологии «Песочная терапия»».**

***Часто руки знают, как распутать то, над чем тщетно бьется разум.***

***К. Г. Юнг***

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетным направлением в работе любой дошкольной организации.

В условиях введения нового стандарта образования значительно меняется роль современного педагога в дошкольной организации. Основными задачами Государственного общеобязательного стандарта дошкольного воспитания и обучения Республики Казахстан являются: создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья детей, в том числе с особыми образовательными потребностями; развитие способностей, наклонностей, задатков и дарований в различных видах детской деятельности на основе индивидуального подхода. Немаловажную роль при этом играет эмоционально- личностное благополучие ребенка. Недостаток тепла, ласки, разлад между членами семьи, непонимания со стороны взрослых и сверстников приводит к формированию у ребенка чувства тревожности, незащищенности, неуверенности в себе. У таких детей часто наблюдается низкий уровень речевого общения, они агрессивны, не умеют и не желают уступать друг другу, не хотят быть терпимее и доброжелательнее.

В начале учебного года я провела диагностики на выявление тревожности и страхов, сферы общения ребенка и выявление агрессии. По итогам диагностики я выявила, что высокий уровень тревожности имеют 20,8 % детей, агрессия у 15,6% детей, повышенная возбудимость у 41,6% детей, проблемы в общении у 64,2% детей. Поэтому появилась необходимость в поиске коррекционного метода. Определив проблему, исходя из своего практического и профессионального опыта, я решила использовать в виде коррекционной методики песочную терапию. **Песочная терапия** представляет собой один из психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем через индивидуальную и коллективную работу с песком под наблюдением специалиста, а также - прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих способностей в ребенке, простой, и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания. Благодаря играм с песком у детей повышается концентрация внимания и усидчивость. Но это далеко не единственный плюс песочной терапии: она замечательно развивает мелкую моторику, фантазию, образное мышление и многое другое. Этот вид деятельности способствует развитию обоих полушарий головного мозга.

Принцип «Терапии песком» был предложен еще Карлом Густавом Юнгом, замечательным психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Быть может, естественная потребность человека «возиться» с песком, и сама его структура подсказали великому Юнгу эту идею. Ведь песок состоит из мельчайших крупинок, которые только при соединении образуют любимую нами песочную массу.

Наблюдения и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых, и это делает его прекрасным средством для развития и саморазвития ребенка.

**Цель моей работы:**

создание условий для эмоционально - личностного благополучия детей, коррекция и предупреждение эмоциональных нарушений у детей посредством технологии «Песочная терапия».

Исходя из вышеизложенного, я для себя определила задачи опыта:

* формировать ощущения контроля и взаимосвязи над своими внутренними ощущениями и желаниями
* воспитывать позитивное отношение к жизни, к себе;
* создать чувства защищённости в комфортной для ребёнка социальной среде;
* развивать все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление, воображение), мелкую моторику;
* разрешить психологические затруднения ребёнка, стабилизировать эмоциональное состояние.

Данный метод работы выбран мной неслучайно, он связан с темой моего самообразования на протяжении 3 лет.

Технология опыта:

1. Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями детских игр и детских сказок.

2. Осмысление опыта и ситуации, возможность посмотреть на нее со стороны.

3. Песочная терапия — это игры с песком, где «Правила не существуют!»

 Ведущая идея опыта заключается в том, что основной концепцией песочной терапии является процесс активизации воображения и проекции бессознательного на песочный лист, в результате чего ребенок начинает осознавать, контролировать и проработать эти впечатления, чувства, эмоции. В подносе с песком находят зрительные образы страхи, переживания, внутренние конфликты, надежды клиента. Визуализируя их, появляется возможность управлять ими, контролировать. Плюс песочной терапии в том, что не нужно подбирать слова или стараться прорисовать эти образы. С помощью песка и фигур внутренний неосознанный мир выносится во внешний и осознается.

 [Песочная](https://www.google.com/url?q=http://ippt.ru/blog/slovar_psihologa/a/artterapiya/&sa=D&ust=1480538449794000&usg=AFQjCNEzacTllKlwM8N-5FljDIvQQG5DMg) терапия, как метод психологической помощи детям основывается на естественном интересе детей к играм с песком. Так как, основная цель работы это то, что песочная терапия для детей помогает решать многие затруднения, возникающие у маленьких ребят, обладает мягким терапевтическим эффектом, гармонизирует состояние и настроение ребенка. Именно поэтому данный метод успешно применяется в моей практике. Наряду с тактильно-кинестетической чувствительностью дети учатся прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения, гармонично развиваются все виды познавательных процессов (внимания, мышления, памяти, мелкой моторики), совершенствуется предметно-игровая деятельность, развитие коммуникативных навыков у детей. В песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, развивается «мануальный интеллект» ребенка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект. С одной стороны, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям. С другой стороны, более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных процессов. А если учесть, что песок обладает замечательным свойством «заземлять» негативную психическую энергию, то в процессе образовательной работы происходит и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка. Работать можно и с цветным песком. Иными словами, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект. Причем, сегодня уже можно говорить о таком эффекте не только по отношению к нормально развивающимся детям, но и их сверстникам с особенностями развития.

Основу системы работы составляет то что я формы и варианты песочной терапии определяю особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. Игровые методы применяю не только для коррекции но и профилактики (например, в период адаптации к детскому саду).

На подготовительном этапе своего опыта я провела диагностику развития познавательной и эмоциональной сферы детей 3 групп. На начало года у детей отмечались трудности в понимании эмоций, в эмоциональном напряжении, низкий словарный запас, снижены познавательные процессы, развитие мелкой моторики. Сложности возникали при выполнении заданий, связанных с творчеством и при описании сюжетной картинки.

К основным этапам организации терапии можно отнести:

1. Подготовка ребенка к песочной терапии.
2. У него должно быть желание участвовать в игре.
3. Педагог должен уметь проводить песочную терапию, иметь творческий подход и потенциал.
4. Дети должны быть здоровыми на момент игры. У них должна отсутствовать аллергическая реакция на песок.
5. Подготовка игрового места: ящик с песком, стол для анимации и игрушки.
6. Проведение игры

Ребенок выражает на песке то, что спонтанно возникает в течение занятия. В процессе работы, ребенок может смешивать песок с водой, если ему необходимо сформировать холмы, горы, или создать различные влажные ландшафты, следы животных.

 Кроме того, в работе использую миниатюрные фигуры: людей, животных, деревьев, автомобилей и еще много другого. Такое множество фигур и материалов необходимо для того, чтобы дать ребенку стимул создавать собственный мир.

Игры на песке – одна из форм естественной деятельности ребёнка.

Именно поэтому я использую песочницу в ходе развивающих и обучающих занятий. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребёнка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, события и законы окружающего мира.

Игра с песком позволяет активизировать воображение и выразить возникающие при этом образы. Играющий ребенок может осмыслить содержание бессознательного, создавая песчаные ландшафты один за другим. Образы целительны потому, что они способствуют включению неосознаваемых психических содержаний в сознание. Ребенок "отрабатывает" свои символы, свои проблемы и таким образом преодолевает внутренний кризис.

Все игры по песочной терапии поделила на три направления:

* обучающие игры – направлены на развитие мелкой моторики. Тем самым ребенок говорит, что он чувствует, тем самым развивает речь;
* познавательные игры – с их помощью я помогаю познать всю многогранность нашего мира;
* проективные игры – с их помощью я осуществляю коррекцию в развитии ребенка.

В своих занятиях я использую такие упражнения, как:

* «Песочный ветер». Ребенок через трубочку «выдувает» рисунок.
* «Песочная аппликация». Выполняется на листе бумаги на заданную или произвольную тему.
* «Следы». Создать отпечатки своих ладошек, пальчиков. Можно использовать фигурки животных, штампы.
* «Моя история». Проигрывание различных ситуаций, историй.

В своей работе я также использую кинетический песок. Кинетический живой песок (песок, который движется) представляет собой смесь кварцевого песка и силиконовой составляющей, связывающей его частицы между собой. Как показывает практика детям абсолютно всех возрастов данный песок по душе. Работа с тактильными ощущениями имеет колоссальное значение для развития психики ребенка. Такого рода взаимодействие с песком стабилизирует эмоциональное состояние, развивает мелкую моторику, кинестетическую чувствительность, ребенок учится прислушиваться к себе, проговаривать свои ощущения. Это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти. Ребенок получает первый опыт рефлексии, самоанализа, закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

На заключительном этапе моего опыта мною была проведена повторная диагностика, проанализированы результаты и намечена дальнейшая работа по использованию данного метода.

Успешность данного опыта определяется в конце года при проведении повторной диагностики, по результатам которой, мы видим, что проводимая работа привела к повышению уровня общего развития детей. Использование песочной терапии привело к улучшению эмоционального состояния детей, снятия напряжения, расширился словарный запас, дети научились понимать эмоции свои и других детей, стали более доброжелательными по отношении друг к другу.